

Министерство образования и науки
Украины

Харьковский национальный университет
имени В. Н. Каразина

М. С. Гончаренко

Валеопедагогические аспекты
духовности

Харьков 2007

УДК 613(076)
ББК
Г65

*Утверждено на заседании Ученого совета Харьковского национального
университета им. В.Н. Каразина.*

Протокол № 7 от 28 вересня 2007 р.

Рецензенты: докт. философских наук, проф. В. Л. Кулиниченко, Национальная медицинская академия последипломного образования им. П. Л. Шупика, докт. мед. наук., проф. В. Г. Самохвалов, Харьковский государственный медицинский университет, докт. пед. наук, проф. Е. Н. ИONOва, Харьковский национальный педагогический университет им. Г. С. Сковороды.

Г65. Валеопедагогические основы духовности. Уч. пос.// М. С. Гончаренко – Х.: Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина, 2007. – 394 с.

Это первое учебное пособие, охватывающее широкий спектр вопросов духовного здоровья как базовой составляющей здоровья человека. Дается исторический обзор представлений о духовности, в том числе по работам украинских философов. Освещены современные холистические представления об устройстве человека и взгляды на мироустройство, являющиеся основой новых научных представлений о духовности. Подробно рассматривается структура сознания, духа и души, дан анализ их взаимодействия с внешним миром. Освещены основные методологические принципы, которыми необходимо руководствоваться при диагностике духовной составляющей здоровья. Большое внимание уделяется путям духовного совершенствования, разработке новых валеопедагогических технологий. Предназначено для студентов специальностей «Валеология» и «Здоровье человека», для учителей и преподавателей, для всех, интересующихся вопросами духовности и здоровья.

Це перший навчальний посібник, який охоплює спектр питань духовного здоров'я як базову складову здоров'я людини. Надається історичний огляд уявлень про духовність, в тому числі по роботах українських філософів. Висвітлені сучасні холістичні уявлення про будову людини і погляду на світоустрій, який є основою нових наукових уявлень про духовність. Щільно розглянуто структуру свідомості, духу та душі, надається аналіз їх взаємодії із зовнішнім світом. Висвітлені основні методологічні принципи, якими необхідно додержуватися під час діагностики духовної складової здоров'я. Значна увага приділяється шляхам духовного удосконалення, розробці нових валеопедагогічних технологій. Розроблено для студентів спеціальностей «Валеологія» і «Здоров'я людини», для вчителів та викладачів, для всіх, хто цікавиться питаннями духовності і здоров'я.

© Харьковский национальный университет
имени В. Н. Каразина, 2007
© Гончаренко М.С. 2007

ПРЕДИСЛОВИЕ

Нынешний период истории человечества характеризуется множественными противоречиями.

Глубокий разлад возник в душах отдельных людей и в душе общества. Потеряно чувство мировой гармонии, так как фрагментарное мышление, на котором построено классическое естествознание, привело к устранению из картины мира человеческой души и ее воздействия на окружающую среду. Религия перестала удовлетворять требованиям разума, медицина не хочет знать ни о душе, ни о духе человека, современная наука в растерянности: во-первых, признание существования аморальных явлений ставит под сомнение основной тезис материалистической философии о первичности материи и вторичности сознания, во-вторых, эти феномены вынуждают по-новому смотреть на роль мысли как реальной физической субстанции, способной активно взаимодействовать с живой и неживой природой. Сложившаяся ситуация требует отказа от привычных представлений, научных концепций, методологий и т.д. Безусловно, это касается и представления о человеке, которое в древности было более здоровым и более возвышенным.

Сейчас уже никто не сомневается, что энергоинформационные взаимодействия являются свойством как живых, так и неживых природных систем. Поэтому возникла биоэнергоинформатика – новая научная парадигма, т.е. система взглядов, мировоззрение, опирающееся на многие фундаментальные и прикладные науки, включая опыт человечества по эзотерике и религии Египта, Востока и Европы.

Анализируя сложившуюся ситуацию, хотелось бы ознакомить читателя с мнением д. физ.-мат. наук Г. Н. Дульнева, изложенным в работе «От Ньютона и термодинамики к биоэнергоинформатике».

Как же изменилась картина мира на протяжении последних трех веков?

В XVII веке была создана Ньютоново-Картезианская модель мира,

согласно которой материя развивалась в трехмерном пространстве во времени независимо друг от друга. Согласно этой модели в мире существует линейная причинно-следственная связь, материальный мир имеет четкие границы и существует в пустоте и пространстве. Вселенная Ньютона – это твердая материя из пассивных и неизменных атомов. Между частицами действуют силы тяготения, таким образом, физические процессы по Ньютону сводятся к перемещению материальных точек под действием силы взаимодействия. Для описания этих процессов был разработан новый математический подход – дифференциальное исчисление. Вселенная, по Ньютону, – гигантский и полностью детерминированный часовой механизм, части которого движутся в соответствии с вечными законами. Это наука о простом и пассивном мире, где нет случайности и все предопределено и протекает без рассеяния энергии.

В 1802 году английский поэт Блейк писал: «Да спасет нас Бог от одностороннего видения и Ньютоновского сна».

Эпоха XIX века ознаменовалась экспериментами Фарадея, теоретическими работами Максвелла по электромагнетизму, трудами Больцмана и Гельмгольца по созданию термодинамики и статистической физики, открытиями Дарвина в биологии. Безусловно, все это не укладывалось в рамки Ньютоново-Картезианской модели мира.

Вместе с представлениями об энтропии, законами термодинамики, законом эволюции с триадой Дарвина (изменчивость, естественный отбор, наследственность) в картину мира вошла вероятность состояния системы, ее неустойчивость и случайность.

Итак, физическая природа эволюционирует, в отличие от живой, в направлении максимума энтропии при условии ее изоляции от окружающего мира. Следовательно, Вселенная развивается в направлении выравнивания неоднородностей, хаоса, т.е. ей грозит тепловая смерть.

Этот вывод противоречит космологическим мифам древних. Итак, XIX

век не дал решения этой проблемы. Это век вероятностного видения природы, эволюционирующего мира, электромагнетизма Максвелла, приведшего к обоснованию полевой формы материального мира, где материя не имеет четких границ, очертаний.

В первой половине XX века развитие квантовой теории атомных процессов разрушило эти представления. Ньютоновская модель мира была адекватной, пока физика исследовала явления повседневного опыта в зоне средних измерений. Как только она стала проникать в макро- и микромир, эта модель стала непригодной.

Согласно теории относительности, пространство и время не являются неизменными сущностями, как принято было в Ньютонской модели, поток времени неравномерен и неоднороден. Время зависит от позиции наблюдателя и скорости относительно наблюдаемого объекта. Любые измерения в пространстве и времени относительны, и даже сама структура пространства-времени зависит от распределения материи.

Выяснилось, что у субатомных частиц очень абстрактные характеристики и двойственная природа частицы и волны (в зависимости от эксперимента).

В квантовой физике появляется новое логическое допущение – принцип дополнительности. Потрясающим открытием теории относительности явилось экспериментальное подтверждение того, что материальные частицы могут создаваться из чистой энергии и опять превращаются в чистую энергию. Соотношение массы и энергии выражено уравнением $E = mc^2$.

В 70-е годы XX века прогресс термодинамики привел к появлению новой науки – синергетики. Синергетика объяснила возможность падения энтропии, т.е. самоорганизации хаоса. Произошло объединение физики с биологией, синергетика создает новый образ мира. Она основана на идеях системности и целостности мира: на общих законах развития всех уровней,

материальности и духовности, на взаимосвязях хаоса и порядка.

Синергетика исследует открытые термодинамические системы, находящиеся вдали от равновесного состояния. Такие системы описываются нелинейными уравнениями и имеют множество решений. Им соответствует столько же путей эволюции, отсюда многовариантность и альтернативность. Выбор пути приводит к необратимости эволюции. Один из создателей синергетики, лауреат Нобелевской премии И. Пригожин пишет: «Мы живем в открытом технологическом и творческом мире, картина мира классической науки с современных позиций выглядит как почти карикатура на эволюцию».

Важную роль в формировании мировоззрения сыграли исследования в области физического вакуума. В настоящее время расширены представления об окружающем нас мире, и речь идет не о четырех (твердое тело, жидкость, газ, плазма), а о семи уровнях реальности – добавляется физический вакуум, информационный уровень, абсолютное ничто. В теоретической физике проблема создания единой теории поля находит свое решение в теории физического вакуума. Раньше материальные и энергетические взаимодействия объяснялись на основе четырех фундаментальных взаимодействий: гравитационных и электромагнитных (дальнодействующих), сильных и слабых (близкодействующих). В последние 15 лет физики высказывают предположение о существовании пятого фундаментального взаимодействия, а именно: спин-торсионного, обладающего свойствами дальнодействия. Торсионное взаимодействие отличается тем, что оно информационно-энергетическое, а не материально-энергетическое. Оно способно передавать информацию практически без затрат энергии со скоростью, превышающей скорость света.

Дальнейшее развитие информатики расширило ее роль в науке: информация рассматривается в качестве фундаментальной сущности природы, сопрягающей духовную и материальную составляющие мироздания. Предполагается, что на уровне физического вакуума возможно

информационное отображение всего сущего, высказаны предположения о материальном носителе информации (спине).

Открытие законов синергетики, новый взгляд на фундаментальные взаимодействия в природе, физический вакуум, роль информации заставляют пересмотреть строение мироздания и сценарий его развития.

Научное мышление в современной медицине, педиатрии, психологии, психиатрии, антропологии представляет собой развитие моделей физической Вселенной. Новые взгляды проникают в эти области естествознания с определенным опозданием, а многие разделы этих наук до сих пор опираются на ньютоновские парадигмы. В то же время результаты трансцендентальной психиатрии гораздо легче объясняются на основе квантово-релятивистской физики.

Разработаны новые парадигмы в психологии, связанные с квантовой концепцией мышления и сознания, с языком, мозгом, с голографическими признаками памяти и мышления.

Итак, успехи и достижения термодинамики, информатики, теоретической физики, психологии позволили объединить результаты этих наук в новое научное направление – биоэнергоинформатику. Оно дает обоснование возможности существования «духовного» или «тонкого» мира.

Предполагается, что в этом мире (по религиозной терминологии – божественном, а по научной терминологии – информационном пространстве) хранятся сведения обо всем Сущем. К этим сведениям может иметь доступ человеческий мозг.

Иными словами, Вселенная рассматривается как своего рода гигантский компьютер с бесконечной памятью и с неограниченным количеством информаторов бесконечных размеров в условиях неограниченного времени.

Сознание представляется как ограниченная часть этой супер-ЭВМ. Эту идею в терминах своего времени выражали такие ученые, как Платон, Ньютон («Абсолют»), Гегель («Саморазвивающийся дух»),

Вернадский («Ноосфера»), Пекроуз («Супер-ЭВМ»). Введенные ими понятия являются синонимами космического разума.

Итак, разработка нового научного и философского мировоззрения опирается не на конфронтацию научного и эзотерического знания, науки и религии, а на их союз. Современный образованный человек обязательно должен быть знаком с рассмотренными выше научными и философскими идеями, т.к. они помогут ему сформировать мировоззрение, занять научно обоснованную позицию при обсуждении аномальных явлений природы, техногенных и естественных катастроф, угрозы психотеррора, нетрадиционной медицины и т.д.

Особая роль отводится новым интегральным наукам, возникшим в XX веке на основе уже накопившихся знаний о мире, материи, социуме и т.д.

К таким актуальным направлениям относится валеология – наука о здоровье человека, включающем ощущение гармоничного взаимодействия его трех составляющих – духа, души и тела.

Валеология первая среди наук о человеке подходит к его изучению с холистических позиций, и поэтому требуется подробное научное обоснование новых фундаментальных основ современного мировоззрения, знания о мироустройстве, законов бытия Вселенной, закономерностей развития сознания, духовности, а также понимание механизмов взаимодействия тонких миров с физическим и того, как это отражается на качестве здоровья.

Данное издание представляет собой учебное пособие по курсу «Духовные и моральные основы здоровья» для студентов, обучающихся на специальности «Валеология» («Здоровье человека»), однако оно может быть интересно всем будущим и настоящим педагогам, интересующимся проблемами здоровья человека.

СОДЕРЖАНИЕ

| | Стр. |
|--|------|
| Введение..... | 11 |
| 1. Валеология..... | 23 |
| 1.1. Валеология – наука о здоровье..... | 24 |
| 1.2. Основные этапы развития валеологии..... | 27 |
| 1.3. Цели, задачи и функции валеологии..... | 29 |
| 2. Валеологические аспекты современного представления о структурной организации человека и Вселенной..... | 37 |
| 2.1. Мировоззренческие основы представления о мироустройстве и природе человека..... | 38 |
| 2.2. Современные представления об организации Вселенной..... | 46 |
| 2.3. Биоэнергоинформационная организация человека, ее свойства и функции в процессе формирования здоровья..... | 48 |
| 2.4. Основные принципы функционирования системы «человек– окружающая среда»..... | 54 |
| 2.5. Современные представления о человеке как основа новой парадигмы воспитания и образования здорового общества..... | 57 |
| 3. Энерго-информационные характеристики тонких тел человека.... | 60 |
| 3.1. Общая характеристика структуры и функций тонких тел человека... | 61 |
| 3.2. Структура и функции энергетических центров – чакр..... | 68 |
| 3.3. Общая характеристика излучений тонких тел человека – ауры..... | 72 |
| 3.4. Лестница восхождения или этапы духовного совершенствования... | 78 |
| 3.5. Взаимодействие тонких тел, их функции и динамика качественного преобразования при восхождении..... | 85 |
| 3.6. Духовно-психологические функции энергетических центров – чакр | 87 |
| 4. Современные представления о структурной организации сознания | 95 |
| 4.1. Ведические представления о природе человека и духовных аспектах его развития..... | 96 |
| 4.2. Ступени развития человеческого сознания..... | 100 |

| | |
|---|-----|
| 4.3. Структура и функции сознания..... | 109 |
| 5. Исторические аспекты развития представления о духовности..... | 140 |
| 5.1. Анализ древних духовно-эзотерических учений (йога, учение Пифагора, учение Оригена Александрийского)..... | 142 |
| 5.2. Анализ древних философских учений на примере теософии и Живой этики..... | 144 |
| 5.3. Особенности философско-религиозного развития духовности в Украине..... | 150 |
| 5.4. Украинская Духовная республика О. Бердника..... | 160 |
| 6. Духовность..... | 166 |
| 6.1. Теоретические основы современного представления о духовности... | 167 |
| 6.2. Духовные законы, по которым мы живем..... | 183 |
| 6.3. Дух и его составляющие..... | 196 |
| 6.4. Мышление и духовность..... | 214 |
| 6.5 Душа и ее составляющие..... | 220 |
| 6.6. Интуиция..... | 227 |
| 6.7 Духовное здоровье..... | 232 |
| 6.8. Принципиальные и методические подходы к комплексной диагностике состояния духовного здоровья..... | 255 |
| 6.9. Духовная эволюция человека..... | 276 |
| 7. Духовность и образование..... | 285 |
| 7.1. Гуманистическое преобразование педагогической парадигмы (принципы целостного интегрального образования)..... | 286 |
| 7.2. Духовные ценности в системе воспитания и образования..... | 296 |
| 7.3. Пути духовного самосовершенствования..... | 318 |
| 7.4. Духовное воспитание и самовоспитание: составляющие и пути развития..... | 328 |
| 7.5. Пути духовного развития человечества..... | 340 |
| Литература..... | 357 |

ВВЕДЕНИЕ

Множественные противоречия, накопившиеся к XX веку в недрах классических наук, традиционной медицины, мировых религий, душах и сердцах людей привели к созданию новых научных направлений, таких как синергетика, описывающая процессы, происходящие в неустойчивых системах. Новые подходы к пониманию структурной организации и функционирования человека реализовались в утверждении представления о здоровом человеке как гармоничном триедином взаимодействии духа, души и тела, что явилось основой создания нового научного направления – валеологии.

Накопленные сегодня знания о дуальности материи, о космопланетарной и биосоциодуховной природе человека и здоровье как производной духовности ставят перед образованием необходимость изменения прежней материалистической парадигмы. Существующие на настоящий момент в системе образования подходы ограничиваются тиражированием знаний о физическом теле человека. Нынешний же этап развития знаний представляет интеграцию научных познаний, положений религиозных, духовно-эзотерических и философских учений о закономерностях функционирования системы Человек-Вселенная, позволяющую объединить лучшие достижения учений Востока и Запада, науки и религии в понимании человека как триединой структуры духа, души и тела.

Такой подход базируется на новом осознании мироустройства и мировоззрения. Сложившаяся ситуация требует введения Министерством образования и науки Украины нового, гуманистического направления в образовании, которое будет базироваться на современном мировоззрении, на биосоциодуховном представлении о человеке и на духовности – главном факторе развития – эволюции человечества. Гуманизация образования требует сделать акценты не на технократическом развитии общества, а на познании человека, особенностей его развития, формировании здоровья как

показателя гармоничного развития духа, души и тела. Значительная часть в решении этих проблем отводится валеологии – науке о здоровье, здоровом образе жизни, формировании здорового общества.

Для того, чтобы сделать этот процесс успешным, необходима соответствующая методическая, учебная и научная литература, адаптированная к восприятию обучающихся в школе, ВУЗе и др. учебных заведениях.

Назначение настоящего издания заключается в обобщении современных научных знаний и духовных философских учений и адаптации их до уровня восприятия обучающихся в школе и ВУЗе с целью формирования у них современного мировоззрения, морально-нравственного потенциала, правильного представления о биосоциодуховной организации человека и его здоровье как показателе уровня духовного развития и правильности выбранного пути.

Так как данное пособие прежде всего предназначено для подготовки педагогов-валеологов и для студентов, интересующихся проблемами здоровья человека, первый раздел посвящен рассмотрению целей, задач и перспектив развития науки валеологии. В работе освещаются основные этапы развития валеологии, связь данной науки с экологией, медициной, философией, психологией, физикой и др. научными направлениями, рассматриваются задачи, которые стоят перед валеологами на пути формирования как отдельных личностей, так и человеческого общества в целом.

Следующий раздел посвящен знакомству с научными основами современного мироустройства, миропонимания и, соответственно, мировоззрения. В первой части этого раздела рассматриваются мировоззренческие основы современного представления о мироустройстве и космопланетарной природе человека. Особое внимание уделяется научным основам формирования нового мировоззрения, включающего представления о дуальности материи, ее волновых и корпускулярных свойствах, об

открытии новых форм взаимодействия веществ, об Эйнштейновском законе взаимосвязи энергии и массы вещества, о закономерностях развития материи в пространстве и во времени, о голографическом механизме функционирования сознания и т.д. Особое внимание уделяется формированию представления о здоровом человеке как о целостной триединой гармоничной полисистемной структуре, поддерживающей свое существование благодаря информационному, энергетическому и вещественному обменам. Имеющиеся на сегодня научные разработки позволяют расшифровать взаимосвязи природы и человека, которые объясняют космопланетарный феномен человека.

Значительное внимание также уделяется рассмотрению функционирования организма человека в качестве целостной триединой полисистемной структуры. Анализ научных исследований в этом направлении позволил сформировать представление о здоровье как интегральной характеристике гармоничного развития тела, психики и духовности.

Наиболее изученным является физическое тело, закономерности функционирования которого исследованы на физиологическом, биохимическом и биофизическом уровне. Выявленные закономерности функционирования отражают, в основном, горизонтальные зависимости, которые управляются тонкоматериальными структурами биополя. Завершает данный раздел краткое изложение представления о структурной организации человека, включающей физическое и тонкие тела: эфирное, астральное, ментальное, каузальное, будхиальное, атманическое.

Данное представление о структурной организации человека соответствует новой парадигме устройства мира и способствует правильному формированию знаний о здоровом его функционировании.

В разделе «Основные положения функционирования системы «человек–окружающая среда» дается анализ взаимодействия составляющих духа, души и тела с внешним миром. Так, пространственным аспектом

функционирования физической составляющей является обмен с внешней средой через питание, дыхание и биоэнергообмен. Пространственным аспектом функционирования психической подсистемы является психообмен. Внешним проявлением духовной подсистемы являются духовные законы, законы морали, общечеловеческие ценности. Вышеуказанные подсистемы функционируют в относительно автономных режимах, но при условии соблюдения принципов взаимосвязи и подчинения нижнего уровня, т.е. физического, высшему, т.е. духовному. Рассмотрение функционирования человека как единого целого и составляет принцип холизма.

В связи с тем, что для формирования валеологических знаний особое значение имеет детальное изучение тонкоматериальной организации человека, в дальнейших главах дается подробный анализ имеющихся сведений о каждом из семи тел, их функциях и роли в становлении духовного развития. Особая роль отводится современным представлениям о структурной организации человека как основе новой парадигмы воспитания и образования здорового общества.

Целостный (холистический) подход к человеку как биоэнергоинформационной системе раскрывает перспективные возможности разработки новых технологий, как обучения, так и оздоровления. Он позволяет разработать новую мировоззренческую парадигму духовной эволюции человека как альтернативной стратегии выживания и сохранения здоровья нынешней цивилизации.

Рассматриваемые здесь работы демонстрируют холистический подход к изучению человека, его здоровья, уровней функционирования и взаимодействия с окружающим миром.

В следующих главах подробно рассмотрены этапы духовного совершенствования человека, представленные в виде лестницы восхождения, описывается взаимодействие тонких тел, их функции и динамика качественного преобразования при восхождении.

Также в разделе дается краткое описание духовно-психологических функций энергетических центров.

Предметом исследования духовности является сознание, которому посвящен четвертый раздел книги. Изложение представления о структурной организации сознания начинается со знакомства с ведическими знаниями о природе человека и духовных аспектах его развития. Далее дается описание ступеней развития человеческого сознания, а также его структура и функции. На современном этапе развития человечества сознание представляется как структура, состоящая из подсознания, сознания и сверхсознания, включающая интеллект, душу и дух. Уровень развития сознания зависит от ценностных ориентаций человека, уровня развития его потребностей. Поэтому процесс формирования высокодуховного человека зависит, прежде всего, от уровня гуманизации и демократизации всех сфер жизни нашего общества и одухотворения современной системы образования.

Далее рассмотрены существующие представления о структуре и функциях тонких тел человека – каузальном, будхическом и атмическом. Каузальное тело вместе с будхическим образуют душу человека, атмическое тело представляет собой дух. По мнению В. Ярцева, А. Акимова, Г. Шипова и др. ученых, душа – это качественная составляющая человека, которая через свое раскрытое сознание воспринимает дух (информацию) и далее через мысли, чувства, волевые акты, творчество – через эфирное тело человека, передает информацию физическому телу. Именно таким образом дух творит формы. Процесс передачи информации осуществляется в тесном взаимодействии с энергообменом. Поэтому в следующей главе данного раздела дается описание структуры и функций энергетических центров – чакр. Особое внимание уделяется анатомическим аналогам энергетических центров в нервной и эндокринной системах. Основная функция чакр состоит в приеме, переработке (трансформации) тонких энергий определенной частоты вибрации. Каждая из семи чакр выполняет свою функцию в многомерной энергетической системе человека. В соответствии с

существующими представлениями жизнь человека охватывает все планы бытия, но живет человек в каком-то ограниченном диапазоне вибраций, что обуславливается уровнем развития его сознания.

Для наиболее глубокого понимания космопланетарной природы человека излагаются современные представления об организации Вселенной, а также свойства и функции биоэнергоинформационной структуры человека в процессе формирования здоровья. Завершающей в этом разделе является глава, посвященная изложению основных положений универсальной концепции здоровья В. А. Панова.

В последующих разделах освещаются вопросы одной из самых сложных проблем гуманитарного познания – духовности.

Существенный вклад в развитие этих вопросов внесли древние духовно-эзотерические учения, такие как йога, учение Пифагора, учение Оригена Александрийского и др., а также древние философские учения теософии и Живой Этики. Анализ этих трудов в пятом разделе открывает перед читателем своеобразную энциклопедию духовного совершенствования, освещает этапы накопления многовековой мудрости и указывает направление дальнейшей космической эволюции человечества.

Особый интерес представляет глава, посвященная описанию развития духовности на Украине.

В этой главе мы знакомимся с философской мыслью украинских деятелей – Г. Сковороды, П. Юркевича. Т. Шевченко, Д. Чижевского, Н. Гоголя, П. Кулиша, И. Вишенского, Н. Костомарова и др.

Украинская философская мысль несет в себе специфику национальной духовности и культуры, одной из форм проявления которой является нравственность. Объединяет украинскую философскую школу глубокое понимание роли сердца в развитии духовности, которое было привнесено трудами Г. Сковороды. Продолжателями идей Г. Сковороды был украинский писатель, философ второй половины XX века О. Бердник. Он связывает эволюцию человека с подъемом его сознания до уровня Христа. О. Бердник

известен своим проектом создания «Украинской Духовной Республики» - республики духа.

В шестом разделе, посвященном общей характеристике духовности делается акцент на том, что рост духовности возможен лишь на пути совершенствования человеком самосознания, самопознания и самоизменения. Составляющими его духовного мира выступают знания, моральные, художественно-эстетические переживания, ценностные ориентации и установки, которые формируются на основе соответствующего времени мировоззрения и миропонимания.

В главе «Теоретические основы современного представления о духовности» дается анализ современных научных, религиозных и духовно-эзотерических учений о духе, духовности, формировании высокодуховной личности. В качестве приоритетов развития человечества выдвигаются нравственные, общечеловеческие и духовные ценности, глобальное мышление, эмоциональное равновесие и стабильность, здоровый образ жизни, адекватное поведение в различных сферах жизни. Именно эти вопросы должны стать главными и определяющими в программах современного гуманистического образования и просвещения.

Следующая глава посвящена знакомству читателя с важнейшими духовными законами, которые даются в интерпретации В. Лободина.

Познания человека в понимании духовной анатомии все более углубляются. В настоящее время благодаря открытиям В. Ярцева, исследованиям А. Акимова и Г. Шипова по расшифровке торсионного механизма осуществления информационно-энергетического обмена организма человека с окружающим миром, пониманию голографического механизма функционирования сознания все более раскрывается представление о тонко-материальном устройстве человека. Последующие главы дают анализ сведений об организации духа, его составляющих и механизмах взаимодействия с другими показателями духовности. Согласно

современным представлениям первой составляющей духа является гармония, которая несет информацию об основополагающем качестве духа – любви.

Следующей составляющей духа можно назвать страх Божий. Эта составляющая определяет его качество – веру.

Третья составляющая духа – совесть, которая обеспечивает такое качество, как нравственное чувство.

Четвертой составляющей духа является стремление к Богу, что определяет такое качество духа как целеустремленность и проявляется в таких внешних свойствах, как морально- этические нормы.

Пятой составляющей духа является эволюционность. Данная составляющая определяет такое качество духа, как идея, которая во внешнем свойстве проявляется как стремление к постоянному познанию мира.

Шестая составляющая духа вытекает из его гармонии и эволюционности и выражается в невозможности возврата к старому, что несет ему новое качество – стабильность, которое проявляется в тонкой художественной и музыкальной восприимчивости.

Седьмой составляющей духа является мудрость, проявляющаяся в таком внешнем свойстве, как философское и научное мышление.

Последовательное раскрытие и развитие в себе семи духовных составляющих представляет осмысленный одухотворенный земной путь нравственного совершенствования.

В главе «Душа и ее составляющие» излагается взаимодействие души с духом, который определяет следующие ее составляющие:

- 1) понимание своего предназначения;
- 2) способность к душевному восстановлению через осознание (покаяние);
- 3) чувство меры;
- 4) зависимость состояния души от интереса к жизни, к своему развитию;
- 5) стремление к познанию истинных знаний;

- 6) стремление к гармонии внутри себя;
- 7) создание гармонии вокруг себя.

Перечисленные выше семь составляющих души отражают ее взаимодействие с духом. Но душа взаимодействует также с телом, что проявляется через ощущения:

- 1) заболевания до его клинических проявлений;
- 2) способность ощущать наличие или отсутствие энергии;
- 3) способность выполнять без усталости работу при наличии гармоничного состояния;
- 4) способность ощущать изменение энергии, внимания, настроения во время жизнедеятельности в течение дня;
- 5) способность души воспринимать гамму всевозможных ощущений;
- 6) способность владеть (управлять) своим организмом, своими чувствами.

Душа взаимодействует одновременно с физическим миром, миром чувств и мыслей.

Физическое тело дает нам познание физического мира с помощью осязания, обоняния, видения и слухания.

Астральное тело дает познание мира чувств, эмоций, переживаний. Ментальное тело дает познание через разум, интеллект и мыслительный процесс, которые создают возможность накапливать знания, мыслить, принимать решения.

Логическим продолжением рассмотрения функционирования духа, души и других составляющих структурной организации человека является изучение интуиции. Многие ученые считают, что интуиция – это один из способов корректирования действий души. Инструментом этого познания является сердце.

Главными условиями развития интуиции являются альтруизм, деятельная любовь ко всему живому, способность к служению, глубочайшее

духовное единение со всем сущим, невозможность использования этого ради собственной выгоды.

В соответствии с мнением, изложенным как в научных, так и в духовно-эзотерических изданиях, показателем правильности выбранного человеком пути развития, уровня развития сознания и формирования нравственности является гармоничное развитие его духа, души и тела, которое носит название здоровье.

Следующая глава настоящей работы посвящается анализу существующих данных о духовном здоровье. В ней обсуждаются проблемы моральности, нравственности и здоровья, технологии духовного оздоровления, стратегии здоровья. Особое внимание обращается на тот факт, что духовное здоровье реализуется через:

- уровень становления мировоззрения;
- формирование смысла жизни;
- формирование жизненных принципов и общечеловеческих ценностей;
- формирование интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы, обеспечивающей культуру мышления, культуру эмоций, поведения, свободу совести.

В соответствии с холистическим подходом к организации человека каждый грамотный человек должен знать алгоритм процесса творчества (созидания) и действовать по нему.

Особое внимание уделяется путям формирования духовного здоровья, которые включают: духовное очищение, несовершение дурных поступков, приобретение навыков позитивного мышления и чистоты помыслов, развитие самосознания и ответственного отношения к собственному организму.

Существенную помощь в этом вопросе дают сведения о принципиальных и методических подходах к комплексной диагностике состояния духовного здоровья. Данная глава включает как теоретический, так и практический материал, который был получен на базе кафедры валеологии

Харьковского национального университета имени В. Н. Каразина при мониторинге духовного здоровья студентов.

Завершающим разделом данного научного исследования является анализ темы «Духовность и образование». Прежде всего, на основе рассмотрения состояния здоровья школьников и студентов и анализа причин демографического кризиса в Украине, делается вывод о значительном негативном влиянии современной системы образования на здоровье учащихся. Поэтому прежняя педагогическая парадигма должна претерпеть гуманистическое преобразование, основанное на новых научных данных о мироустройстве и холистический природе человека. Ведущими направлениями современного гуманистического образования должны стать формирование духовности и нового мировоззрения. Принципами такого образования должны стать всеобщие законы жизни и основные положения стратегии здоровья.

Воспитание духовности в образовательном процессе должно начинаться с приобщения ребенка к морально-нравственным принципам общежития, знания божественных заповедей. Ведущим в деятельности педагога должен стать принцип культууроответственности, а сам образовательный процесс – личностно-ориентированным.

Пути духовного самосовершенствования включают развитие и расширение сознания, очищение, последовательность и устойчивость в пути, формирование культуры мышления.

Процесс духовного совершенствования включает процесс душевного воспитания, что означает приобретение способности любить, прощать, творить добро, быть милосердными, находить радость в труде. По мнению М. Евтуха, душевное воспитание состоит из трех взаимосвязанных процессов: самопознания, сдерживания и самопринуждения. Пути духовного развития человечества должны включать:

- 1) формирование нового мировоззрения, базирующегося на платформе новых взглядов на устройство мира;

- 2) формирование нового представления о сложной многомерной холистической организации человека;
- 3) формирование понимания ведущей роли духовности в процессе созидания здоровья как проявления высших законов мироздания;
- 4) воспитание навыков здорового образа жизни и обучение реализации внутренней гармонии физического, психического и духовного состояния человека, а также его гармонии с природной и социальной средой;
- 5) формирование приоритета оздоровительных мероприятий и ответственности за свое здоровье в течение всей жизни человека;
- 6) обучение новым технологиям оздоровления, основанным на взаимодействии энергоинформационных и вещественных механизмов действия;
- 7) подготовка к самореализации, самосознанию и сотворчеству.

Завершается раздел «Духовность» главой «Духовная эволюция человека». В ней анализируются этапы духовной эволюции человека, которые включают очищение, озарение и духовное совершенствование. Особое внимание уделяется формированию понимания о том, что совершенствование духовности общества зависит от духовного совершенствования каждого его члена, и определяющая роль в этом процессе отводится системе образования.

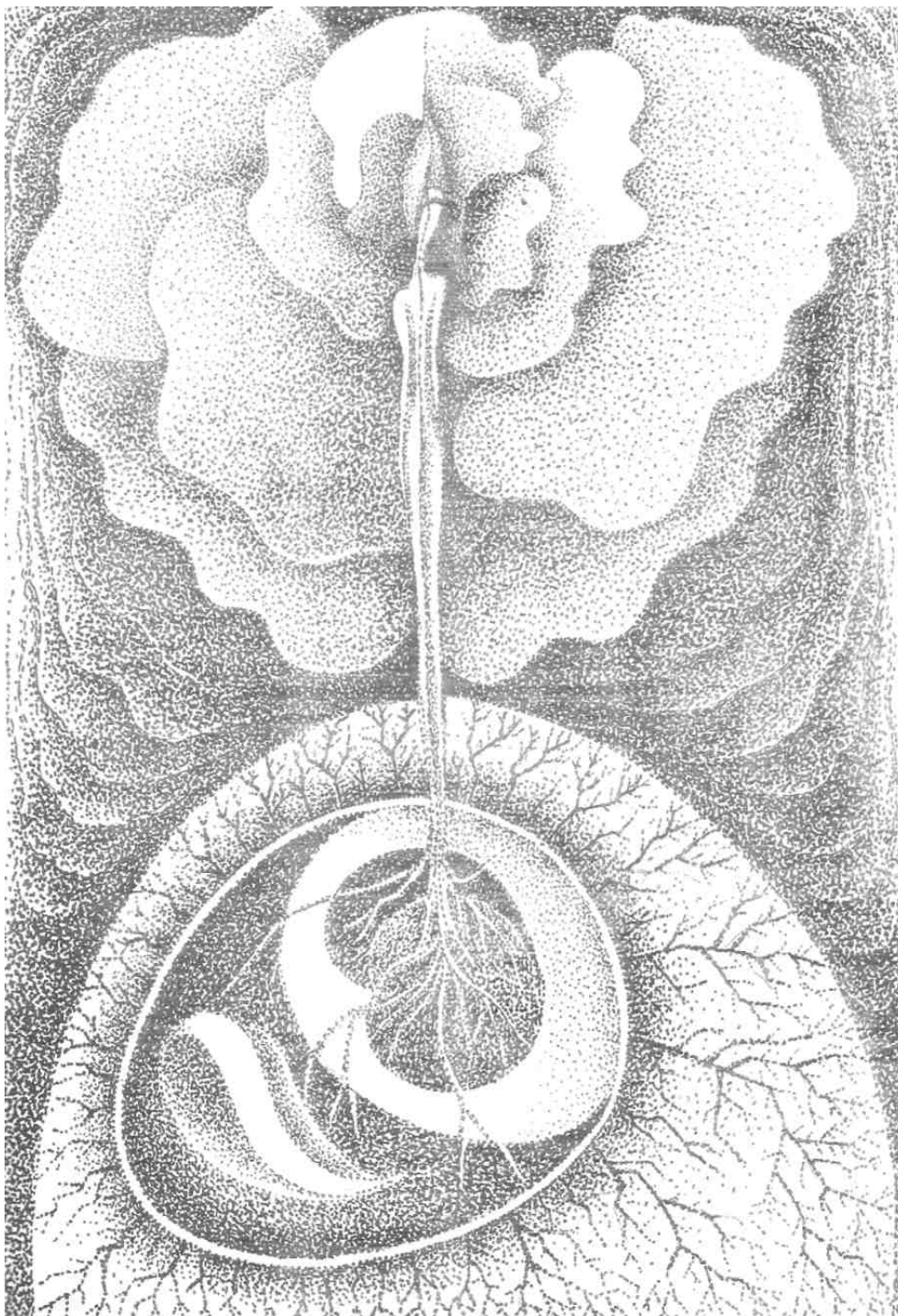
Именно этим вопросам посвящается данное издание, основная цель которого состоит в создании платформы педагогических знаний для формирования морально чистого и духовно здорового общества.

1. ВАЛЕОЛОГИЯ.

1.1. Валеология – наука о здоровье.

1.2. Основные этапы развития валеологии.

1.3. Цели, задачи и функции валеологии.



1. ВАЛЕОЛОГИЯ

1.1. Валеология – наука о здоровье

В настоящее время гуманистические аспекты валеологии привлекают внимание специалистов различных научных направлений. Одним из первых серьезное внимание развитию валеологии уделил академик В. П. Казначеев, назвав данную науку «жемчужиной славянской мысли». Выпустив ряд изданий по валеологии, В. П. Казначеев отмечает, что «валеологический анализ факторов здоровья требует переноса фокуса нашего внимания от медицинских, физиологических, биологических акцентов в направлении социологии, культурологии, сферы духовности. Проблема общей валеологии есть проблема предназначения человека, где духовно-этические, трудовые стороны должны сочетаться с его способностями, убеждениями, с его физическими, биологическими резервами».

Эта мысль созвучна современным идеям гуманистической педагогики, утверждающей глубокую органическую связь физического здоровья человека с его нравственными принципами.

Ранее эти идеи нашли свое отражение в работах З. Фрейда и Э. Фромма. Так, например, Э. Фромм указывал, что «если кто-то признает свою моральную и интеллектуальную цельность, то ослабляет или даже нейтрализует свою личность. Душевное здоровье не может быть отделено от основной человеческой проблемы – достижения целей человеческой жизни: независимости, цельности и способности любить».

Поэтому валеология наряду со знаниями о физиологии здоровья должна включать в себя в первую очередь общую философию жизни, знания о том, как противостоять судьбе, тем бедам и напастям, которые могут обрушиться на человека в течение его жизни.

Современный этап развития человечества характеризуется глобальными подходами не только к преодолению кризисных явлений в области экономики, экологии и культуры, но и к решению вопроса сохранения индивидуального и популяционного здоровья населения планеты Земля. Ведь

будущее любого государства определяется именно состоянием здоровья нации, которое включает физическое, психическое и духовное здоровье. В то же время зачастую человек ассоциируется только с его физическим телом, а состояние его психики рассматривается вне связи с духовной и физической составляющей, что отрицательно сказывается на состоянии здоровья населения.

В Украине, которая занимает в Европе самую большую территорию, и находится на пятом месте по количеству населения, к сожалению, отмечается прогрессирующая тенденция к ухудшению его здоровья, особенно детского, а количество умерших превосходит количество новорожденных. Такие показатели могут привести к вырождению нации. Особенно тревожным является факт увеличения количества детей с функциональными и органическими заболеваниями, а также с генетическими пороками. Это требует проведения комплексных оздоровительных мероприятий, направленных на улучшение процессов саморегуляции, самовосстановления и адаптации детского организма, что будет способствовать физическому, психическому и интеллектуальному развитию детей и молодежи. Следует отметить, что в стране отмечается увеличение проявлений негативного поведения (курение, употребление алкогольных напитков, наркотиков и др.), что приводит к ухудшению психического здоровья молодежи: вследствие сниженного уровня самоуважения и заниженной самооценки развивается агрессивность, конфликтность и т.п. Ведомственный подход, направленный главным образом на борьбу с последствиями отрицательных явлений, а также тактика запугивания и морализаторства приводит к разочарованию, раздражительности и социальной апатии в молодежной среде, что вызывает необходимость проведения профессиональной, целенаправленной просветительской работы, обеспеченной квалифицированными кадрами популяризаторов здорового образа жизни.

Для современного периода развития Украины особую актуальность приобретает изучение духовных факторов, формирующих социальные

ценности, присущие демократическому обществу. Относительно духовности следует отметить, что в молодежной среде зачастую развиваются негативные явления, влияющие на сознание и формирование личности, что требует внесения корректив в мировоззрение, предоставления информации о причинах и последствиях духовного «нездоровья». Только возрождение духовности украинцев и сохранение их самобытности позволят утвердить в общественном сознании национальную идею страны, будут способствовать гармонизации общественной жизни, достижению общественного благополучия и установлению культуры в межэтнических национальных отношениях.

Сказанное позволяет утверждать, что с самого детства следует формировать у подрастающего поколения осознанное восприятие себя как части мира, а также понимание важности своего личного здоровья для развития человеческого общества в целом, то есть формировать его сознание, физическое развитие. Большое значение имеют рациональное питание и лекарства для здоровых, то есть профилактика болезней. Однако, определяющая роль отводится всей системе образования и воспитания, в том числе и семейной педагогике.

Целостный подход к человеку изменил ряд наук прошлого и явился платформой для создания новых направлений, в том числе валеологии – современного учения об индивидуальном здоровье.

В конце XX ст. в познании жизнедеятельности человека официально утвердилось новое научное направление– «Валеология» (от лат. valeo – здравствую), которое изучает закономерности, методы и средства активного формирования, развития, укрепления и сохранения здоровья.

Валеология явилась основой, на которой свершился отрыв человека от внешних технократических проблем, и осуществилась переориентация на себя, свое здоровье, вглубь себя. Среди факторов здоровья стали фигурировать такие, как позитивная философия жизни, удовлетворенность

жизнью, достигнутыми целями, способность любить. Это был славянский путь пробуждения к познанию «внутреннего человека».

Валеология рассматривает здоровье человека в единстве его сложной структуры, которая включает в себя духовное, ментально-психологическое, физическое, социальное и космическое начало.

Валеология на современном этапе является не только специфической интегральной наукой о физическом, психическом, социальном и духовном здоровье человека на пути его духовно-творческой эволюции, но также синтезирует практические профилактически-оздоровительные знания о защитных механизмах человека, направляя их на эффективное использование в условиях глобального экологического кризиса. Она предполагает учет индивидуальных особенностей личности, имеет ярко выраженную педагогическую направленность, опираясь на достижения в области медицины, биологии, психологии, философии и других наук (рис.1).

Именно валеологический подход предусматривает активное саморазвитие сознания личности, ее полную и полностью осознанную ответственность за собственное здоровье и «здоровье» окружающей среды.

1.2.Основные этапы развития валеологии.

Валеология как самостоятельная наука, ориентированная на здоровье человека, сформировалась как альтернатива классической медицине. Она возникла в последнее десятилетие XX ст. и прошла в своем развитии несколько этапов.

Первый этап развития валеологии – возникновение и становление – связан с именем И. И. Брехмана, который в 1980 г. использовал термин «валеология» в книге «Человек и биологически активные вещества» и дал философско-методологическое обоснование предмета новой науки.

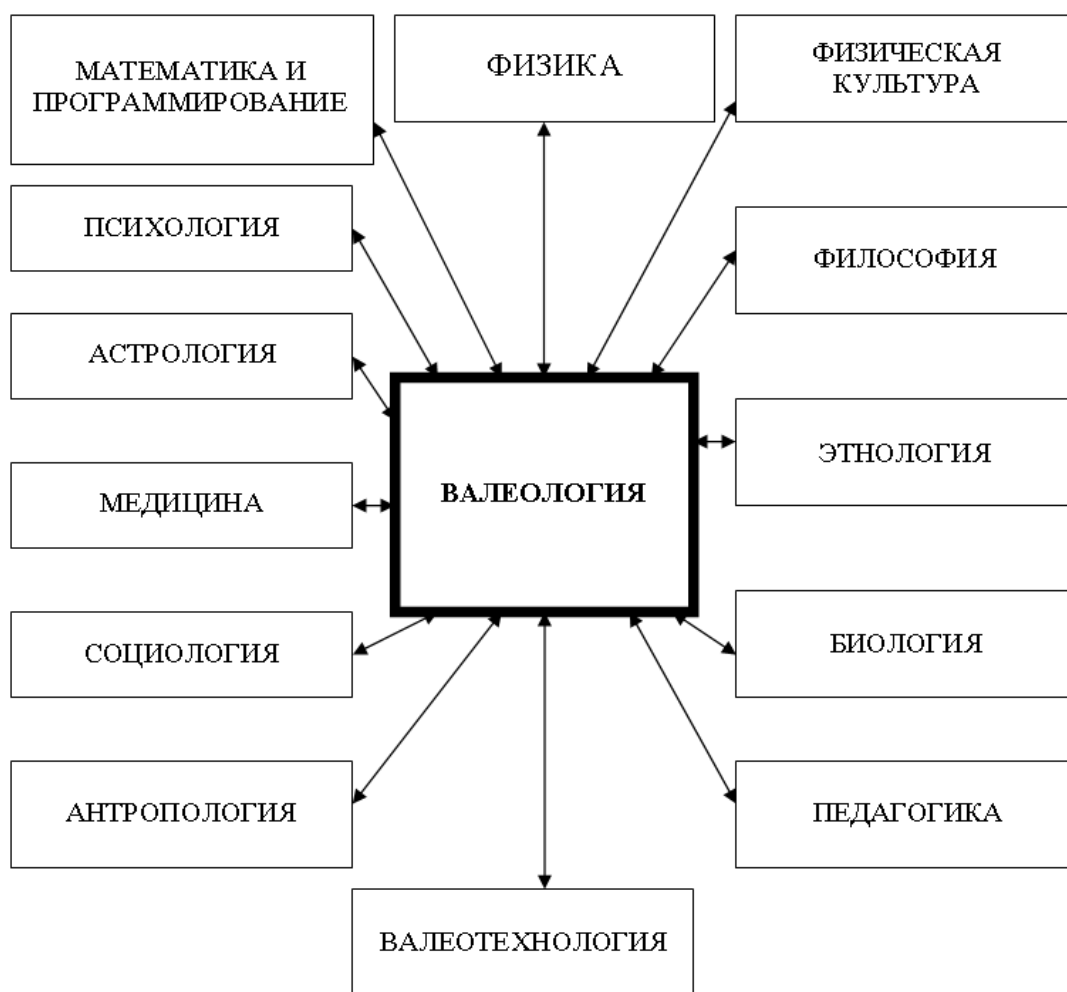


Рис. 1. Научно-практические взаимодействия валеологии

По мнению В. Л. Кулиниченко, **второй этап** становления валеологии развивался под влиянием бихевиоризма (от лат. *bihavior*– поведение) и характеризовался биологическим подходом к изучению человека, что нашло свое выражение в экспериментальном изучении различных констант, уровней и состояний здоровья. Бихевиористическая позиция при изучении человека сводится к рассмотрению человека как биологического объекта, не отличающегося по своим рефлексам от подопытного животного.

Третий этап развития валеологии, а именно ее гуманистическое направление, начался в середине 90-х годов как альтернатива экспериментально-биологическому, в частности с акцентом на изучение психоэмоциональных и духовных состояний. Эффективность развития данного направления находит свое отражение в изучении самочувствия

человека, повышении уровня его социальной адаптивности и соответствия той или иной валеологической технологии его индивидуальным особенностям.

К факторам, тормозящим развитие валеологии, относятся:

- во-первых, идеологические препятствия, выражающиеся в том, что мировоззрение лиц, занимающихся валеологией, сформировано в условиях господства старых парадигм – медицинских, психологических, педагогических, этических, философских и т.д. К сожалению, не так уж много людей, способных на быструю перестройку, гораздо проще игнорировать или критиковать новое с позиции привычного прошлого;

- во-вторых, социальные препятствия: валеология разрушает традиционную систему социальных приоритетов, социальных ролей и статусов. Она ставит на новую мировоззренческую платформу педагогику, психологию, медицину, что не может не сказаться на особенностях социальной структуры общества и положения в ней отдельного человека;

- в-третьих, экономические препятствия, связанные с парадоксом: новые валеологические технологии более эффективны и быстродействующи, требуют меньше материальных затрат, чем традиционная медицина.

Наша эпоха характеризуется, прежде всего, технизацией и механизацией, что приводит к дегуманизации общества, превращению человека в механизм. Подлинные ценности, в частности ценность каждой отдельной личности, могут быть достигнуты только в результате духовной революции, то есть при создании нового мировоззрения, которое будет утверждать жизнь и мир как исключительную самоценность. Это предполагает деятельность человека, направленную на совершенствование своей личности.

1.3. Цель, задачи и функции валеологии.

Основной целью валеологии является формирование, сохранение, укрепление и развитие индивидуального здоровья человека для обеспечения

оптимального качества его жизни, что связано с переходом от общественной здравоохранительной к индивидуальной здравосозидающей деятельности.

Цели и функции валеологической работы заключаются в совершенствовании способности каждого человека самостоятельно решать свои проблемы и справляться с трудностями. Среди ее приоритетных направлений выделяется «экосистемное» («человек в окружающей среде»), в котором анализируются и прогнозируются возможности адаптации человека к различным условиям существования.

Работа валеологов не ограничивается конкретными сферами работы (оздоровительной, педагогической), она включает и постоянно связана с аналитической, административно-организационной и научной деятельностью.

Валеологическая работа имеет комплексный характер, направленный на предотвращение аномальных явлений, лежащих в основе заболеваний, на предупреждение осложнений и негативных последствий болезни, а также на реадаптацию и реабилитацию пациентов, оказание им социальной помощи.

Задачи, которые стоят перед валеологами:

- создание социальных программ здоровья, с включением в них современных высокоэффективных технологий обучения и оздоровления;
- создание комплексных технологий всестороннего воздействия на здоровье людей в тесном сотрудничестве с другими специалистами (психологами, социальными педагогами, социологами);
- совершенствование и развитие системы валеологического образования и просвещения;
- разработка и усовершенствование комплексного диагностического подхода к исследованию функционирования системы «человек–среда», разработка методов оценки психосоциального воздействия стресса, предупреждения его развития и способы коррекции, совершенствование методов мониторинга здоровья;

- разработка методов валеологической поддержки, включая фитокоррекцию, новые технологии энергоинформационного воздействия и восстановления саморегуляции организма человека.

Валеология как наука ставит перед собой следующие задачи:

- изучение механизмов формирования, сохранения и развития здоровья человека, обеспечивающих его жизнедеятельность, в соответствии с индивидуальными характеристиками его здоровья;
- разработка системы качественной и количественной оценки состояния индивидуального здоровья и методов осуществления валеологического мониторинга;
- формирование мотивации к здоровому образу жизни;
- опережающая коррекция, т.е. предупреждение аномальных явлений, лежащих в основе заболеваний, негативных последствий болезни, а также разработка мер, направленных на реабилитацию личности.

Функции валеологии формируются с учетом того, что она, являясь комплексной наукой, очень тесно связана с педагогикой:

- системообразующая (систематизация теоретических знаний и практического опыта);
- нормативно-функциональная (разработка программ и методик, их апробация и адаптация к конкретным условиям);
- психолого-педагогическая (организация учебного процесса с позиций профессиональной этики);
- медико-социальная (сотрудничество с соответствующими учреждениями для обеспечения необходимым оборудованием и наглядными пособиями);
- этико-эстетическая (художественное оформление учебно-методических кабинетов);
- духовно-интеллектуальная (подбор и расстановка кадров с учетом профессиональных знаний, внутренней и внешней культуры);
- медико-аналитическая (своевременное снятие проблемных ситуаций, разрешение конфликтных ситуаций с учетом космических законов бытия).

Духовное обновление общества невозможно без соответствующей перестройки системы образования. Ведь именно образование осуществляет ведущее влияние на формирование и развитие личностных умений, способностей и характеристик будущих специалистов — членов общества.

Результаты и опыт многочисленных научно-педагогических исследований свидетельствуют о необходимости изменения содержания учебников, методов преподавания и т.д.

Однако главное — обновление принципов образовательной деятельности.

Еще в 70-х гг. XX ст. ЮНЕСКО признало состояние мировой системы образования критическим. Основная причина этого явления состоит в ориентации образования на развитие интеллектуальной сферы, а не на личность ученика. Даже воспитательный процесс и здоровье чаще всего считается менее важным, чем увеличение суммы знаний у детей.

Такая ориентация противоречит гуманистической направленности современного образовательного процесса.

Еще много столетий тому назад Пифагор доказал, что предоставление знаний морально несформированному человеку приводит к самоуничтожению человечества.

Подчеркивая необходимость духовного обновления общества, академик И. А. Вязной утверждает, что гуманистическое образование является наиболее новым и единственным путем постепенного оздоровления морального климата страны. Возможно, тогда придет новое поколение политиков — не с капиталом, учеными степенями, званиями, а с духовным и душевным светом, которые мыслят не служебно-инструментально, а в контексте ценностей и смысла человеческой жизни и культуры.

Обеспечение процесса духовного роста молодежи требует разработки и внедрения в систему национального образования определенных валео-педагогических мер.

Эта система мер должна базироваться на природных потребностях и закономерностях духовного развития личности, учитывать факторы, влияющие на духовное становление молодежи.

Основные социовалеологические факторы, которые, по мнению Э. Помыткина, составляют фундамент духовного роста детей и молодежи, включают: природные наклонности, особенности семейного воспитания, средства народного фольклора, игры, влияние учителей, авторитетных друзей, статус духовности в обществе и душе ребенка.

Сначала семьей, потом национальной системой образования прививаются высокие моральные ценности, качества, благодатные чувства веры, любви, мудрости, компетентности, глубокого уважения к роду, народу, языку, культуре; воспитывается духовная культура личности.

Гармоничное взаимодействие всех вышеуказанных составляющих способствует духовному росту молодежи. В целом же педагогическая система формирования духовности имеет духовную и социальную направленность. Она характеризуется непрерывностью и последовательностью, личностной ориентацией, учетом возрастных потребностей развития личности.

Соблюдение вышеуказанных требований способствует развитию духовно здоровой личности. Система валео-педагогического обеспечения должна включать: способы валеологической диагностики, валеологическое просвещение и образование, валеокоррекционные мероприятия, валеоразвивающие методики.

Знакомство учащихся с духовной историей человечества путем изучения духовных путей людей-творцов – носителей духовности (Пифагор, Платон, С. Радонежский, Г. Сковорода, Мать Тереза и др.)

активизирует механизмы наследования. Обогащение и реализация духовного опыта молодежи происходит при привлечении ее к духовно ориентированной полезной деятельности. Этому процессу предшествует разработка, апробация и осуществление специальных проектов, способствующих самореализации молодежи.

Рассматривая этапы духовного преобразования на протяжении образовательного процесса, следует отметить, что на первом уровне происходит овладение определенной системой ценностей и знаний духовной направленности. Это достигается путем использования учебных пособий по вопросам духовного здоровья, проведения духовно ориентированных спецкурсов, встреч с выдающимися личностями, которые смогли реализовать свой потенциал на пользу людям.

На втором уровне происходит формирование качеств высокодуховной личности. Формирование этих качеств достигается благодаря использованию валеологических тренингов, ролевых игр и специальных методик.

Примерами таких методик являются: методика позитивного мышления, тренинги по расширению сознания, трансформации характера, стиранию инграмм и др. Полученные знания должны закрепляться в условиях общественно значимой деятельности. Такой подход способствует расширению личностной духовности до общественно- социального уровня.

Затем необходим третий уровень валео-педагогических мероприятий, которые обеспечивают духовную самореализацию молодежи. Речь идет о разработке и внедрении специальных творческих личностных проектов духовной направленности, посвященных общественно-полезной деятельности. В этих проектах каждый выступает со своими потребностями, интересами, способностями.

В процессе работы учащийся (студент) из пассивного наблюдателя постепенно превращается в социально активную творческую

личность, которая через самосовершенствование стремится изменить мир к лучшему.

Таким образом, в основу валеологического и педагогического обеспечения учебно-воспитательного процесса, направленного на активизацию и поддержку духовного роста молодежи положены данные о закономерностях и механизмах духовного развития личности и духовного здоровья.

Сегодня работа валеолога представляет собой развивающуюся профессию, которая опирается на достижения многих наук. Его профессиональная деятельность регулируется правом и законом, нормами и правилами, составляющими в этический кодекс валеолога, который включает принципы и профессиональные нормы нравственного поведения, которыми руководствуются эти специалисты.

Но, определяя приоритетные направления развития валеологии как педагогической науки, следует отметить, что ее основные задачи состоят в первостепенном формировании духовных начал человека, базирующихся на современном представлении о мироустройстве и энерго-информационной организации человека. И уже на этой философско-холистической мировоззренческой платформе необходимо строить здание современного образовательного процесса по проблемам здоровья и гармоничного взаимодействия с окружающим пространством. Именно освещению этих вопросов посвящается данная работа.

Контрольные вопросы

1. Дайте определение валеологии как научного направления.
2. Раскройте суть понятия «холистический подход».
3. С какими сферами жизни взаимодействует валеология?
4. Какие этапы прошла валеология в своем развитии.
5. Что препятствует развитию валеологии?
6. Определите цели валеологии.

7. Определите задачи валеологии.
8. Охарактеризуйте функции валеологии.
9. Какие факторы тормозят развитие валеологии?
10. На базе каких достижений науки сформировалось научное направление валеология?
11. Социальные предпосылки развития валеологии в Украине.

2. ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА И ВСЕЛЕННОЙ.

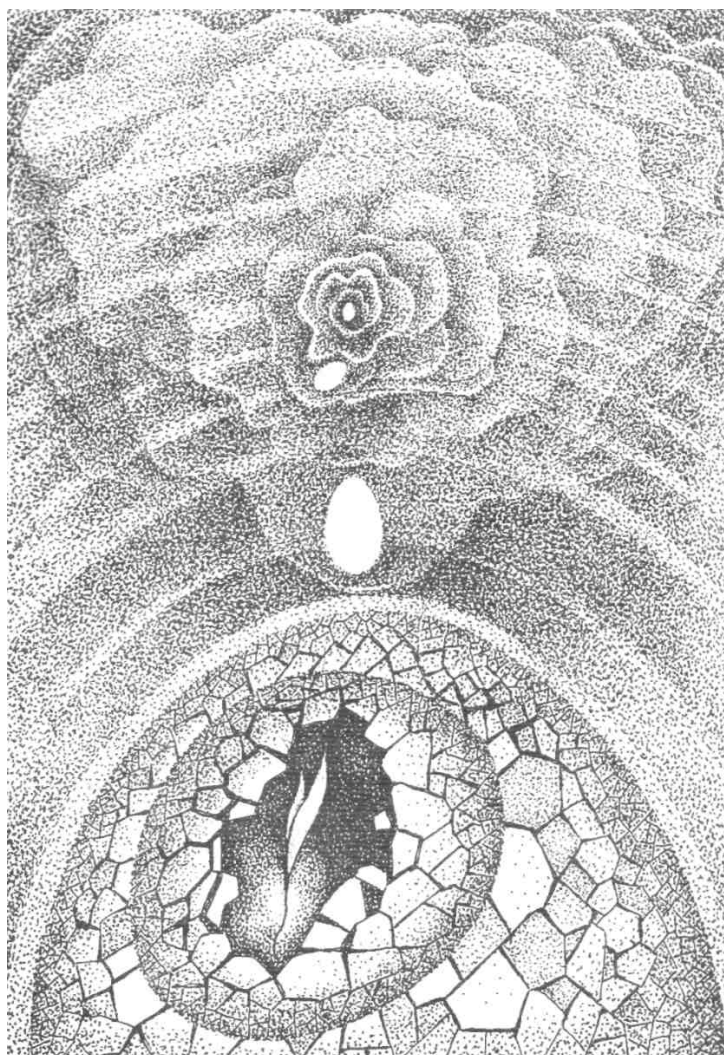
2.1. Мировоззренческие основы представления о мироустройстве и природе человека.

2.2. Современные представления об организации Вселенной.

2.3. Биоэнергоинформационная организация человека, ее свойства и функции в процессе формирования здоровья.

2.4. Основные принципы функционирования системы «человек - окружающая среда».

2.5. Современные представления о человеке как основа новой парадигмы воспитания и образования здорового общества.



2. ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЧЕЛОВЕКА И ВСЕЛЕННОЙ.

2.1. Мировоззренческие основы представления о мироустройстве и природе человека.

Нынешний период развития человечества характеризуется ростом заболеваемости, смертности, преступности. Среди факторов, обуславливающих сложившуюся ситуацию – бездуховность, не соответствующее времени мировоззрение и миропонимание, отсутствие знаний человека о себе, собственном организме, устройстве мира и своем месте в нем. Согласно анализу, среди знаний, которыми в настоящий момент обладает человечество, только 1 – 2 % представляют сведения о человеке, 90 % составляют знания о неживой природе, 4 -5 % – знания о растительном и животном мире. Такое несоответствие обусловило технократический уклон развития человечества и, соответственно, тупиковую ветвь развития нынешней цивилизации.

В информационном отношении данный период развития характеризуется смешением направлений: эзотерические, древнеиндийские, древнекитайские представления об устройстве человека соседствуют с новейшими молекулярно-мембранными расшифровками механизмов энергоинформационных взаимодействий. Старое и новое сосуществует рядом, дополняя и расширяя наши знания о человеке. Чувствуется, что человечество вступает в новый период своего эволюционного развития, период, который требует осмысления и обобщения наработанного на принципиально новом уровне понимания.

Так, вступив в новое тысячелетие, человечество обогатилось новым представлением об устройстве Вселенной, о голограммном механизме информационного обмена, знаниями о физическом вакууме, торсионных полях, создаваемых спином любой частицы.

Фундаментальными основами нового миропонимания являются закон Эйнштейна ($E=mc^2$) о связи энергии и вещества, а также достижения квантовой физики, позволившие обосновать голограммный принцип устройства Вселенной и человека и сформировать представления о физическом вакууме как праматери всего в природе. Смена парадигмы в естествознании меняет наши представления об окружающем мире и, соответственно, о человеке.

«Возрождение нашей эпохи должно начаться с возрождения мировоззрения. Именно сейчас, когда и у нас, и на Западе возникла пропасть между невиданными ранее достижениями науки и техники и примитивной духовной жизнью современного общества, основой которой стал культ материальных ценностей, когда происходит небывалое снижение морального уровня всего населения нашей планеты, и особенно ведущих его слоев, и осмеяние таких христианских добродетелей, как верность, честность, достоинство, благородство духа и бескорыстное служение обществу и истине, когда нравы рынка начинают господствовать и в политике, и в области духа, когда извращенное понимание свободы, равенства и независимости приводит к разрушению естественных связей между народами и к кровопролитным войнам, крайне важно возродить мировоззрение, в основе которого лежит вера в существование Высшего Начала Сущего, осознание сверхчеловеческого происхождения абсолютных нравственных ценностей и отказ от примата материалистичности в пользу примата духовности»— пишет академик Ю.И. Кулаков.

Мировоззрение нового вида базируется на таких научных основах:

- познании закономерностей энерго-материально-информационного обмена;
- голографическом механизме функционирования сознания;
- дуальности материи, ее волновых и корпускулярных свойствах;
- Эйнштейновском законе взаимодействия энергии и массы вещества;
- новых формах взаимодействия веществ;

- механизмах и особенностях развития материи в зависимости от гармоничности работы ее систем (уровня развития макро- и микромиров);
- представлении о здоровом человеке как о целостной триединой гармоничной полисистемной структуре, поддерживающей свое существование благодаря информационному, энергетическому и вещественному обменам.

Метаструктура взаимосвязи природы, знания и человека представлена на рис. 2.

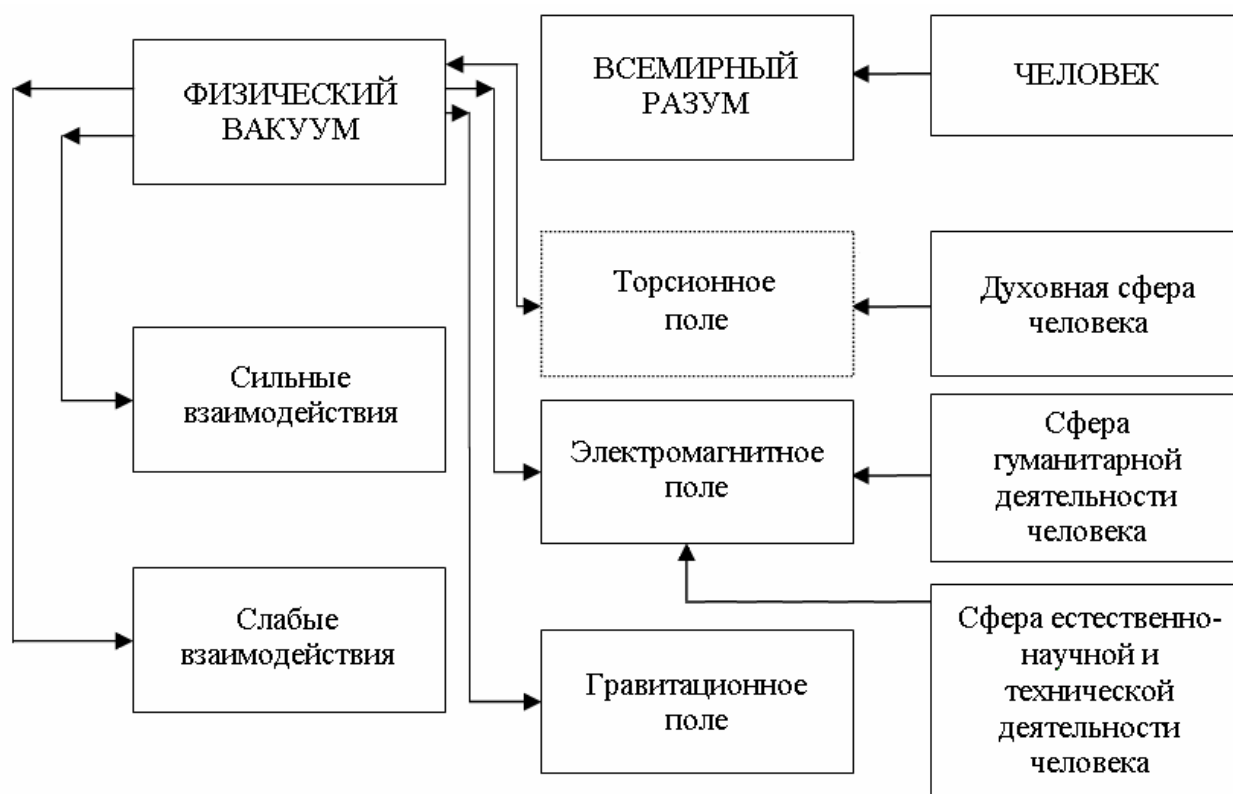


Рис 2. Метаструктура взаимосвязи природы, знания и человека

Из него следует, что человек взаимодействует с окружающей средой на языке волнового излучения: электромагнитного, гравитационного, торсионного.

Все эти вопросы подробно рассматриваются и обсуждаются в современными учеными. Имеющиеся на сегодня знания позволяют раскрыть и понять закономерности развития живого и неживого мира планеты Земля и выяснить условия и особенности энергоинформационного существования на

ней человека. На рис. 3 представлена модель информационно-энергетического пространства и витальности Вселенной, разработанной д.т.н. В. Волченко.

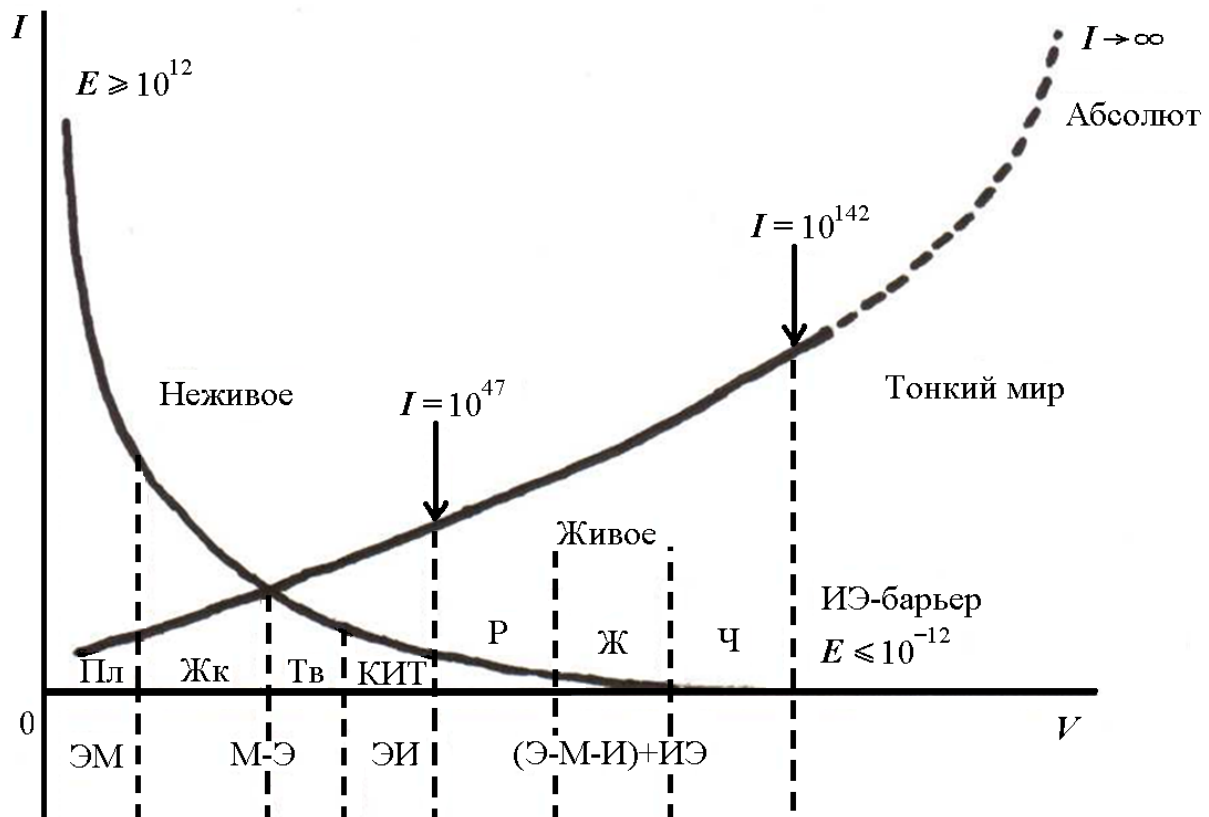


Рис 3. Диаграмма-модель информационно-энергетического пространства и витальности Вселенной.

Обозначения: I – информативность системы, измеряемая как информационная удельная мощность (бит/с х см куб. или на грамм массы);

E – энергетичность системы, измеряемая как удельная мощность (Вт/см куб.) или поток мощности (Вт х см кв.), необходимый системе для обеспечения ей требуемой информативности;

$V = I / E$ (бит/Дж) – витальность, или условная жизнеспособность системы; 0 – условная нулевая область диаграммы, отвечающая условному началу эволюции жизни во Вселенной.

Информация переносится звуковыми носителями, оптическими источниками как в видимом спектре частот, так и инфракрасном, и

ультрафиолетовом (включая рентгеновские и гамма-кванты) диапазоне, электромагнитными, гравитационными волнами, биополями и т. д.

Информация воспринимается органами чувств, их у человека пять: органы слуха, зрения, обоняния, вкуса, осязания. По мнению Б. Болотова к общеизвестным пяти следует добавить орган восприятия биополя, орган сновидения, орган астраловидения.

Информация бывает простая, например, в виде коротких сигналов или импульсов. Бывает информация сложная, в виде образа. Человек способен воспринимать и генерировать любую информацию в виде образа. Образы бывают позитивные и негативные. Это относится и к зрительным, и слуховым, и к чувственным образам, т. е. к ощущениям.

Восприятие органами чувств у человека всегда объемное. Глаз человека воспринимает не изображение, а дифракционную картину-решетку. Дифракционная картина всегда содержит все сведения о трехмерности образа. Точно также органы слуха различают не двухмерные звуковые образы, а трехмерные.

Безусловно, новые представления об устройстве макрокосмоса не могут не коснуться наших представлений о микрокосмосе, т.е. человеке. Особенно важны эти знания в аспекте выяснения законов и закономерностей развития человека, взаимодействия и соподчинения его составляющих (духовной, психической и физической) и его взаимосвязей с окружающим миром.

Именно на этом стыке нового и старого родилась „валеология” как интегративная наука о человеке, его здоровье при гармоничном взаимодействии с окружающей средой.

Основные положения валеологии базируются на фундаментальных научных разработках квантовой физики, нейрофизиологии, психологии.

В целом, они сводятся к тому, что:

1) каждая живая система поддерживает свое существование за счет информационного, энергетического и вещественного обменов;

2) в структуре человека это выражается триединством духовной, психической и соматической составляющих здоровья;

3) эти три составляющие подчинены закону иерархии: вещественные элементы оживляются и движутся энергией, а структура и функция всей системы в целом определяется и управляется информацией, заложенной в ней.

Основатель валеологии И. И. Брехман пишет: «Приобретение знаний осуществляется через энергоинформационный обмен, ведь жизнь - единая энергетическая совокупность трех потоков: вещества, энергии, информации».

Воздействие на человека осуществляется:

- с применением образов, символов, знаков, слов;
- с передачей знаний, опыта, информации;
- с организацией жизни человека в обществе.

В современном обществе главная гносеологическая проблема состоит в отсутствии соответствия между новой парадигмой устройства мира и представлением о структурной организации человека. Сделаны первые шаги: здоровье понимается как интегральная характеристика гармоничности физического развития, психического состояния и уровня сознания человека, определена иерархия составляющих здоровья по пирамидальному типу.

Но сейчас этого недостаточно. Для того, чтобы наука о здоровье не приспособливалась к старым «научным трафаретам», а творчески развивалась, необходимо базировать ее на новом представлении о структуре организации человека, созданном на основании достижений квантовой физики, нейрофизиологии, психологии и других наук, структуре, не выделяющей человека из окружающего мира, а свидетельствующей о единстве и взаимосвязи с ним. И выражать эти знания не в Аюрведическом или древнекитайском истолковании, а давать их в современной научной интерпретации с использованием фундаментальных положений физики и математики об устройстве Вселенной, материальности мыслей, торсионных полях для объяснения формирования тонких тел и понимания взаимосвязи

организма человека и Вселенной. Именно новое, современное представление об устройстве человека позволит рассматривать здоровье как результирующую гармоничного взаимодействия человека с окружающей средой через информационный, энергетический и вещественный обмен.

Согласно сложившимся на сегодня представлениям, структурная организация человека включает три составляющих: дух, душу и тело, которые заключены в физическую и тонкую оболочки. Физическое тело, наиболее изученное, представляет собой грубую материю. Тонкие тела представляют собой различного вида излучения-вибрации, которые путем интерференции образуют единое целое с окружающей средой. Находясь в информационно-энергетических потоках, человек имеет собственное силовое поле, ответственное за самоорганизацию системы. Таким образом, каждый человек является структурной частью единого космо-планетарного пространства и энергоинформационного поля Земли. Отсюда вытекает основное положение нового представления о структурной организации человека: человек имеет двойную природу происхождения – земную и космическую. Творческое развитие этого положения мы находим в трудах академика В. И. Вернадского.

Анализ представлений мыслителей Востока об устройстве человека и научных трудов ученых Запада о механизмах энергоинформационного обмена позволяет на тонком плане выделить эфирное, астральное, ментальное, каузальное, будхиальное, атманическое тела, окружающие в виде кокона физическое тело человека (табл. 1).

Самочувствие человека, его поведение и мышление зависят от гармоничности состояния души, духа и тела, которые соединяются окружающим миром и регулируются через энергетические центры – чакры.

Данное представление о структурной организации человека соответствует новой парадигме устройства мира и подтверждается такими биофизическими методами, как биорадиоэстезия, Карлиановское свечение, измерением потенциалов БАТ с помощью диагностики Фолля, Накатани, а

также научными исследованиями В. П. Казначеева, В. П. Волченко, К. Г. Короткова, А. Е. Акимова, Г. И. Шипова и др.

Более подробно эти вопросы будут рассмотрены в следующих разделах.

Таблица 1. Представления о структурной организации человека

| Древние народные представления | Эзотерические доктрины | Современные философско-валеологические представления |
|--------------------------------|--|--|
| 3. Дух | 7) Атманическое тело (духовное «я») | Смысловая (духовная) сфера |
| | 6) Будхиальное тело (духовная мудрость, знания, освященные любовью) | Ценностная (аксеологическая) сфера |
| 2. Душа | 5) Каузальное тело (духовная интуиция) | Творческая одаренность, гениальность |
| | 4) Ментальное тело | Интеллектуальная сфера |
| | 3) Астральное тело | Эмоционально-чувственная сфера |
| 1. Плоть | 2) Эфирное тело | Иммунная система, биоэнергетика человека |
| | 1) Физическое тело | Физическое тело |

2.2. Современные представления об организации Вселенной

Религиозные и духовно-эзотерические философские учения и передовые теории современной науки представляют человека в качестве космопланетарного, биосоциодуховного феномена в единстве его духовной, психической и физической природы.

Существует положение, что сама Вселенная образовалась как тонкое энергетическое поле и только в процессе эволюции постепенно становилась более плотной. По представлению Тиллера, Бог изначально создал ее как идею, которая послужила шаблоном для формирования все менее тонких уровней космического энергетического поля, пока не превратилась в голограмму физической Вселенной.

Планы, или миры Вселенной, являются квантовыми уровнями, на которых материя имеет устойчивое существование и возможность организации и развития. Еще недавно тонкий мир считался областью метафизики и эзотерики, но с начала 90-х годов XX века, когда появились современные теории физического вакуума, был найден и достаточно глубоко обоснован материальный носитель информации в тонком мире – торсионные поля, или поля кручения. Исследованием тонкого мира вплотную занялась квантовая физика.

Учитывая представления духовно-эзотерических школ, философских учений и современные научные знания, в структуре Вселенной выделяется семь квантовых уровней:

1. **Физический мир** – мир объектов, место проявления и наработки силы, место творчества.
2. **Эфирный мир** – мир энергетического обмена.
3. **Астральный мир** – самосветящийся мир чувств, иллюзий, фантазий и желаний, в котором происходит разделение на светлых и темных.
4. **Ментальный мир** – мир неотделимых друг от друга мысли и формы, где материя обретает информационную форму в виде алгоритмов,

условий, матриц и программ, определяющих движение и развитие в астральном мире и на физическом плане. Носителями информации здесь являются торсионные поля.

5. **Каузальный мир, или мир причины** – мир тонкой и сверхтонкой информации. Его задачей является обогащение мира информацией о собственном устройстве, благодаря чему он развивается, порождая все большие по сложности формы, его составляющие.

6. **Мир Буддхи** – мир законов и принципов, по которым действует дух, мир силы. Человек может войти в него, если разовьет парадоксальное мышление и освоит парадокс.

7. **Нирванический мир.** Войти в его вибрации и получить просветление возможно только после освоения вибраций мира причины, что означает не только знание законов, но и следование им на жизненном пути духа и жизни в духе. Он постигается мудростью и творчеством. Здесь открыты двери в иррациональный мир бытия творца (рис. 4).

Каждый план бытия проявляет свои вибрации в человеке. Человек является центром приложения сил Вселенной, но вместе с ним он еще должен реализовать эту возможность. По В. Шматову, бытие человека подчиняется двум основным законам.

1. «Человек, живя в самом себе, в самом себе и двигается». Следствие первого закона: человек, живя в мире, двигает мир.

2. «Человек есть грандиозная система сил и притом сил свободных». Но! Свободные силы человек должен сотворить.

Итак, окружающий нас мир представляет собой целостный гармоничный объект, который развивается по воле и замыслу Создателя.

Сложнейший по своей структуре тонкий мир представляет собой гигантскую голограмму со всеми свойствами, присущими голограммам, физическому вакууму и торсионным полям, а именно: многослойность Мироздания, мгновенная передача информации, присутствие в мельчайшем элементе всей имеющейся во Вселенной информации и др.

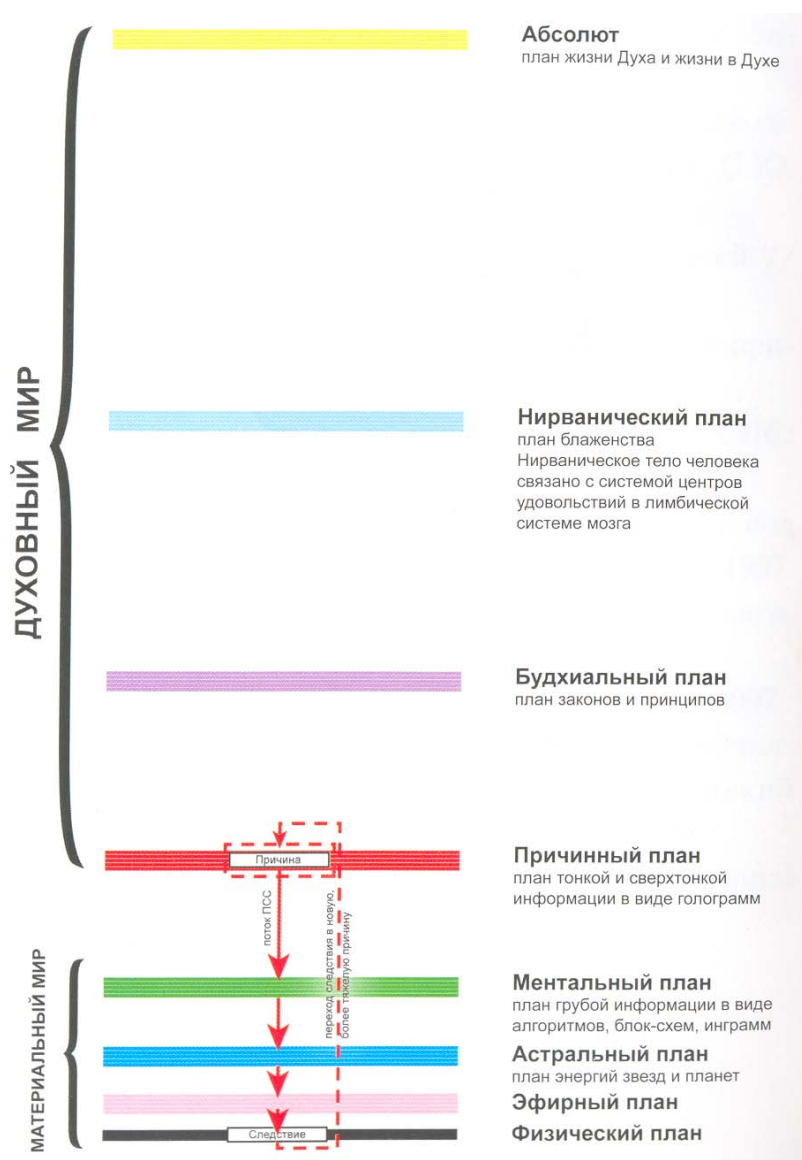


Рис.4. Структура Вселенной

2.3. Биоэнергоинформационная организация человека, ее свойства и функции в процессе формирования здоровья.

Человек является частью бесконечного многообразного целого, созданный по его образу и подобию и наделенный свободной волей. Как образ и подобие Творца, человек сам есть творец и призван к творчеству. Поэтому возможности человека безграничны, и только от него самого зависит, найдет ли он свое место в этом мире.

Слово «человек» состоит из двух корневых частей: «чело» (с санскрита – ученик) и «век» – время, и поэтому может трактоваться как «ученик

времени». Именно это отражает его предназначение. Человек представляет собой многомерное существо, которое периодически приходит в этот мир для обучения и наработки опыта земной жизни. Все попытки раскрыть сущность человека с позиций одновременности, без учета постоянно происходящих изменений, не раскрывает его сущности во всей полноте. Это свидетельствует о том, что человек на протяжении всей своей жизни должен учиться, познавая и оценивая происходящее, что обеспечит необходимые для этого условия: человек будет здоров. Все попытки сохранить старое состояние сознания, нежелание постигать новое знание и изменять свой внутренний мир неизбежно приведут к возникновению проблем со здоровьем, решение которых возможно только после устранения причин, вызвавших ее.

На протяжении вековой истории существования человека, которая предшествовала разделению медицины на западную и восточную, он воспринимался не как покоритель природы, а именно как целое – как часть мироздания. С этих позиций каждый человек представляет собой совокупность накопленного позитивного и негативного опыта как в этой жизни, так и во всех предыдущих воплощениях, который должен быть использован для его дальнейшего совершенствования.

Основное отличие валеологии и альтернативной медицины, при всем разнообразии используемых приемов, заключается в комплексном системном подходе к человеку, рассмотрении его во всем многообразии связей, с возможно более полным учетом всех уровней функционирования и управления.

Являясь продуктом эволюции природы, человек существует также в мире духовной реальности, то есть на пересечении двух миров. Человек, гармонично вписанный в мировое единство, нашедший и осуществляющий свое предназначение, не должен и не может болеть ни при каких обстоятельствах. Дух пребывает вне времени и вне пространства, и признаками его в нашем мире есть свобода, смысл, творческая активность, целостность, любовь, ценность божественного мира и единение с ним.

Американский философ Уильям А. Тиллер точно сформулировал суть такого подхода: «Судя по всему, человек – это вневременное, внепространственное космическое существо, чье сознание помещено в ограниченном пространством и временем тело, дабы он научился постигать, что такое истинное «Я» и как нужно сосуществовать в гармонии с ним. Ввиду «запретности» сознания в пространственно-временном отношении у него довольно ограниченное представление о реальном мире и собственном «Я».

Рассмотрение человека как целостной многомерной системы базируется на:

- достижениях квантовой физики;
- голограммной модели сознания человека;
- достижениях нейрофизиологии и психологии;
- представлениях о человек как носителе информации Вселенной, которые основаны на голограммном принципе ее строения.

Биосистема человека характеризуется:

1. Способностью к саморазвитию, то есть наличием генетически запрограммированного возрастного развития. По мнению В.И.Вернадского, основу такого развития составляет асимметрия пространства живой системы, а поскольку пространство и время взаимосвязаны, то и время жизни является асимметричным и течет только в одном направлении – от рождения к смерти.
2. Способностью к самореализации, а именно:
 - самообновлению через взаимообмен веществом, энергией и информацией;
 - саморегуляции, осуществляемой по принципу контура;
 - самовосстановлению обусловленному регенерацией, множеством способов параллельного регулирующего контроля и степенью компенсации.
3. Способностью к самовоспроизведению. В.И. Вернадский выделил два главных свойства живого – асимметрию пространства и времени

и колоссальную энергию размножения. Эта способность осуществляется при передаче потока генетической информации последующим поколениям организмов.

Биологический аспект существования человека связывает его с животным миром, но свою эволюцию человек совершает, прежде всего, в *психической сфере*, которая подразделяется на сознание, подсознание и сверхсознание, причем неосознаваемая часть составляет 90 % всего психического материала.

Психическому уровню развитию человека свойственны и такие качества, как открытость, способность к самообновлению, самореализации и саморазвитию. Но эти вопросы к настоящему времени недостаточно изучены.

Эволюция человека предполагает увеличение осознаваемой части сознания за счет уменьшения неосознаваемой его части, то есть за счет расширения сознания.

Человек как открытая система постоянно обменивается с окружающей средой информацией, энергией, веществом. Формами такого обмена являются питание, дыхание, движение, психо- и биоэнергоинформационный обмен.

Основу оздоровительных систем составляет оптимизация этих видов обмена. В связи с тем, что человек развивается в *пространстве и времени*, необходима корректировка его жизнедеятельности с биоритмами окружающей среды.

Цель эволюции человека состоит в овладении всей сферой сознания, а также осознание области сверхсознания наряду с подсознанием.

Управление здоровьем должно начинаться с вершины пирамиды, т.е. с духовной составляющей. Без понимания человеком *высших аспектов бытия*, то есть смысла жизни, ее целей и путей самореализации, и согласия со своей совестью, невозможно сформировать здоровье. Ведь неудовлетворенность своей жизнью всегда порождает нездоровье человека через психические эквиваленты.

Роль высших психических аспектов в контексте сохранения и восстановления здоровья включает:

1. Воспитание и перевоспитание человека, перевод его жизненных ценностей из эгоцентрической плоскости в альтруистическую;
2. Признание роли высокой, доброй, развивающей, творческой цели в жизни человека как фактора гармонизации его психики, а, следовательно, и тела;
3. Признание воли и веры в управлении своим здоровьем.

На принципах гармонизации *альтруизмом, любовью, прощением* основаны многие методы трансперсональной психологии и психотерапии, духовного целительства.

Человека нужно не столько лечить, сколько учить его правильно жить.

Отношение к своему здоровью должно стать *осознанным* инструментом самореализации и эволюции. Процесс сохранения и укрепления здоровья подлежит управлению. Воля, намерения – это *осознанное желание*. Воля является главным рычагом управления здоровьем. Если же здоровье необходимо восстанавливать, то необходима *вера в успех*.

Идея об осознанном управлении своим здоровьем является одной из основополагающих в валеологии. Она сводится к следующему:

- активизации механизмов валеогенеза;
- интегративному подходу (системному, холистическому);
- использованию немедикаментозных методов;
- иерархичности духовной, психической и физической составляющих.

После того, как человек путем внутренней гармонизации и восстановления отношений с окружающей средой будет возвращен в «безопасную» зону здоровья, дальнейшая работа по сохранению и укреплению здоровья возлагается в основном на самого человека под контролем валеолога, который создает мотивацию здорового образа жизни и

дает рекомендации по его организации с учетом особенностей конституции пользователя.

Валеология рассматривает три типа диагностических моделей:

- нозологическая диагностика;
- донозологическая диагностика;
- диагностика здоровья по прямым показателям.

В настоящее время нарушение здоровья ассоциируется с процессом изменения адаптационных реакций (АР).

Принято выделять:

1. Норму АР, что соответствует уровню функционирования здорового организма.
2. Напряжение АР, что соответствует напряжению регулирующих механизмов.
3. Срыв АР, что соответствует формированию болезни.

Основные принципы формирования здоровья. Управление здоровьем предполагает:

- сбор и осмысление информации (диагностика и прогнозирование);
- принятие решение и его реализация.

Реализационный аспект – это практика формирования, сохранения и укрепления здоровья. Методологическую основу этой практики составляют, во-первых, философские положения, которые позволяют выявить диалектическое взаимодействие педагогических явлений и процессов; единство деятельности и сознания в развитии личности; единство теории и практики; во-вторых, идеи гуманизации педагогического образования; в третьих, системный подход к исследованию причинно-следственных связей в социальных, экономических и образовательных процессах; в-четвертых, теория целостного (холистического) подхода, рассматривающая личность в целом, как на индивидуальном, так и на социальном уровнях. Такой подход возможен только при условии опоры на креативность, духовность, ответственность и осознание того, что стержнем становления и целостности

является активная волевая личность, которая знает законы развития и функционирования своего организма, выполняет их, и это обеспечивает условия для создания собственной системы саморегуляции, самовоспитания, самосовершенствования и дает возможность человеку реализовать свой биологический и духовно-творческий потенциал.

Для осуществления эволюционного скачка в новое будущее человек должен поставить для себя вехи на пути в это будущее, а значит подчинить свою жизнь служению высокой идее. Такой идеей для всех людей будущего тысячелетия может служить идея бессмертия человека. Эта идея присутствует во всех религиях, начиная с зачаточных верований дикарей.

Для человека, как существа природного, естественно, бессмертия не существует ни для тела, ни для души. Человек, как существо духовное, принадлежащее к нетленному миру, когда в нем побеждает дух, и духовность овладевает его природными элементами (душой и телом), бессмертен и вечен. Работа духа в душевном и телесном элементе и составляет личность в человеке. Космичность личности требует от человека поиска пути его спасения. Но спастись – не значит умереть для этого мира и перейти в мир иной; спастись – значит так преобразить мир, чтобы над ним не властвовала смерть, чтобы в нем все живое воскресало. Бессмертен весь состав человека, которым овладевает дух. Дух есть жизнь, опыт, судьба.

2.4. Основные принципы функционирования системы человек – окружающая среда.

Здоровье человека - важнейший показатель качества окружающей среды. Формирование культуры здоровья в современных условиях экологического и духовного кризиса, понимание необходимости самооздоровления и оздоровления своей среды обитания и выработка необходимых для этого умений являются основой выживания человечества и его духовной революции. Решить эту проблему можно с помощью теоретической разработки и практической реализации концепции эколого-

валеологического образования и воспитания как подрастающего поколения, так и взрослого населения.

В основе создания концепции эколого-валеологического образования и воспитания лежит понимание феномена человека, принципы его организации. С позиций целостного подхода структурную организацию человека можно представить в виде пирамиды. В ее основе находится физическое тело, психическая составляющая (интеллектуально-эмоциональная сфера) – средняя часть пирамиды, а духовная составляющая – вершина пирамиды. Пирамида имеет свои принципы и законы организации. Эта организация иерархична и управляющим ее элементом является вершина (рис. 5).

Пространственным аспектом функционирования физической составляющей является обмен с внешней средой – жизненным пространством. Формы такого обмена – питание, дыхание, биоэнергообмен. Пространственным аспектом функционирования психической подсистемы является психообмен.



Рис. 5. Тактика познания и оздоровления, принятая в валеологии

Сюда относится влияние человеческого окружения на уровне микрогруппы, коллектива, общества. Внешним проявлением духовной

подсистемы являются духовные законы, законы морали, общечеловеческие ценности (рис. 6).

Буквы, цифры, чувства, мысли, даже не высказанные вслух, произносимые на любом языке представляют собой вибрацию световых волн, имеющую цветовую и музыкальную гамму. Цвет и музыка взаимопереходящи: они представляют собой энергию движения света, преобразующуюся в семи-радужность. Волновая энергия света по сложным космическим законам развития поддерживает вечность движения и развития мира, создает многообразные формы энергетической и атомно-молекулярной жизни Вселенной, формирует различные по плотности планеты и межпланетарные пространства. Все во Вселенной взаимодействует по законам энергетического резонанса.

Исследование тонкоматериальных тел открывает абсолютно новые возможности познания мира и самого человека, понимания закономерностей человеческой жизни, единства в человеке органических, неорганических,

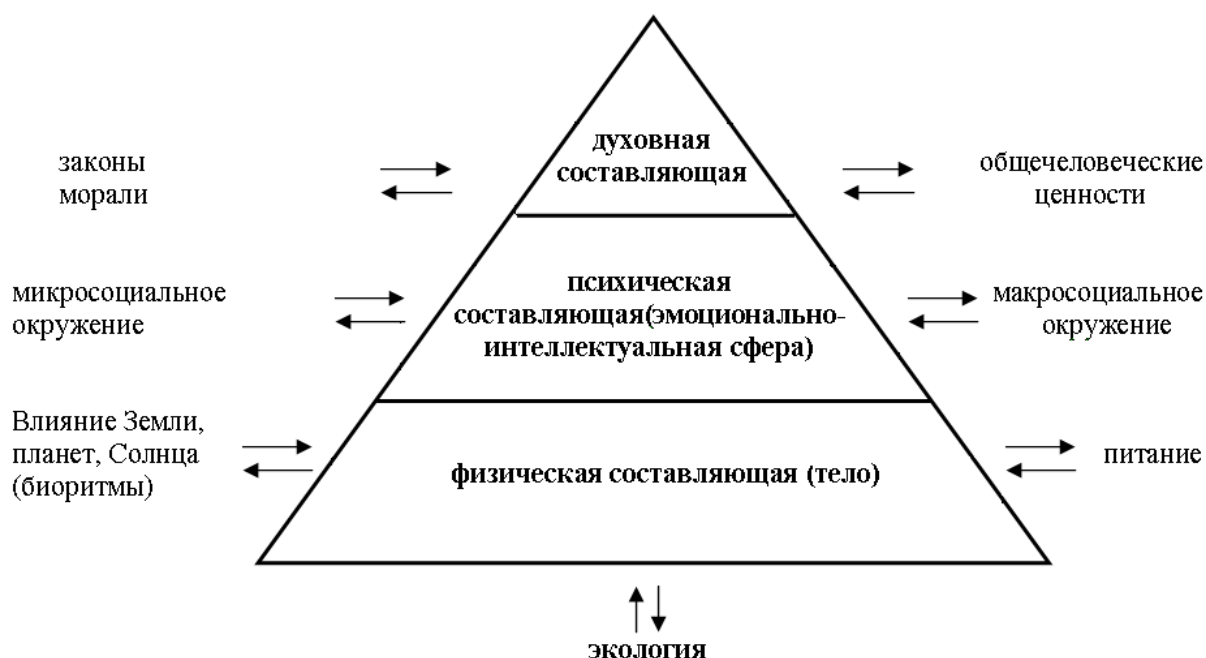


Рис 6. Структурная модель человека и ее внешние (пространственные) составляющие

информационных, энергетических, духовных материй человеческого, земного, космического и духовного происхождения нынешнего и

прошедшего времени, дает понимание того, что в человеке информационно-энергетически соединен человек прошлый, нынешний и будущий, временная биологическая и вечная информационно-энергетическая жизнь.

На нынешнем этапе развития о человеке и его здоровье мы больше не знаем, чем знаем. Из этого вытекает очень важный вывод: необходимость интенсификации научных исследований по валеологии в самых различных направлениях. Научные исследования должны опережать на 5 – 10 лет практические внедрения. И поэтому среди множественных направлений развития валеологии должен отдаваться приоритет теоретическим разработкам.

2.5. Современные представления о человеке как основа новой парадигмы воспитания и образования здорового общества

Следующей задачей чрезвычайной важности является валеологическое образование.

Одной из главных проблем наступившего XXI века – века передовых информационных технологий, века, базирующегося на новой физической парадигме устройства мира - является проблема повышения образовательного потенциала, массового просвещения и восстановления здоровья. В Украине в этом направлении наблюдается определенное отставание. Так, если курс «Health education» читается в течение всего учебного процесса школьникам и студентам США, Японии, Канады, стран Европы, то в Украине валеология была отнесена к числу вариативных дисциплин и поэтому читалась не более, чем в 30 % школ. Только некоторые педвузы ввели курс валеологии в свои учебные планы. Большинство же студентов не получают знаний о здоровье и здоровом образе жизни вообще.

В основе валеологического образования должны лежать представления о новой парадигме устройства мира и соответствующей ей структурной организации человека. Формирующаяся в результате такого подхода

мировоззренческая концепция обеспечит холистический подход к здоровью человека и обеспечит его дальнейшее гармоничное развитие.

Составной частью любого учебного процесса должны стать экспресс-диагностические обследования уровня духовного, психического и соматического здоровья дошкольников, школьников и студентов, степень гармонизации их развития, с последующими рекомендациями родителям, учителям, самим школьникам и студентам по коррекции выявленных недостатков.

Подобное отношение к воспитанию, обучению, образованию, оздоровлению детей у молодежи является социальным заказом общества, желающего сохранить, упрочить свое государство.

Целостный (холистический) подход к человеку как биоэнергоинформационной системе является основой разработки качественно новых и усовершенствование, исправление недостатков существующих методологий, методов и средств обучения, воспитания, развития, а также лечения, релаксации, реабилитации, регенерации и реконструкции человека. Целостный подход к человеку позволяет разработать концепцию эколого-валеологической культуры человека, новую мировоззренческую парадигму духовной эволюции человека как безальтернативной стратегии выживания цивилизации и сохранения здоровья в условиях катастрофически нарастающего глобального экологического и духовного кризиса, перейти на ноосферный уровень развития.

Контрольные вопросы

1. Охарактеризуйте современный период развития человечества.
2. На чем базируется мировоззрение нового времени?
3. Какими новыми знаниями обогатилось человечество в новом тысячелетии?
4. Опишите метаструктуру взаимодействия природы, знания и человека?

5. Опишите основные положения валеологии, принимая во внимание фундаментальные научные разработки психологии, нейрофизиологии и квантовой физики.
6. Что есть «жизнь» по мнению основателя валеологии И. И. Брехмана?
7. Опишите сложившиеся на сегодня представления о структурной организации человека.
8. Нарисуйте и охарактеризуйте структурную организацию человека в виде пирамиды.
9. Назовите квантовые уровни структуры Вселенной и охарактеризуйте каждый.
10. Раскройте суть двух основных законов бытия по В. Шматову.
11. На чем базируется рассмотрение человека как целостной многомерной системы?
12. В какой сфере происходит эволюция человека в настоящее время? Что является целью эволюции?
13. В чем заключается роль высших психических аспектов в контексте сохранения и восстановления здоровья?
14. Назовите принципы гармонизации.
15. Возможно ли управление здоровьем?
16. Назовите цели эволюции человека.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.
- 21.
- 22.

3. ЭНЕРГО-ИНФОРМАЦИОННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТОНКИХ ТЕЛ ЧЕЛОВЕКА.

3.1. Общая характеристика структуры и функций тонких тел человека.

3.2. Структура и функции энергетических центров – чакр.

3.3. Общая характеристика излучений тонких тел человека – ауры.

3.4. Лестница восхождения или этапы духовного совершенствования.

3.5. Взаимодействие тонких тел, их функции и динамика качественного преобразования при восхождении.

3.6. Духовно-психологические функции энергетических центров – чакр.



3. ЭНЕРГО-ИНФОРМАЦИОННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТОНКИХ ТЕЛ ЧЕЛОВЕКА

3.1. Общая характеристика структуры и функций тонких тел человека.

До сих пор, говоря о человеческом организме, упоминали только две структуры – физическое тело и биополе. Это очень грубое деление. Оказывается, «тело» человека так же многослойно, как и Вселенная. Как считает проф. З. К. Бороздин, очень много сделавший для исследования тонких тел, «человек потенциально способен развить семь тел, соответствующих семи информационным уровням, и связь с этими уровнями осуществлять с помощью информационно-энергетических центров – чакр» (рис. 7).

Физик-теоретик Э. Мертон также указывает на семь тел человека, встроенных одно в другое, и называет их так, как принято в эзотерической науке: физическое, эфирное, астральное, ментальное, каузальное, будхическое и атмическое. Такими же терминами оперирует и биоэнергоинформатика – новая наука, исследующая информационную ауру человека, то есть каузальное тело. Заметим, что само слово «тело» по отношению к тонкоматериальным структурам имеет весьма относительный смысл. Скорее, это состояние материи той или иной части конституции человека.

Иногда тонкие тела человека называют несколько иначе: эфирное тело; астральное тело, или жизненное начало; ментальное тело, или инстинктивный ум (низший ум), каузальное тело, или интеллект – рассудок (высший ум); будхическое тело, или интуиция – чувствознание (духовный ум); атмическое тело, или наша бессмертная сущность (высшее Я человека).

Итак, человеческий организм, подобно классической русской матрешке, обладает семью телами различной плотности энергий и различного уровня вибраций, встроенных одно в другое. При этом эфирное, астральное и ментальное тела относят к низшим тонким телам, а остальные три – к высшим.

Низшие тонкие тела человека. Наиболее плотным (не относящимся к тонким телам) является физическое тело, которому свойственна низкая частота

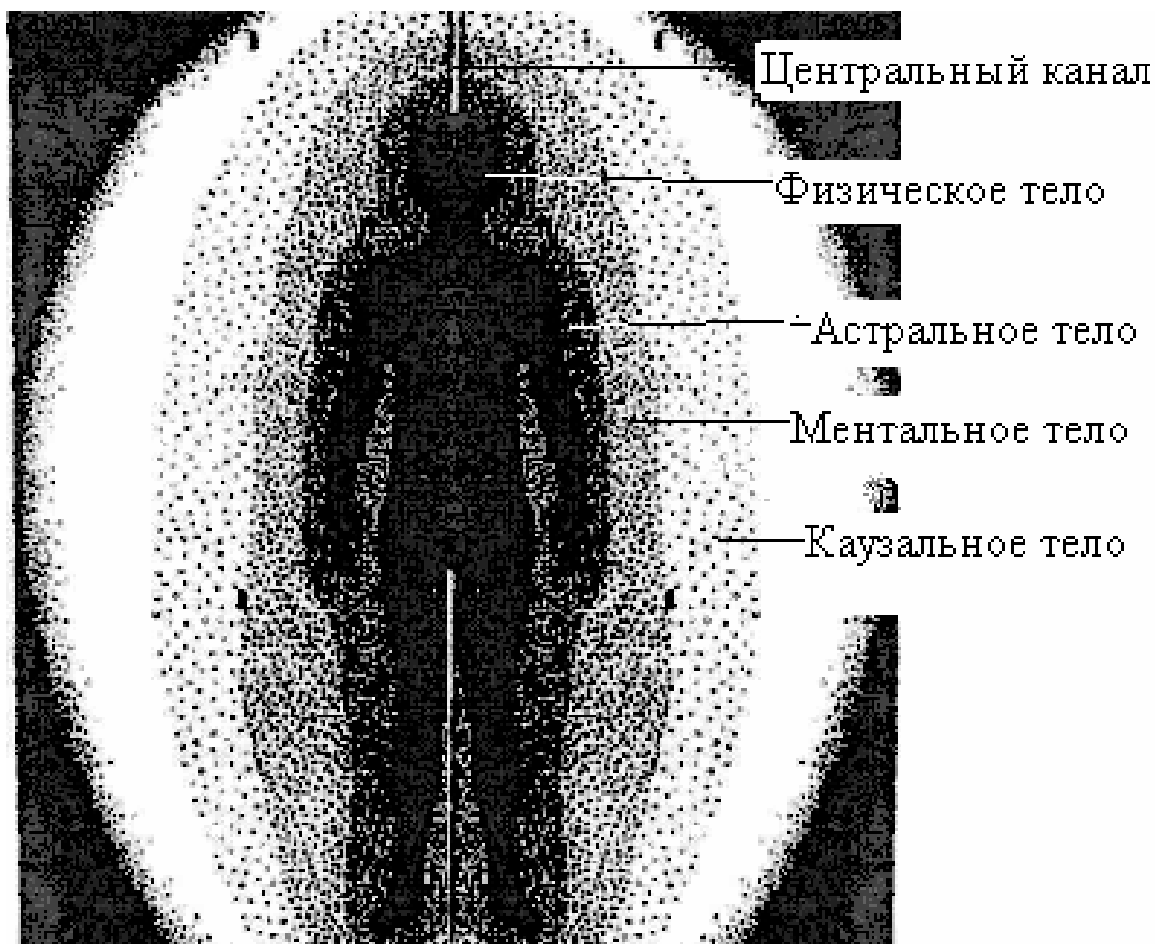


Рис 7. Энергетические поля человека

вибраций. Физическое тело представляет собой самую ограниченную и простую систему, которая воспринимает поступающую через органы чувств информацию и обрабатывает ее главным образом в виде рефлексов. Однако именно она встраивает организм в конкретную среду обитания. Генетическая информация ДНК относится к этой же категории. Жизнедеятельность этого тела обеспечивается его эфирной составляющей. Организм человека создает свое торсионное поле, которое является носителем информации организма в целом и его клеток о структуре и функциональном состоянии, как внутреннего мира, так и внешнего. Так формируется эфирный уровень – уровень наших органов чувств, и именно он связывает нашу тонкую духовную субстанцию с физическим миром.

Эфирное тело – это наиболее плотная (грубая) часть тонкого тела. Оно видится как легкое газообразное сияние вокруг границ физического тела и

представляет собой излучения физических клеток. При жизни человека эфирное тело неотделимо от физического.

Некоторые ученые называют эфирным телом совокупность трех низших тел: собственно эфирное, астральное и ментальное. Например, в открытии В. В. Ярцева имеется в виду именно такое эфирное тело. Формула открытия звучит следующим образом: «Теоретически установлено неизвестное ранее свойство человека объединять энергией и информацией клетки своего физического тела в единый биоэнергоинформационный организм (эфирное тело человека) посредством энергоинформационной голограммы физического тела и системы восприятия и связи с окружающим миром (системы жизни), состоящей из подсистем: энергообеспечения тканей, круговорота жизненесущей жидкости, приема и передачи информации, образования творческой молекулы ДНК и запуска механизмов жизнедеятельности клеток, физических энергоканалов, энергоинформационных центров, то есть всех процессов, протекающих в этих подсистемах, направленных на организацию внутри- и межклеточной жизнедеятельности. При этом интенсивность и направленность объединения клеток в биоэнергоинформационный организм определяются сознанием человека и самоорганизацией его составляющих (разума, чувства, воли)».

Энергоинформационная голограмма (ЭИГ) физического тела, о которой упоминает В. В. Ярцев в формуле открытия, является пространственной информационно-энергетической моделью физического тела. В ней четко фиксируется взаиморасположение клеток будущего физического тела в пространстве, что позволяет рассматривать ее как объемный «чертеж», на котором указаны координаты каждой клетки организма.

Эфирное тело связано с ЭИГ физического тела с помощью чакр (детально они будут рассмотрены далее). В. В. Ярцев считает, что «эфирное тело является средой, которая связывает физическое тело человека с его духовной составляющей и является генератором энергии и информации человека». Именно эфирное тело направляет к каждой клетке мысли, чувства, желания и

устремления человека. Профессор Э. К. Бороздин считает, что «эфирное тело обеспечивает связь с информацией планеты Земля. Это та информация, которая обуславливается энергетикой Земли (например, электромагнитные волны), но не воспринимается непосредственно органами чувств».

Астральное тело, или тело чувств и желаний, является более тонким по сравнению с эфирным телом и имеет более высокую частоту вибраций. Слово «астральный» означает «звездный». Астральное тело пронизывает физическое и эфирное тела и, в зависимости от своей мощности, может значительно превышать размеры телесной оболочки, не выходя за ее пределы. Чтобы убедиться в правильности такого, на первый взгляд, противоречивого утверждения, попробуйте проделать такой опыт. Возьмите два стакана, доверху наполненные водой. А теперь попробуйте добавить в них сахар. Из стакана, в который вы поместите весь сахар в один прием, вода вытечет. Если же вы будете осторожно всыпать в стакан сахар, слегка помешивая раствор ложкой, сахар постепенно растворится, его молекулы займут место между молекулами воды, и общий объем жидкости не увеличится.

В отличие от эфирного, астральное тело может отделяться от физического тела и действовать самостоятельно, то есть получать информацию без посредства физического тела и его органов.

Астральное тело является потоками более тонкой энергетической субстанции, в которых все эмоции представляют собой разные состояния астрального тела и зависят от характера вибраций и соответствующей цветовой гаммы. По мнению профессора Э. К. Бороздина, астральное тело можно рассматривать как канал связи с тонкоматериальным миром, который открывается во сне, а в физическом мире информация затухает.

Ментальное тело, или тело мысли, представляет собой ещё более высокочастотные вибрационные потоки, которые выходят за пределы физического, эфирного и астрального тел. Как и астральное тело, оно является голограммой. Исследования академика А. И. Вейника свидетельствуют о том, что наши мысли могут вызывать гигантские возмущения в ментальном теле,

обусловленные их эмоциональной окраской. Это вызывает изменения в структуре голограммы. Все мыслительные, интеллектуальные операции связаны с функционированием ментального тела.

В работе Дж. Мишлага приводится поэтизированное описание ментального тела человека со ссылкой на Анни Безант: «Ментальное тело обладает большой красотой и утонченностью; частицы же его быстро движутся, что придает ему вид живого, переливающегося разными цветами света; и по мере того, как интеллект становится все более развитым, красота эта становится все более лучистой и восхитительной».

На основании своих исследований профессор Э. К. Бороздин делает вывод о том, что ментальное тело – это первое духовное тело, связанное с духовным миром, т. е. с сознанием человека.

Основываясь на результатах изучения рассмотренных выше тонких тел, ученые сделали очень важный вывод: живые организмы обладают способностью к реализации заложенной в них информации и могут воспринимать и обрабатывать информацию окружающего мира, являясь составной частью более сложных информационных систем более высокого порядка.

Высшие тонкие тела человека. Оставшиеся три высших тела человека – каузальное, будхическое и атмическое – составляют высшую триаду. Более совершенная триада формирует более совершенные мысли и желания для будущего воплощения, переплавляя полученный опыт в навыки, способности и отличительные черты характера.

Все высшие тонкие тела человека очень подробно рассмотрены в книгах американского физика-теоретика Э. Мертон «Введение в теософию. Тонкие планы» и «Введение в теософию. Космическая иерархия». Многие современные ученые признают существование души и духа. Наука делает попытки проникнуть в мир тончайших энергий с целью его детального изучения. Задача чрезвычайно сложная, но теоретические и экспериментальные исследования уже дали некоторые практические результаты. В частности, доказано, что все

высшие тонкие тела имеют голографическую природу.

Каузальное тело, или тело высшего разума, или интеллект, представляет собой опыт воплощения души, который проявляется в виде характера, а также обеспечивает способность самопознания и познания внутренней сущности вещей через рассуждение и логическое мышление.

Анни Безант пишет: «Это тело сохраняется из жизни в жизнь, в нем остаются все воспоминания прошлого. Из него исходят все причины, которые определяют качества остальных тел или проводников человека. Оно же – сокровищница, в которой собран весь опыт нашей жизни на Земле, обитель нашего сознания, носитель нашей воли».

Каузальное тело содержит записи свойств и способностей человека, которые сохраняются в нем в качестве зародышей и которые необходимо развивать в дальнейшем. «Человек – создание размышления: над чем он размышляет в этой жизни, тем он становится в следующей» (Упанишады).

Каузальное тело передает информацию в следующие воплощения души в виде неосознанных устремлений. Оно ответственно за все «врожденные» заболевания, за место рождения человека. Именно оно определяет, в какой семье, с членами которой у нее были связи в прошлых жизнях, окажется душа человека в следующем воплощении. Итак, каузальное тело вместе с будхическим образует душу человека.

Будхическое тело, или тело сознания, или интуиция. Академики А. Е. Акимов и Г. И. Шипов утверждают, что сознание человека является частью сознания Вселенной, а академик В. П. Казначеев подчеркивает, что «сознание человека является голографическим компьютером». Такие утверждения нашли свое дальнейшее развитие в новом направлении исследований, названном психофизикой. В частности, исследования А. Е. Акимова и Г. И. Шипова, показали, что наше сознание функционирует независимо от нас, а носителями действующего сознания являются первичные торсионные поля – информационные вихри, так называемый шестой уровень реальности, иногда называемый тонкой материей.

Это знание, а именно информация о законах кармы (собственного опыта человека), которые отражают причинно-следственные связи в области сознания; космической этики, и, прежде всего, Заповедей, было дано человечеству в виде религии. Таким образом, продвижение человека по жизни напрямую зависит от состояния его сознания. Вот что пишет о реализации указанных процессов в человеческом организме В. В. Ярцев: «Душа – это качественная составляющая человека, которая через своё раскрытое сознание воспринимает дух (информацию). Восприятие духа зависит от степени раскрытия сознания на данный момент времени. Принятая и трансформируемая сознанием информация, исходящая от духа человека, используется душой для разумной чувствительной деятельности в окружающем мире, для творения событий в понятном и принятом ею направлении. Далее все мысли, чувства, волевые акты, творчество посредством эфирного тела человека передаются его физическому телу».

Будхическое тело обеспечивает человека способностью прозрения, т. е. способностью проникать в сущность вещей не путем рассуждения или логического мышления, а путем мгновенного озарения.

Атмическое тело представляет собой дух, высшую природу человека, а именно, то, что называется «искрой Божией», так как Бог присутствует в каждом из нас.

Многие современные ученые высказывают мысль о том, что дух - это сгусток психической энергии в виде торсионных полей, который может вечно сохранять в себе большой объем информации. Так, В. В. Ярцев считает дух человека информацией, «которая идет от Бога посредством Божественной искры». Он утверждает, что дух влияет на тело человека посредством молекулы ДНК, которая строит соответствующее духу тело. Это подтверждается высказыванием В. Ф. Войно-Ясенецкого, который отмечает, что зачастую при удивительном внешнем сходстве двух лиц одно из них вульгарно, а другое красиво. Он объясняет это тем, что «в материальных формах ярко отражается дух, присущий материи. И больше того, дух творит формы».

3.2. Структура и функции энергетических центров – чакр.

*В ритме есть нечто волшебное,
он заставляет нас верить,
что возвышенное принадлежит нам.*

И. Гете

В человеческом теле имеются центры тонкой энергии, которые простираются во внешнее энергетическое поле напоминают вращающиеся вихри энергии. Они получили название чакр.

Академик РАЕН Г. И. Шипов пишет: «В человеке несколько уровней торсионных полей соответствуют энергетическим телам, а фокусами торсионных полей являются чакры».

Согласно восточной традиции, чакры представляют собой «ряд напоминающих колеса завихрений на поверхности эфирного тела человека». Доктор Джеффри Мишлав в своей работе «Корни сознания» уточняет, что «в действительности чакры выходят далеко за пределы эфирного тела, распространяясь на астральное тело».

«Валеологический словарь» дает такое определение этого понятия: «Чакра (на санскрите - «колесо») - энергетический центр, содержащий энергию определенного свойства. Предполагается, что в организме человека существует семь основных энергетических центров. Они не имеют морфологического субстрата, но анатомически соответствуют важнейшим нервным сплетениям: промежностному, поясничному, «солнечному», сердечному, сплетению сонных артерий, а также двум нервным образованиям в головном мозге (рис. 7, табл. 3).

Таблица 3. Структурные проекции энергетических центров в физическом теле человека

| Чакра | Нервный узел | Физиологическая система | Эндокринная система |
|--------------|----------------------|--------------------------------|----------------------------|
| Копчиковая | Копчиково-крестцовый | Репродуктивная | Гонады |

| | | | |
|-------------------------------------|-------------------------|-------------------------------|-----------------------|
| Крестцовая | Крестцовый | Генитальная Мочеиспускания | Половые клетки |
| Солнечного сплетения | Солнечное сплетение | Пищеварительная | Надпочечники |
| Сердечная | Сердечный | Кровеносная | Тимус |
| Горловая | Шейные нервные узлы | Дыхательная | Щитовидная железа |
| Межбровная («третьего глаза») | Гипоталамус | Автономная нервная система | Гипофиз |
| Макушечная | Кора головного мозга | Церебральная | Шишковидная железа |

Чакры располагаются вдоль позвоночника и служат своеобразными антеннами для приема и обратной передачи тонкой энергии определенной частоты вибрации. Чем выше расположена чакра, тем выше частота поля.

О существовании и назначении чакр было известно несколько тысячелетий назад. Сегодня это подтверждено и наукой. Доктор Энтони Мертон отмечает, что семь энергетических центров в ауре человека предназначены для обмена тонкими энергиями с внешними планами Мироздания через систему меридианов, причем каждый из них регулирует определенную сферу жизнедеятельности человека. Каждый из меридианов не только отвечает за работу органа, название которого имеет. Так, меридиан легких управляет дыхательной системой и обеспечивает кислородом все тело, контролирует состояние кожи и волос, регулирует циркуляцию жидкостей и энергии, удаляет эндогенные токсины и избыток слизи через легкие и кожу, а также имеет отношение к контролю над парасимпатической нервной системой.

Функциональные особенности энергетических центров – чакр приводятся во многих источниках. Называют семь основных чакр и большое количество вспомогательных. Приводим информацию о функциях основных чакр, начиная с нижней.

1. Корневая или копчиковая (Муладхара). Отвечает за функции выживания, осуществляет связь с Землей и накапливает энергию Земли, используемую в процессах формирования организма. В духовной сфере определяет доверие к

миру и внутренние силы человека. Центр располагается под копчиком и направлен по отношению к физическому телу вертикально вниз.

2. Сакральная чакра (Свадхистана). Управляет энергией жизни, обеспечивающей жизнедеятельность физического тела. Отвечает за половые органы (ее иногда называют «сексуальным центром»). Энергия направлена на сексуальность (которая может быть трансформирована в более высокие формы энергии и творчество), а также на рождение, развитие и смерть физического тела. Проявляется в конституциональном сложении физического тела, в функциональных и физиологических особенностях индивидуума. Располагается на уровне сакрала (крестца).

3. Пупковая чакра (Манипура). Накапливает и транспортирует солнечную энергию. Отвечает за формирование мыслеформ, которые при определенных условиях могут перемещаться от автора к получателю и возвращаться обратно. Она определяет «Я-сознание» человека и связь с внутренней силой. Развитие этой чакры связано с обретением силы и мудрости. Центр расположен на уровне солнечного сплетения.



Рис. 8. Физиологические ассоциации энергетических центров - чакр

4. Сердечная чакра (Анахата). Центр творчества и программирования текущей жизнедеятельности человека. В телесной сфере регулирует работу сердца и системы кровообращения. Определяет способность человека любить, чуткость по отношению к другим людям. С этой чакры начинается путь духовной эволюции человека. Располагается в области сердца.

5. Горловая чакра (Вишудха). Регулирует рост, обрабатывает разнообразную информацию и выбирает нужную. Выполняет функцию внутреннего регулятора судьбы. В области психики определяет способности к общению, коммуникативный аспект творческой деятельности и осознание

индивидуальности. Отвечает за перевод энергии в высшее духовное творчество. Располагается на уровне горла.

6. Лобная чакра (Аджна), называемая также «третьим глазом». Определяет наши волевые усилия, интуицию, интеллект, а также сознательный аспект творчества. На нее возложены функции внутренней защиты души от нарушений человеком законов бытия и законов нравственности (десяти Заповедей). В телесной области от нее зависит координация деятельности желез внутренней секреции. Находится на уровне межбровья.

7. Коронная чакра (Сахасрара). Влияет на координацию жизненных процессов, соединяя телесную, психическую и духовную природу человека. Определяет способность к высшей проницательности и познанию. Это – душа как частица Бога-Отца в виде энергоинформационного кольца, в котором записаны информация о предыдущих жизнях индивидуума и главное предназначение человека в данной ему жизни. Располагается над головой.

Нарушение энергетического баланса в зоне одной из чакр отрицательно влияет на слаженную циркуляцию энергии во всей энергетической системе человека. Нарушение энергетики в какой-то из зон организма через некоторое время может вызвать патологический процесс, который можно диагностировать медицинскими методами.

Ниже (рис. 9) представлена схема функционирования энергетической системы человека.

3.3. Общая характеристика излучений тонких тел человека – ауры

Различные полевые структуры (электромагнитное, гравитационное, электростатическое, торсионное и другие поля) имеют собственные излучения, каждое из которых имеет свою частоту вибраций.

Аура человека представляет собой комплекс излучений всех тонких материальных тел. Академик РАЕН А. Е. Акимов определяет ее как сложную и разнообразную с точки зрения физических проявлений полевую структуру,

которая окружает пространство, примыкающее к телу человека.

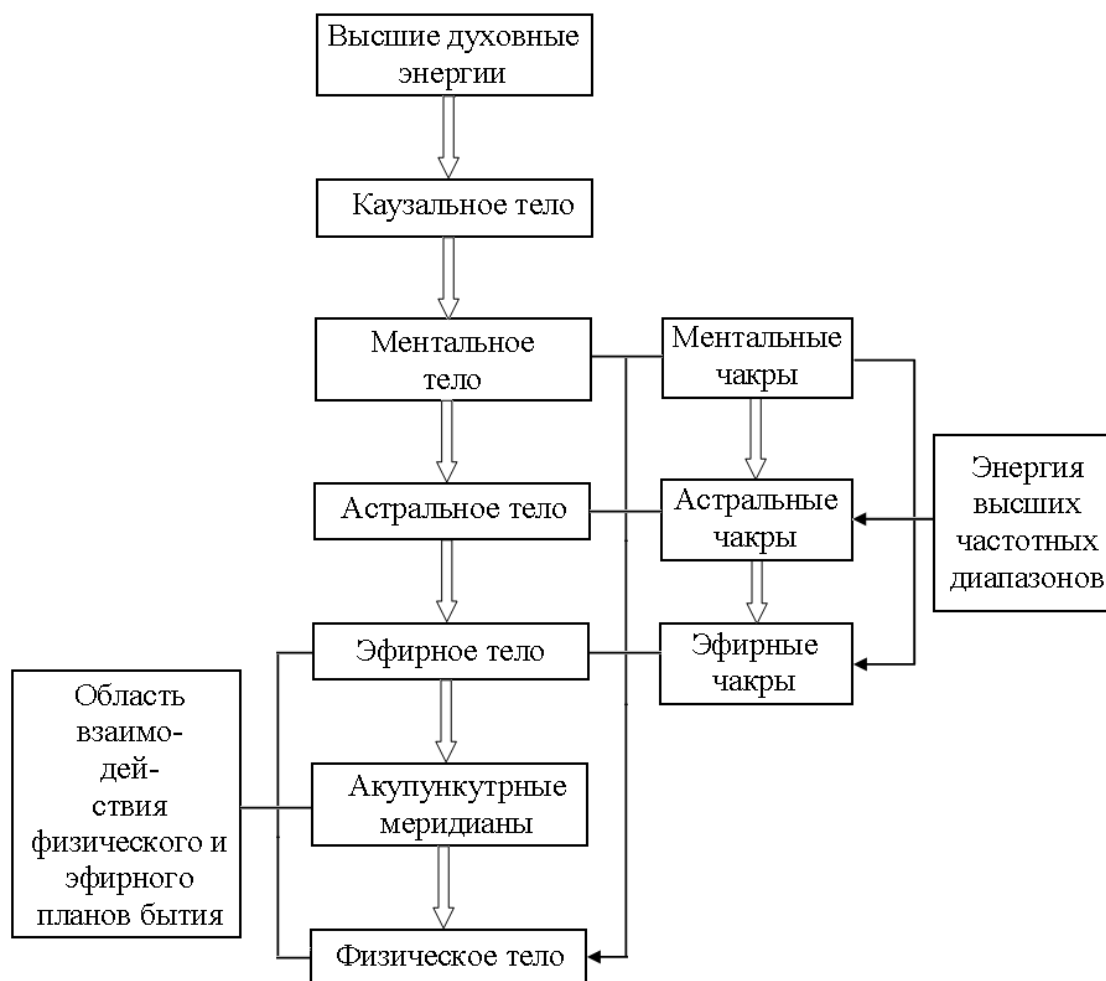


Рис. 9. Многомерная энергетическая система человека

По определению академика А. Влахова, под аурой понимается энергетическая оболочка вокруг тела человека. Как видим, оно практически совпадает по своему смыслу с трактовкой понятия «биополе». Аура является сложной полевой структурой, имеющей форму. Аура человека в целом имеет форму кокона, или яйца, которая поддерживается торсионными вихрями энергетических центров организма - чакр, а также за счет протекающих обменных процессов и взаимодействия с окружающей средой. Аурические поля могут быть как постоянными, так и переменными. Они изменяют свои параметры в зависимости и от внешних воздействий, и от физического или психического состояния человека.

Максимальный радиус ауры относительно продольной оси составляет

2,5-3,5 м. У некоторых людей границы этого кокона (пси-поля) могут значительно превышать эти данные. Так, у незрячих они составляют 5-6 м, очевидно, компенсируя отсутствие зрения и позволяя человеку лучше ориентироваться в пространстве.

Излучение ауры пронизывает все тонкие тела человека. Ауры духовно развитых людей, которые живут в радости и гармонии с окружающим миром, окрашены красками необыкновенной красоты, а у агрессивных и всем недовольных людей цвет ауры имеет тусклые оттенки с темными пятнами. Аура пульсирует и, в зависимости от наших мыслей, постоянно меняет цвет.

Профессор К. Г. Коротков выстраивает в зависимости от уровней реальности следующую иерархию отдельных видов ауры: физическая → информационная (продолжает существовать и после смерти физического тела) → совокупная аура отдельных групп людей → аура человечества.

Очень интересные результаты были получены группой ученых под руководством Г. Заднепровского, которые зарегистрировали шесть оболочек человека, устремляющихся в космическое пространство и передающих во Вселенную всю информацию о нем со времени зачатия до самой смерти. Ученые пришли к выводу, что это может рассматриваться как отчет человека перед Высшим Разумом Вселенной. Высший Разум, в свою очередь, вносит соответствующие коррективы, наказывая или поощряя человека.

Аура эфирного тела повторяет форму физического, она практически бесцветна, но может быть голубовато-белой или цветов персика. Ее видят как волоски, перпендикулярные поверхности тела, когда человек практически здоров, или опущенные вниз - при нездоровье. Люди, видящие эфирное тело, могут напрямую видеть внутренние органы.

Аура астрального тела имеет сходство с паром. Ее цвета и оттенки зависят от психических особенностей человека: черный цвет отражает присущие ему ненависть и злобность; серый – страх и ужас; светло-серый – эгоистичность; зеленый – тактичность и житейскую мудрость; красный – раздражительность и агрессивность; розовый – доброжелательность и любовь;

коричневый – жадность и нечистые помыслы; коричнево-зеленый – зависть и ревность; оранжевый – гордыню и честолюбие; желтый – интеллектуальную силу; фиолетовый и голубой – высокую духовность; белый – высший уровень духовности (такие люди могут противостоять негативному коллективному влиянию); цвет золота – наивысшую духовность и наиболее высокую форму любви.

Астральное тело является непосредственным исполнительным планом конструирования физического тела на протяжении всей жизни человека. Люди, которые видят его, ощущают руками его упругость, тепло, холод, покалывание и т. п., могут оказывать на него целенаправленное воздействие.

Аура ментального тела создается равновесием стихий и представлена в образе четырехлепесткового тюльпана, каждый из лепестков которого окрашен в цвет соответствующей стихии (огонь, вода, земля и воздух) – красный, голубой, зеленый и прозрачный. В ауре ментального тела находится источник жизни человека (рис. 10).

Аура тела причин (каузального тела) проявляется потоками энергии, направленными на трансформацию причины в следствие. Для того, чтобы познать причинное тело, нужно видеть или чувствовать рукой потоки энергии. Любая причина является голографическим образом, занимающим всю Вселенную, но этот образ формируется в символах. Каждый орган человека имеет свое начало и символическое значение в причине. Так, сердце своим началом имеет любовь. Структура сознания отца определяет в причине сознание ребенка. Энергетика причины матери находится в ребенке в пространстве, занимаемом ногами. Родители передают ребенку и причинное поле психики, которое находится над левым бедром слева в виде энергетического шара; над правым бедром справа находится поле собственно наработанной психики. Руки выражают творчество, глаза – зеркало души, зубы показывают способность человека постигать тайны природы и т.д.

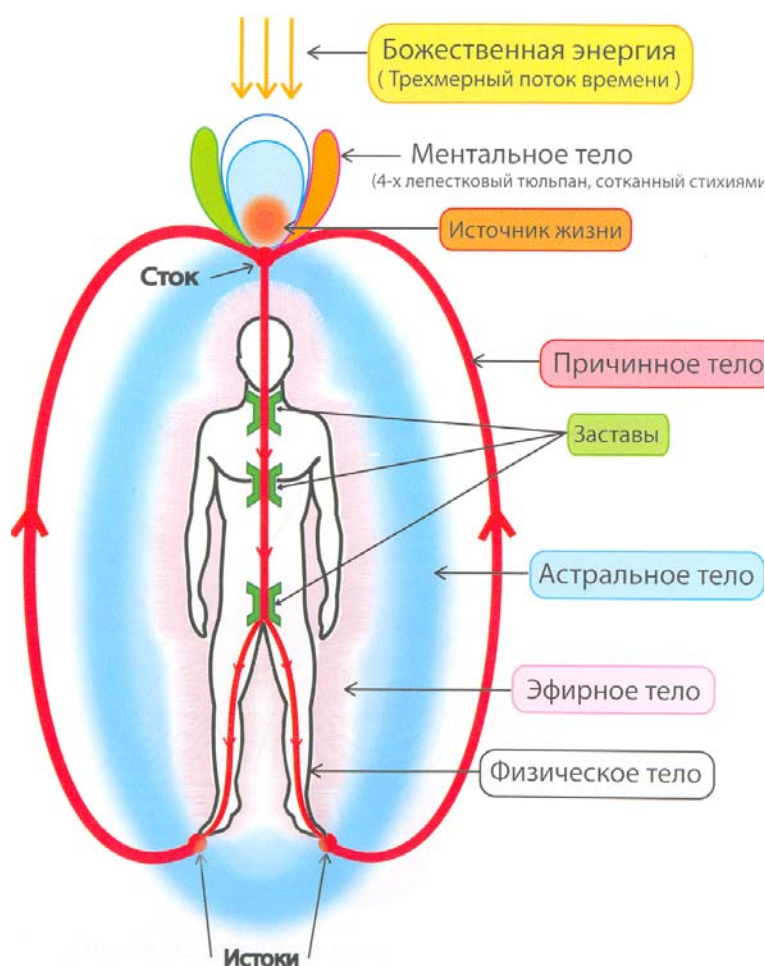


Рис.10. Биополе по В. Гочу

Что же чувствуют и видят люди с повышенным восприятием? Большинство из них видят и могут воздействовать на астральное тело, которое ощущается рукой в виде упругости, тепла, холода, покалывания, жжения, ощущения высыхающего на коже клея и др. в зависимости от состояния астрального тела. Так как астральное тело является непосредственным исполнительным планом строительства физического тела, то, корректируя и благотворно влияя на этот план, человек может излечиться от болезней, потому что физическое тело постоянно меняется и строится на протяжении всей жизни. Президент Американской ассоциации аюрведической медицины доктор Дипак Чопра говорит: «Жировая ткань в организме полностью обновляется в течение трех недель. Клетки кожи – за пять недель. Слой клеток, выстилающий изнутри желудок, – за пять дней. Скелет наш, такой твердый и прочный, полностью обновляется каждые три месяца. Эти данные были получены с применением

радиоизотопов. В течение года атомный состав тела человека обновляется на 98%».

Если же в этом плане строительства (астральном теле) появятся и останутся дефекты, они тщательно переписутся и проявятся в физическом теле болезнями или просто старением, потому что человек знает, что со временем он должен стареть.

«В этих условиях лишь развитая духовность может противостоять бедствию переходного периода – натиску низших обитателей тонкого мира на земное человечество», – утверждает А. Клизовский.

Начало человека есть дух, который для того, чтобы проявиться в более низких слоях Мироздания, должен приобрести оболочку, соответствующую им. Такой оболочкой для духа является душа. Бог «вдунул в лице его дыхание жизни, и стал человек душою живою». Дух человека должен пробудиться; и душа есть основа, в которой зреет и пробивается духовное семя, превращаясь в действующего духа. «Сеется тело душевное, восстает тело духовное» (рис. 10).

Особое внимание уделяет В. Гоч наличию зеркал между мирами, по которым происходит переход человека из одного плана на другой, и отображение в которых является условием перехода. К зеркалам духовного мира человек должен прийти со своим неискривленным зеркалом, так как условия прохода зеркала требуют тождественности отображения и знания, то есть необходимо увидеть и назвать увиденное. Тогда два прямых зеркала, отразившись одно в другом, создают коридор, который и является дверью в следующий уровень вибраций, на следующий квантовый уровень бытия.

Жизнь человека охватывает все планы бытия, но живет обычный человек в каком-то ограниченном диапазоне вибраций, что обуславливается его сознанием.

Именно сознание создает границы частот биорезонанса, о чем говорит профессор В. И. Лоцилов: «Биорезонанс есть неотъемлемое свойство всех живых организмов, он постоянно в них происходит и обеспечивает их жизнедеятельность. При этом внутренний биорезонанс определяет весь

информационно-волновой процесс живого организма».

Задача духовных поисков человека – перейти от жизни физического тела к жизни духа в физическом теле, то есть расширением диапазона резонансных частот перевести его центр в духовный мир и жить в полноте жизни.

Профессор К. Г. Коротков высказывает мнение о наличии у человека, кроме физического поля, еще и информационного поля – как следующего уровня реальности, и указывает иерархию уровней жизнедеятельности человека: «Физическое тело → физическая аура (суперпозиция физических полей) → информационная аура (совокупность информационных полей) → коллективная аура (совокупная аура группы людей) → аура человечества. Последняя оказывается неотъемлемой частью более глобального поля, сформированного в космических масштабах. После смерти физического тела информационная аура человека продолжает независимое существование».

Читаешь такие работы и понимаешь: нами управляют, нашу жизнь корректируют, мы совершенно бессознательно постоянно «отчитываемся» о своей жизни перед Высшим Разумом.

Тогда возникает вопрос: а зачем нужна эта земная жизнь, трудная, иногда безрадостная, но удивительно прекрасная? Вопрос, который волнует человечество уже тысячелетия. И тысячелетние исследования, искания, размышления позволили сделать следующий вывод: цель пребывания человека на Земле – эволюция сознания, разума и формы.

3.4. Лестница восхождения или этапы духовного совершенствования.

Степень духовности, по существу, определяется составом приобретенных духовных ценностей и качеством их освоения, с одной стороны, и наличием пороков, с другой.

С. Привальская и Д. Персиц предлагают следующие шесть характеристик тонких тел:

- **Общность**, являющаяся главным объектом внимания человека.

Выделяется семь уровней таких общностей: 1) отдельный человек; 2) семья; 3)

коллектив (производственный, по интересам и т.п.); 4) большой коллектив, т.е. такой, в котором незнакомых членов гораздо больше, чем знакомых (религия, партия, движение); 5) нация (страна); 6) человечество; 7) планета, Вселенная. Значение данной характеристики определяется ответом на вопрос: чему посвящаются тела, т.е. аспектами человеческой личности (идеалы, принципы, мысли, чувства).

- **Сила тела**, определяемая возможностями тела оказывать влияние на жизнь человека в нормальных условиях.
- **Гибкость тела**, определяемая способностью тела адаптироваться к изменяющимся условиям.
- **Чистота тела**, определяемая степенью нравственности, духовности помыслов, устремлений, что объединяется понятием альтруистичности.
- **Работоспособность тела**, определяемая степенью здоровья тела, его способностью проявлять свою силу и выносливость в настоящее время.
- **Иммунитет тела**, определяемый способностью тела противостоять действию разрушительных сил.

Устанавливается трехступенная градация каждой характеристики (кроме уровня общности): «слабая», «нормальная» и «сильная», обозначаемы соответственно (- 1, 0, 1).

Переходя на язык Учения Восхождения, на каждой ступени нашей лестницы возможны три типа состояний:

- **Зрелое** – и тогда мы говорим, что человек наполнен «лучиками» благодарности;
- **Незрелое активное** – присутствие «зверинки», страсти (гнева, агрессии, ненависти, ревности);
- **Незрелое пассивное** – человек увязает в «болоте» невежества (страх, лень, лживость, праздность, привязанность к стереотипам).

И тогда лестница восхождения может выглядеть так, как представлено на рис. 11.

Рассмотрим тонкие тела человека и их взаимодействие с соответствующими планами.

«Первичным продуктом творчества абсолюта... является идея», которая попадает в мир идей, т.е., в атманический план. Именно там находятся атманические тела всех существ – от элементарной частицы до людей, эгрегоров¹* семьи, религии и т.д.

Атманическое тело содержит информацию о предназначении сущности. Атманические идеи еще абстрактны, конкретность им придает наше рациональное мышление (ментальное тело). В зависимости от его развития, человек осознает лишь одну или несколько граней атмической идеи.

Предназначение человека формируется внешними высшими силами (абсолют, высшие эгрегоры, владыки коллективной кармы). Это - программа участия индивидуальности в творческих планах абсолюта, имеющая два раздела:

А. Идеи, реализация которых рассчитана на длительный период, может быть, на много инкарнаций.

Б. Информация о миссии личности (от латинского *missio* – поручение). Это – программа эволюционного развития на конкретное воплощение. Она является частью аналогичных программ высших эгрегоров и потому ими

¹ **эгрегор** – структурная единица информационного поля, совокупность энергий, формирующаяся в определенном окружении (семья, церковь и т. д.), играющая направляюще-распределительную роль и соответствующая каждому индивидууму, сообществу, семье, этносу, государству, нации. Все эгрегоры вливаются в единый эгрегор человечества («ноосфера»), являющийся составной частью Космического Разума.

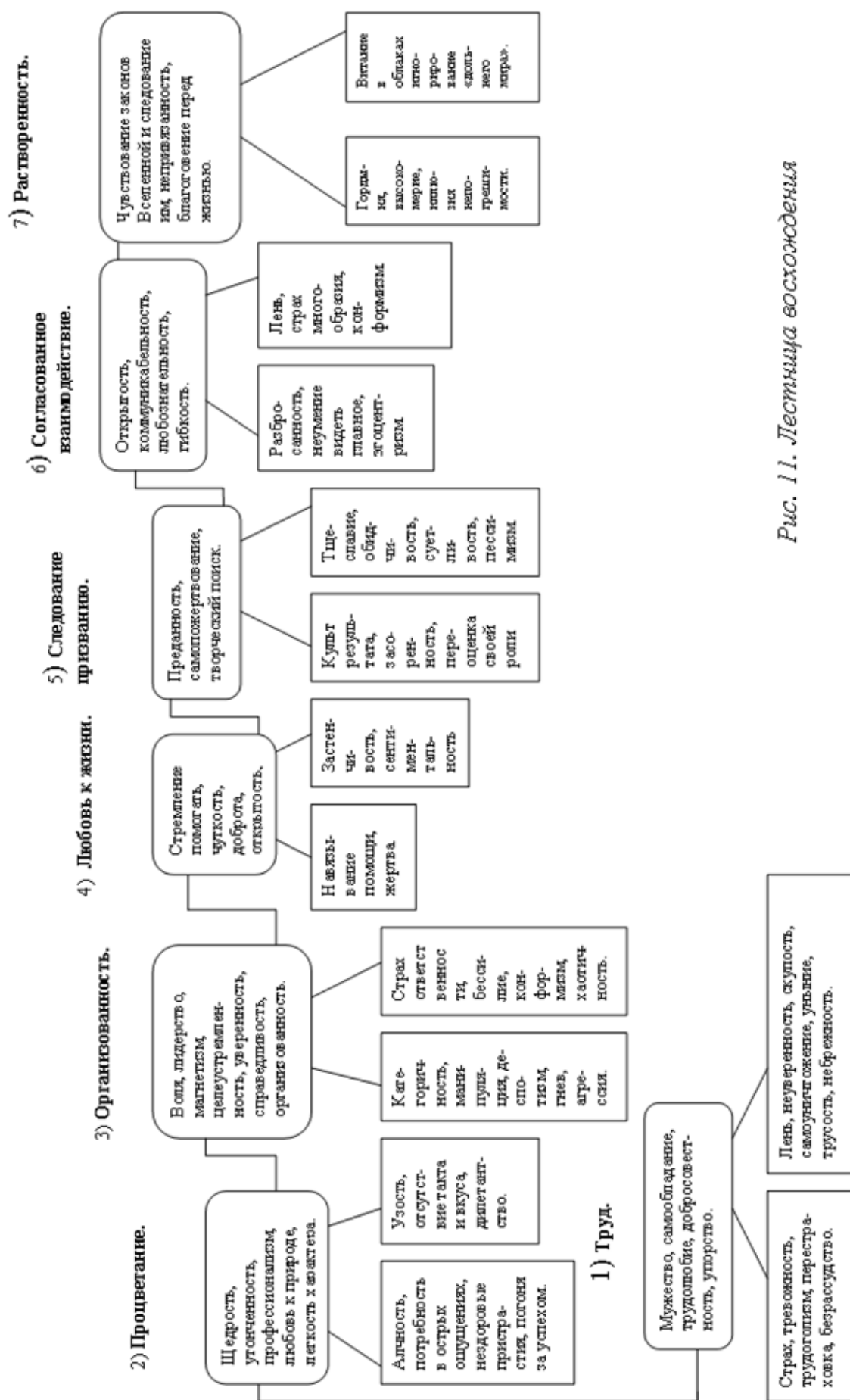


Рис. 11. Лестница восхождения

энергетически поддерживается.

В атманическом теле имеется и третий блок – комплект записей об индивидуальной карме, часто не позволяющей человеку даже осознать свою миссию. Тогда атманическое тело работает лишь в качестве канала связи с другими людьми, эгрегорами и т.д.

Автор «Введения в теософию» различает три группы идеалов:

1. Идеалы, индуцированные миссией, дающие человеку надежную защиту, ощущение радости, энергию с первых шагов.
2. Мирские идеалы, дающие энергию только вначале, а потом требующие утомительного труда.

Ложные идеалы, обещающие награду в конце пути. При этом теряется энергия, но как у любой другой целостности, у этих атманических сущностей есть глубинное позитивное намерение. Например, и на ложном идеале можно улучшить свою этику (свою систему принципов – будхическое тело), развить свой ментал т. д.

Отсутствие идеалов первой группы, воспринимаемых как смысл жизни, легко переносится человеком, достигшим определенного эволюционного уровня.

Неосознанный идеал (человек часто сам прячется от возможностей его ощутить), создает, в конце концов, энергетические блоки на низших телах, вплоть до физического, что проявляет себя в депрессии или психосоматической «хронике».

Будхическое тело выбирает схемы, принципы решения атманических задач. Будхический план мироздания предлагает огромное число подобных схем и систем принципов, которые могут быть положены в основу этики человека. Например, набор внутренних ценностей человека таков:

- а). главное в жизни – любовь и семья;
- б). надо быть добросовестным в любом деле;
- в). толпа, вдохновленная идеей, всегда страшна.

Эта будхическая схема создала сценарий жизни отличника, примерного

семьянина, прекрасного специалиста. Но она же подвигла его на бунт против близкого окружения и заставила искать новый путь, соответствующий его принципам к его тогда еще не осознанному идеалу, – путь духовных практик.

Система ценностей выбирается человеком интуитивно, часто под влиянием семьи и общества. Одна и та же идея, например, единобожие, может породить множество принципиальных схем ее реализации (иудаизм, христианские конфессии, ислам).

Все великие учителя оставляли свои учения – буддические схемы жизни, рекомендованные людям – в виде устных текстов, сообщаемых ученикам, которые уже записывали их, т. е. воплощали на каузальном плане.

С прохождением этапов эволюционного развития увеличивается частотный диапазон излучаемых человеком вибраций. Наиболее высокие частоты характеризуют атманические и буддические тела. У человека, расплатившегося с крупными кармическими долгами, это создает естественную оболочку защиты, которую не сможет пробить ни один колдун или черный маг.

Каузальное тело регистрирует все изменения, происходящие в человеке или при его участии. Эта информация передается от одной инкарнации к другой и служит как бы дневником событийной (плотной) кармы. «Событие – это любое действие, изменяющее мир и имеющее определенные временные рамки». Этим оно отличается от ценностей. Событие, происходящее по инициативе человека, называют поступком. Он может рождаться внутри каузального тела, а может прийти извне, из каузального плана. Именно этот план является «главным полем деятельности человечества, а вовсе не физический мир, где почти все, созданное в процессе человеческой жизни, умирает».

Записанные в каузальном теле несбывшиеся желания, а также логические построения ментала прошлых личностей заставляют индивидуальность снова воплощаться и, таким образом, отрабатывать карму и двигаться по лестнице восхождения.

Ментальное тело – целостность, вмещающая в себя логические

построения, результаты и процедуры анализа проблем, полученных через органы чувств, через эмоции каузального плана и, конечно, из мыслеформ плана ментального. Именно этот план академик В. И. Вернадский вслед за Т. де арденом и Е. Леруа называл «сферой мысли» (ноосферой). Одна из главных задач духовного восхождения – научиться управлять своими мыслями.

Астральное тело состоит из чувств, эмоций, страстей, желаний. И здесь диапазон очень широк: от жажды мести по поводу куска хлеба до гнева за «горошину под периной», от глубоких переживаний симфонической музыки и других произведений искусства до грубых животных страстей.

И снова, как мы уже упоминали, главная задача – научиться управлять своим астральным телом. Вообще пси-камертоны – прекрасные слуги, но плохие хозяева. По нашему мнению, астральные пси-камертоны звучат звонче других, и поэтому их вибрации определяют «погоду» в тонком мире. И это накладывает на человека огромную ответственность за свои чувства, даже если они не проявляются в словах или поступках.

Эфирное тело состоит из энергий. Утомляемость–выносливость, легкость–тяжеловесность, – это характеристики эфирного тела. Энергосенсорика, акупунктура и акупрессура, зоны Захарьина–Геда, Су-Джок-терапия – все это методы работы с эфирным телом. Все китайские единоборства, да, пожалуй, и все эзотерические китайские школы во главу угла ставят накопление и управление энергией.

Вообще, все восточные эзотерические школы и традиции уделяют эфирному телу едва ли не самое главное внимание, поскольку все оккультные способности – прерогатива эфирного тела, которое выступает в качестве исполнительного органа. Адепт в китайской традиции лучше даст пригоршню золота, чем бесцельно заговорит – так там ценится энергия Ци.

Без работы над эфирным телом трудно представить себе успешный духовный рост.

Физическое тело – это клетки, органы, ткани, системы, части тела и т.д. Физическое тело важно и само по себе. Но вторая – кармическая – его роль

состоит в том, что «незрелости» всех тонких тел рано или поздно проявляются на физическом теле в виде заболеваний. Поэтому физическое тело надо лечить в последнюю очередь, а вот развивать – в первую очередь. Это одежда для души. Управляемость физического тела, как в отношении мышц и суставов, быстроты реакции, так и в отношении состояния и функционирования внутренних органов – первая задача вставшего на духовный путь.

3.5. Взаимодействие тонких тел, их функции и динамика качественного преобразования при восхождении.

Ниже (рис. 12) мы предлагаем мандалу, разработанную С. Привальской.

Мандалой называется рисунок в круге, достаточно длинная концентрация внимания на котором способствует появлению озарений, открытий философско-психологического плана.

Предлагаемая мандала посвящена взаимодействию тонких тел.

Тела на этой мандале соответствуют точкам проективной плоскости над полем, состоящим из двух элементов. Эта плоскость состоит из семи точек (вершины и середины сторон правильного треугольника, а также его центр) и семи линий (стороны и высоты правильного треугольника, а также вписанная в него окружность). На каждой линии лежат три точки, и через каждую точку проходит три линии.

Мандала обладает тем свойством, что гармоничное взаимодействие любых двух тел имеет своим следствием гармонизацию коллинеарного (три точки называются коллинеарными, если они расположены на одной прямой) с ними третьего тела.

Например, гармонизация взаимодействия атманического и будхического тел влечет гармонизацию астрального тела, а гармонизация взаимодействия будхического и астрального тел влечет гармонизацию атманического тела.

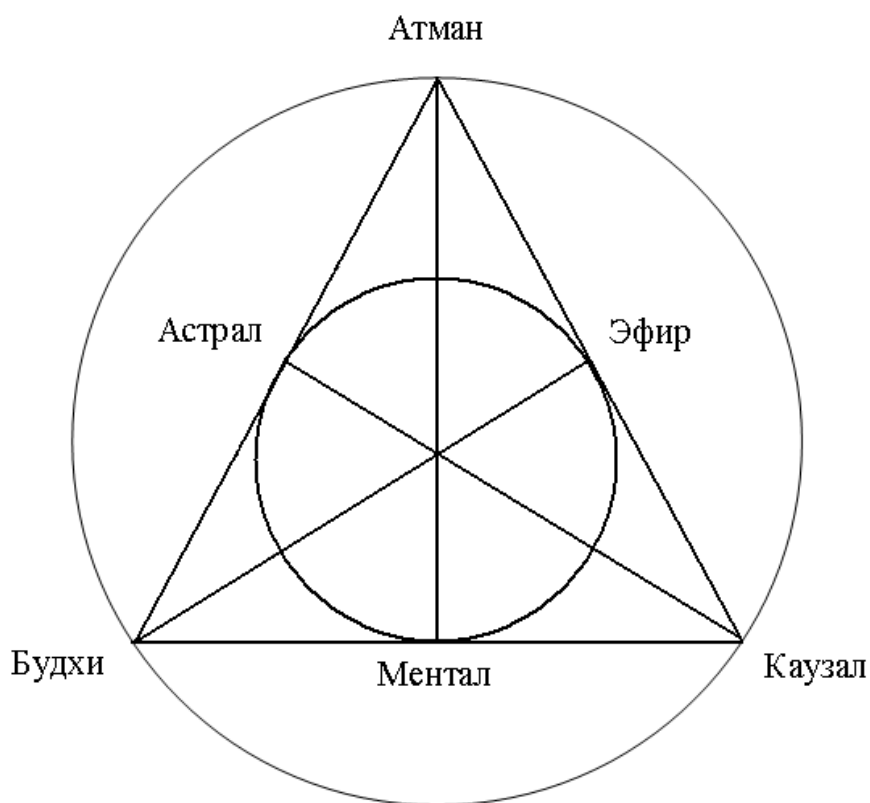


Рис. 12. Мандала

При этом смысл, конкретное содержание, вкладываемое в понятие гармонизации, может быть различным. Открытие, озарение, «инсайт» может состоять как раз в обнаружении этого смысла, что поможет решить ваши проблемы самым неожиданным образом.

Один из вариантов интерпретации такой гармонизации приведен в таблице 4. Например, человек испытывает физическую боль. Можно предположить, что она уменьшится или исчезнет, если гармонизировать физическое тело. Смотрим, на каких «линиях» расположена соответствующая «точка» (в данном случае центр треугольника) проективной плоскости. Выбираем одну из них, например, вертикальную высоту. Две другие точки этой прямой отвечают атманическому и ментальному телам. Отыскиваем в таблице пересечение атманической строки с «ментальным» столбцом (или наоборот), читаем соответствующую клетку таблицы 4. Начинаем размышлять об истинности прочитанного, стараясь постичь всю глубину утверждения, пока оно не станет для нас совершенно очевидным. А теперь ищем такой

«ракурс», такую точку зрения, такую конкретизацию утверждения, которая помогла бы.

3.6. Духовно-психологические функции энергетических центров - чакр.

Семь – пласты и дыби!

Семь – hielige Sieben!

Семь – в основе лиры

Семь в основе мира.

М.Цветаева. «Поэма воздуха»

О чакрах написано множество книг. Каждому из энергетических центров приписывается определенный цвет, рисунок, звук (причем разными традициями - свой). Но нас с вами будет интересовать только духовно-психологический аспект этих удивительных «колесиков». Оказывается, каждая чакра соответствует определенной ступени лестницы Восхождения, определенной фазе эволюционного развития (см. табл. 4, рис.13), причем различные тела человека могут находиться в данный момент времени на разных этапах, в разных фазах.

Чакра 1. Муладхара. Ключевые слова – выживание, труд, минимум. Главное содержание жизни человека на этой ступени развития – это наработка внутренних качеств для устойчивого существования, обретение независимости от окружающего мира. Свет и радость Муладхары – тяжким трудом обеспечивать себе жизнь, нелегко доставшаяся безопасность. «Тень» Муладхары – «трудоголизм», убеждение, что «труд - ярмо» (внутренняя установка «Работай, раб, солнце еще высоко»), «озверин» (внезапная агрессивность, ярость, злоба), апатия, уныние.

Чакра 2. Свадхистана. Ключевые слова – процветание, потребление, наслаждение, максимум. Интенсивное освоение все больших возможностей,

Таблица 4 Тонкие тела человека.

| | Физическое тело | Эфир | Астрал | Ментал | Каузал | Будхи | Атман |
|-----------------|---|--|--|------------------------------------|--|---|--|
| Физическое тело | ----- | Физическое тело, наполненное энергией, влияет на ценности. | | Гармония ума и тела меняет идеалы. | | Физическая реализация принципов наполняется энергией. | |
| Эфир | | ----- | Чувства, наполненные энергией, легко осознаются. | | События, наполненные энергией, формируют идеалы. | | Идеалы, наполненные энергией, рождают события |
| Астрал | Чувства, наполняющие физическое тело, приводят к событиям. | | ----- | Осознание чувств дает энергию. | | Глубоко пережитые принципы переходят в идеалы. | |
| Ментал | | Мысль, наполненная энергией, рождает чувства о. | | ----- | Осознание событий влияет на принципы. | | Осознание идеалов питает физическое тело. |
| Каузал | События, происходящие с физическим телом, вызывают чувства о. | | Прочувствование событий влияет на физическое тело. | | ----- | Реализация принципов – пища для ума | |
| Будхи | | Если энергия идет на перевоплощение принципов, физическое тело меняется. | | Осознание принципов меняет судьбу. | | ----- | Ассоциация идеалов с принципами гармонизирует чувства. |
| Атман | Ощущение идеалов будит мысль. | | Чувства, идеалами, проникают ценности | | Воплощение идеалов рождает энергию. | | ----- |

раскрытие своего потенциала, стремление к комфорту, окружение себя красотой, – все это делает человека свадхистанской фазы достаточно привлекательным. «Тень» этого эволюционного уровня – праздность, лень, излишняя привязанность к сексу, деньгам, удобствам, наслаждениям, все более «острым».

Чакра 3. Манипура. Ключевые слова - управление, сила, воля, порядок. Свет и радость манипурной фазы – авторитетность, организаторский талант, умение сказать «нет», приобретенное на трудном переходе от свадхистанской нерасчетливости к манипурной целеустремленности. «Тень» манипурной степени – давление на окружающих («манипуляция» – не одного ли корня?), упоение властью, жестокость, карьеризм, амбициозность.

Чакра 4. Анахата. Ключевые слова – любовь к ближнему, доброта без привязанности, бескорыстие, радость отдавания. В жизнь человека входит ощущение или осознание себя равноценной с другими людьми частицей единого Целого. Любовь этой фазы не похожа на свадхистанскую, она менее личностная. Чакра 2 несет любовь теплую и расслабляющую, Анахата (в идеале) – теплую (от Чакры 2), сильную (от Чакры 3) и безусловную (новое качество). Сострадание и помощь человек Анахаты готов оказать любому страждущему – в этом есть радость и свет; излучаемый им, более того – его потребность. При отсутствии возможности помогать наступает внутренний дискомфорт. «Тень» Анахаты – сентиментальность, нелюбовь к себе (невключение себя в множество объектов любви), а также навязчивость (непреодоленная Манипура) в помощи и заботе, и, наконец, жертвенность.

Чакра 5. Вишудха. Ключевые слова – творчество, общение, служение. На этой эволюционной ступени человек становится сотворцом, обретая конкретный объект служения, создавая новые сущности. Произведения литературы, искусства, научные изобретения, продукция механика и столяра, зуб, вылеченный не только с любовью к пациенту, но и с творческим подходом; обновленная от соприкосновения с творческой индивидуальностью школьного учителя душа ребенка, – все это

произведенная человеком Вишудхи новая целостность во Вселенной, живущая теперь своей судьбой.

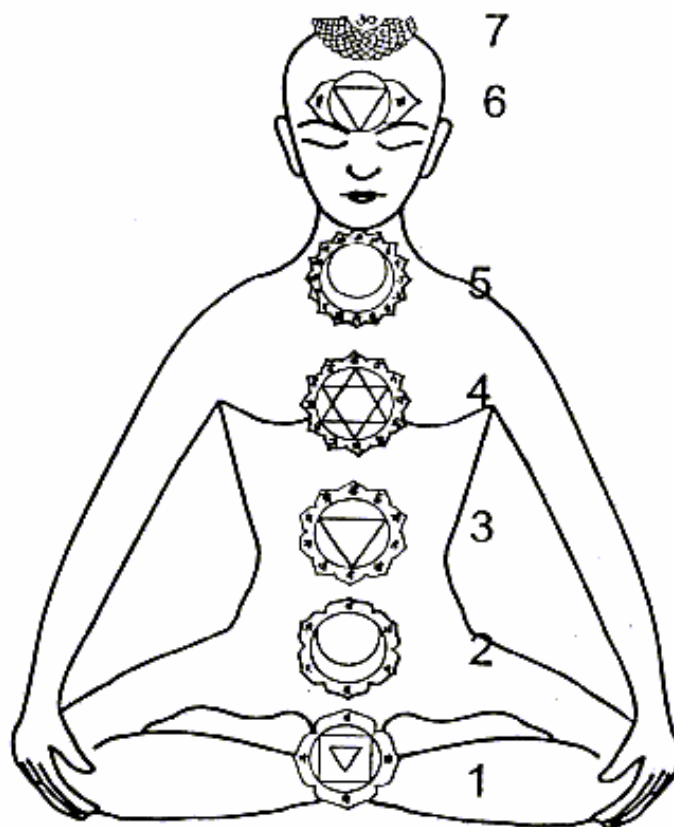


Рис. 13. Расположение энергетических центров в организме человека

Свет и радость Вишудхи – преданность объекту служения, ощущение себя проводником совершенных энергий Абсолюта, которые он воплощает в физический мир. «Тень» Вишудхи – переоценка своей роли, зашоренность («Узкий специалист подобен флюсу» – говорил К. Прутков), корыстолюбие, неуважение к другим вариантам воплощения той же идеи (например, к другим религиям или научным концепциям).

Чакра 6. Аджна – этап участия человека в планировании путей эволюционного развития некоторой части мира, этап объединения эгрегоров. Ключевые слова – организация гармоничного взаимодействия, сотрудничество. Предельная коммуникабельность и открытость. Аджну принято называть «третьим глазом», и признаком его раскрытия считается способность к ясновидению. Эта ступень лестницы восхождения вдохновляет человека на мысли, чувства и деятельность по объединению разных религий, синтезу науки

и эзотерики, различных наук и искусств и т.п.

Часто такие люди слышат обвинения в эклектичности своих методов, книг, учений. Нам кажется, что первые создатели всеми любимых салатов и винегретов не могли доказать, что изобрели принципиально новое. Только вековая практика и любовь миллионов людей оправдали этих аджновских кулинаров.

Радость и свет Аджны – мудрость и ясность видения единства в различном. «Тень» Аджны – разбросанность, попытки соединить несоединимое, поверхностное неуважение к узким специалистам.

Чакра 7. Сахасрара. Ключевые слова – растворенность, жизнь в потоке, абсолютное доверие Богу. Личность не распадается, но становится частью Вселенной с ее новыми свойствами. Сахасрарный этап, как правило, может реально быть достигнут лишь на некоторых из семи тел человека, иначе человек стал бы уже Божественной личностью, чистым проводником Слова Божьего. «Жизнь в потоке» воспринимается окружающими как удивительная легкость личности, непривязанность к результатам действий. В этом свет и радость сахасрарного этапа эволюции. «Тень» Сахасрары – высокомерие и самовозвеличение, витание в облаках, т. е. неумение соединить в себе оба мира: «дольний» и «горний».

Мы ограничились здесь очень короткими описаниями тонких тел и наших энергетических антенн – чакр.

Контрольные вопросы

1. Опишите энергетические поля человека:

- низшие тонкие тела;
- высшие тонкие тела

2. Дайте определение понятию энергетических центров человека.

3. Опишите структурные проекции чакр.

4. Опишите одну из семи чакр (название чакры на санскрите, функция, расположение).

Таблица 5. Чакры человека

| Чакры | Цель (функция) | Ключевое слово | Зрелые качества | Незрелые качества | | Персонаж |
|-------------|-------------------|-------------------|---|--|---|----------|
| | | | | «болото» | «зверики» | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Муладхара | Выжить | Труд | Жизнеутверждение, воин, труженик, мужество, самообладание, трудолюбие, добросовестность. | »Труд-ярмо», трусость, небрежность, бездеятельность, самоуничтожение. | Трудоголизм, скупость, безрассудство | Пчела |
| Свадхистана | Наслаждаться | Процветание | Удовлетворенность, широта, щедрость, утонченность, профессионализм, самосовершенствование. | Узость, отсутствие такта и вкуса, дилетанство, неприятие дискомфорта. | Алчность, потребность острых ощущений, транжирство, ревность, нездоровые пристрастия | Павлин |
| Манипура | Верховодить | Организованность | Лидерство, магнетичность, воля, порядок, целеустремленность, спокойствие, сила, справедливость. | Невыдержанность, боязнь ответственности, бессилие, страхи, конформизм. | Деспотизм, деструктивное давление, манипуляция, агрессия, демагогия, категоричность, властолюбие. | Пантера |

Продолжение таблицы 5

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-----------|-------------------|------------------------------|---|--|--|---------|
| Анахата | Любить все | Доброта | Учение и желание помогать, чуткость, отзывчивость, непривязанность, бескорыстие. | Сентиментальность, неуместность, застенчивость, „жертва”. | Альтруизм до «истощения», навязывание помощи («Демьянова уха») | Медведь |
| Вишудха | Служить творчески | Следование призыванию | Преданность, самопожертвование, творческий поиск, потребность нового. | Тщеславие, обидчивость, корыстолюбие, пессимизм, неверие в успех, суеверность. | Культовый результат, зашоренность, переоценка своей роли, страх плагиата. | Собака |
| Аджна | Соединять | Согласование, взаимодействие | Преодоление стереотипов, открытость для новых идей, методов, знаний, коммуникабельность, наблюдательность. | Лень, страх многообразия, конформизм. | Разбросанность, неумение выделять главное, эгоцентризм, неучет особенностей взаимодействия со сторонами. | Дельфин |
| Сахасрара | Быть в потоке | Растворенность | Чувствование законов Вселенной и следование им, недостаточность себе проблем, непривычка-занность «я отвечаю за все», принятие мира, благодарность жизни. | Витание в облаках, игнорирование «дольного мира» | Гордыня, высокомерие, непогрешимость, презрение к окружающим. | Орел |

5. Опишите и проанализируйте схему функционирования энергетической системы человека.
6. Дайте определение понятию «аура»
7. Охарактеризуйте ауру как сложную полевую структуру.
8. Что влияет на цвет ауры?
9. Дайте характеристику ауре эфирного тела.
10. Дайте характеристику ауре астрального тела.
11. Дайте характеристику ауре ментального тела.
12. Дайте характеристику ауре каузального тела.
13. Дайте характеристику тонким телам структурной организации человека.
14. Опишите (проанализируйте) «лестницу восхождения».
15. Как взаимодействуют тонкие тела с соответствующими планами?
16. Опишите строение и назначение мандалы.
17. Опишите механизм работы с мандалой.
18. Дайте характеристику понятию энергоинформационная голограмма.
19. Дайте характеристику биополя человека по В. Гочу.
20. Дайте определение понятию «чакра».
21. Укажите порядок и функции чакр.
22. Охарактеризуйте (проанализируйте) многомерную энергетическую систему человека.
23. Какие цвета можно иметь эфирное тело? От чего зависит этот цвет?
24. Какие цвета может иметь астральное тело человека? От чего зависит этот цвет?
25. Физиологические ассоциации энергетических центров.
26. Функциональные особенности энергетических центров – чакр.

4. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ СОЗНАНИЯ.

4.1. Ведические представления о природе человека и духовных аспектах его развития.

4.2. Ступени развития человеческого сознания.

4.3. Структура и функции сознания.



4. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СТРУКТУРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ СОЗНАНИЯ

4.1. Ведические представления о природе человека и духовных аспектах его развития.

Первые представления о материальной и духовной энергии, о тонких телах человека, о структуре сознания даются в Ведах.

Ведическая система знаний подробно изучена О. А. Троицким. По результатам исследований этого ученого, она базируется на следующих представлениях:

1. Все сущее представляет собой эманацию единой абсолютной истины, имеющей нематериальную, трансцендентную природу.
2. Условно все энергии делятся на две категории: материальную и духовную (трансцендентную).
3. Материальная природа подчиняется законам материального мира (чем и занимается современная наука).
4. Каждое живое существо рассматривается как нематериальная (духовная) субстанция, помещенная в оболочку материального тела.
5. Последняя состоит из грубого физического тела и тонкого тела.
6. Согласно философии санкхьи физическое тело состоит из пяти грубых элементов – земли, воды, огня, воздуха, эфира.
7. Тонкое тело состоит из трех тонких элементов — ума, интеллекта и ложного ЭГО.
8. В материальном мире все живые существа пребывают в постоянном круговороте перевоплощений, получая после биологической смерти старого тела другое, новое тело.
9. Условия, в которых человек рождается в последующей жизни, определяются уровнем его сознания, которое он смог развить в предыдущей жизни.

10. Изначально сознание человека определяется теми способностями, которые он получает от рождения, и навыками, которые прививаются ему в процессе воспитания.

11. В зрелом возрасте сознание человека развивается в зависимости от характера его деятельности и среды общения (свобода выбора).

12. Наиболее надежный метод познания заключается в получении знания из авторитетного источника в цепи ученической преемственности.

Для познания необходимы:

- наличие авторитетного источника знания;
- духовная практика как процесс возвышения сознания.

Ведическая философия дает картину эволюции души в материальном мире. По законам материального мира человек может либо прогрессировать, либо деградировать, в зависимости от поступков и мотивов своей деятельности. Основным законом развития материального мира является закон кармы – закон высшей справедливости: человек получает то, что заслужил своими поступками.

В этом мы видим обобщенную форму закона сохранения энергии: «При любых взаимодействиях энергия системы не появляется, не исчезает, может менять форму проявления».

В данном случае наблюдается сохранение как грубой материальной энергии тела, которое подвергается трансформации, так и тонкой энергии сознания, под действием которой носитель старого тела (душа) переносится в новое.

Современная наука рассматривает сознание в рамках физико-химических и механических представлений. Но в то же время ни один ученый не смог перекинуть мостик между атомно-молекулярной моделью и феноменом «самосознания», так же как и между мыслительными процессами и ощущениями. Существующие научные приборы могут зарегистрировать лишь внешнюю физическую сторону сознания. Единственный прибор, который способен зарегистрировать сознание, — это другое сознание, т.е. человек.

В рамках духовных тенденций Веды исходят из личностного характера

сознания.

Выделяется два аспекта:

- осознание себя как личности;
- осознание окружающего мира.

Существует четыре уровня сознательной деятельности:

- чувствительное восприятие;
- умственная деятельность;
- разум или интеллект;
- эго.

В Бхагавадгите говорится: «Живые чувства – выше мертвой материи, ум выше чувств, разум – выше ума, а душа – выше, чем разум».

Итак, первый уровень сознательной деятельности – это чувственное восприятие, которое осуществляется пятью познающими чувствами: зрением, слухом, обонянием, осязанием и вкусом.

По каналам, или проводникам информации, живые существа воспринимают и переносят информацию об окружающем мире в принимающее устройство – ум, – это первый, поверхностный уровень сознания. Ум управляет работой чувств (через рассуждения, размышления) и принимает решение.

Следующий уровень сознательной деятельности – разум, или интеллект.

Согласно философии веданты функциями разума являются:

1. Размышление.
2. Память.
3. Способность различения.

Память – это хранилище системы ценностей данного человека.

Если ум уподобить компьютеру, разум – это программа действий данного компьютера.

Эго – в переводе с латыни «личность».

Основной смысл в том, с чем себя отождествляет данная личность — либо с материальным телом, либо с духовной сущностью.

В первом случае – ложное эго, во втором - истинное.

Таким образом, эго – состояние души как носителя сознания. Итак, в материальном мире душа обладает тонкой оболочкой ложного эго, а в чистом духовном - находится в изначальном состоянии.

В целом можно сказать, что ум, разум и эго – некие тонкие субстанции, осуществляющие перечисленные выше функции.

Сознание живого существа зависит от окружающей природы.

Ведическая философия говорит, что наше восприятие действительности подвержено иллюзорному воздействию материальной энергии.

«Все живые существа этого мира рождены в иллюзии, будучи не в силах преодолеть двойственность желаний и гнева».

Иллюзорное воздействие существует во всех сферах деятельности:

- 1) иллюзия чувственного восприятия;
- 2) иллюзия ума;
- 3) иллюзия разума;
- 4) иллюзия ложного эго.

Самая главная иллюзия – это отождествление человека со своим телом.

По ведическим источникам, существуют три разновидности сознания, в зависимости от степени иллюзорного воздействия материальной энергии:

- уровень благости (саттва-гуна¹);
- уровень страсти (раджа-гуна);
- уровень невежества (тама-гуна).

Гуна благости, которая чище других гун, озаряет живое существо светом знания и освобождает его от тяжелого груза греховных реакций. Те, кто находятся в гуне благости, обусловлены ощущением счастья и знанием.

Гуна страсти возникает из неизмеримого вожделения и алчности. Поэтому она заковывает душу в кандалы материальной деятельности.

Прогресс нынешней цивилизации – это прогресс гуны страсти.

Гуна невежества – безумие, лень, которые связывают обусловленную

¹ гуны – понятие индийской философии, составные качества-силы пракрити (материи, или Природы вообще), постигаемые на основе производимых ими следствий

душу.

Смысл духовной практики состоит в постепенном развитии качеств гуны благости и вытеснении низших гун.

4.2. Ступени развития человеческого сознания.

Для более точного отображения динамики развития человеческого сознания следует начинать его рассмотрение с эмбрионального периода жизни человека, который можно назвать периодом бессознательного единства с бытием, а, кроме того, с организмом матери. Во время этого периода организм матери играет для маленького ребенка роль своеобразной вселенной, с которой он находится (в большинстве случаев) в отношениях полной гармонии, единства.

Л. С. Выготский поддержал мысль Ж. Пиаже о том, что у новорожденного ребенка отсутствует даже самое примитивное «Я», то есть личность и мировоззрение, отношение к другим. Так что, «Я» и «другие» для него нераздельны.

Первая ступень развития сознания – эгоцентризм – характерна для ребенка, который требует от внешнего мира внимания, заботы, любви. «Начальный шаг осознания - это отделение человека от окружающего мира», как необходимое условие будущего индивидуального развития. Во время этого отделения самыми актуальными для ребенка становятся слова: «я», «мне», «я сам» («я сама»). Этот уровень можно также назвать уровнем преимущественно любви к себе, но если человек остается на первом уровне сознания в течение последующей взрослой жизни, его принято называть эгоистичным (рис. 14).

В процессе перехода на другой уровень возрастает значение беспокойства о самых близких людях – родителях, братьях и сестрах, родных. Для второго уровня сознания приоритетные ценности и потребности – это ценности и потребности собственной семьи. Ребенок, подрастая, берет на свои плечи решение семейных проблем, то есть мировоззрение расширяется до семейного круга.

Дальнейшему расширению мировоззрения человека содействует осознание того факта, что его личная жизнь и жизнь семьи тесно связаны с жизнью общества, нации. Так что улучшение общественной жизни позитивно отразится и на жизни семей, из которых складывается общество. Вследствие осознания этого факта (что, к сожалению, случается не всегда) человек «переходит» на третий уровень – к гражданской активности, государственному патриотизму, национальному сознанию. Это, конечно, не означает, что его перестают волновать семейные или собственные проблемы, однако в случае надобности человек может отодвинуть их на второй план, жертвуя собственным ради общественного.

Следующий, четвертый, уровень – это уровень принятия каждого человека как личности, признания прав каждого на собственные убеждения; осознания факта, что человечество – единый взаимосвязанный организм, в котором каждый выполняет свою важную роль. Этот уровень сознания освобождает человека из замкнутого круга «мое – чужое», «друзья – враги». Основным принципом, характеризующим сознание четвертого уровня, может быть так называемое «золотое правило» Иисуса Христа: не делай другим того, чего не хочешь себе.

Самый высокий уровень сознания, пятый уровень, можно назвать «духовным уровнем». Он характеризуется пониманием того, что Вселенная единый организм, а Земля со всеми населяющими ее существами – его неотъемлемая часть. Из этого следует соответствующее отношение ко всем живым существам Вселенной, как к самому себе.

Так происходит развитие сознания человека – от неосознанного единства с материнским организмом по пути духовного развития к осознанному единству с организмом Вселенной, постоянно возвращаясь к отправной точке собственной жизни, но каждый раз на качественно новом уровне.

Свою систему развития сознания дает Ю. М. Иванов. Он выделяет четыре стадии развития сознания.

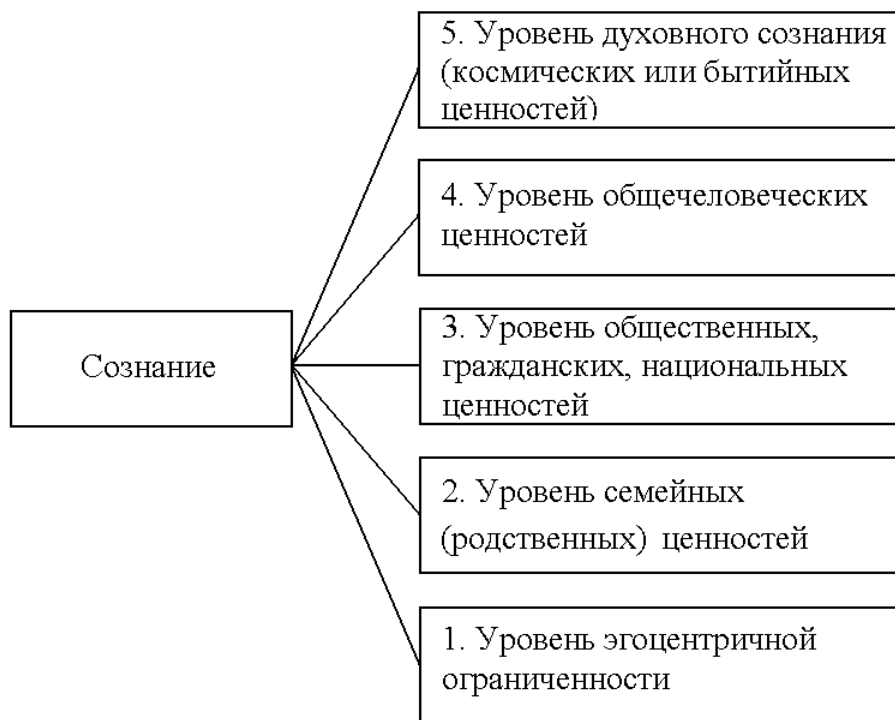


Рис. 14. Ступени развития (расширения) человеческого сознания

Первой стадией сознания человека является так называемое физическое сознание, при котором осознаются ощущения и чувства, но нет самосознания (физический уровень сознания присущ даже животным). Некоторые люди в настоящее время имеют физический уровень сознания. Они не способны познать себя хотя бы поверхностно. Для них «Я» представляется чисто физической вещью – телом, имеющим желания и чувства, и только. «Я» и тело составляют для них одно: они не способны отличать их друг от друга.

Вторая стадия сознания человека, на которой находится в настоящее время большинство людей, – ментальное сознание (называемое еще интеллектом, или разумом), при котором человек осознает, что у него есть ум. Он способен познавать себя, обращать взор внутрь себя и во Вселенную. Эта стадия характерна тем, что за познание человек платит определенную цену в виде душевных страданий, так как из-за незрелости сознания на этой стадии он не способен находить полноценные ответы на вопросы, которые ставит жизнь. Душевные страдания возникают вследствие неудовлетворенных стремлений и разочарований, страданий других, любимых им существ и т.п.

Люди же, которые преимущественно обладают ментальным сознанием, погружаются в целый мир умственного недовольства. Возникают новые потребности, и невозможность удовлетворить их порождает страдание. Цивилизация становится все сложнее и наряду с новыми наслаждениями приносит новые страдания. Человек привязывается к вещам и с каждым днем создает искусственные потребности, для удовлетворения которых он должен работать. Его интеллект вместо того, чтобы вести его ввысь, дает ему лишь возможность придумывать новые и тонкие способы удовлетворения его чувств и желаний. Некоторые люди возводят в ранг религии удовлетворение своей чувственности, своих низших влечений и становятся, так сказать, могущественными животными, вооруженными всеми силами интеллекта. Одни становятся тщеславными, самодовольными и преисполненными сознания важности своей личности (ложного «Я»). Другие болезненно сосредоточиваются на самих себе и занимаются анализом и изучением своих настроений, мотивов, чувств и т.д.

Когда человек достигает границы стадии ментального сознания, и перед ним начинает раскрываться следующая ступень, он склонен острее, чем когда-либо, чувствовать неудовлетворенность жизнью. Он не может понять самого себя – свое происхождение, судьбу, назначение и природу – бьется о прутья клетки интеллекта, в которой он заключен. Человек спрашивает себя: «Откуда я? Куда я иду? Какова цель моего существования?». Он не удовлетворяется ответами окружающих и часто впадает в отчаяние. Ортодоксальная психология останавливается, достигнув границы ментального сознания (самосознания), и предоставляет философским школам и высшей йоге исследовать и познавать следующие ступени развития сознания.

Третья и четвёртая стадии сознания освобождают человека от этих духовных страданий.

Третья стадия сознания человека – первый шаг к космическому сознанию. Это стадия «Я». Она гораздо выше «самосознания», ибо дает осознание реальности «Я». Это именно осознание, представляющее собой знание, а не

просто предположение или веру. «Я» знает, что оно реально, что оно коренится в высшей реальности (Абсолюте), лежащей в основе всей Вселенной и причастно ее сущности. Осознание еще не понимает, что такое эта реальность, но знает, что она подлинно существует и представляет собой нечто совершенно не похожее на что бы то ни было в мире имени, формы, числа, времени, пространства, причин и следствий – нечто трансцендентальное и превосходящее всякий человеческий опыт. «Я» также знает, что оно не может быть уничтожено или повреждено, что ему не угрожает смерть, что оно бессмертно. Когда это всецело раскрывается человеку, сомнение, страх, беспокойство и неудовлетворенность спадают с него, как изношенные одежды, и он приобретает бесстрашие, спокойствие и удовлетворенность. Теперь человек может с полным пониманием и знанием сказать о себе: «Я – есмь».

«Сознание «Я» для одних является как бы зарей познания. К другим оно приходит во всей своей полноте, хотя постепенно и медленно, и они живут в ярком свете этого сознания.

Человек, обладающий «сознанием «Я», может быть, и не понял еще окончательно загадки Вселенной и не может полностью ответить на великие вопросы жизни, но он перестал тревожиться ими, они его больше не беспокоят. Человек может упражнять на этих вопросах свой интеллект, но отнюдь не будет думать, что от интеллектуального разрешения их зависит его счастье или спокойствие.

Человек знает, что стоит на твердой скале, и хотя бури окружающего мира бушуют кругом, они не могут нанести ему вреда. Его жизнь отлична от жизни других людей, потому что их души погружены в сон или мечутся в тревожных сновидениях, тогда как его душа проснулась и смотрит в мир ясными и бесстрашными глазами.

К четвертой стадии сознания – космическому сознанию – ведет осознание единства всего живого, осознание, что Вселенная наполнена жизнью. При космическом сознании усиливается осознание себя и Вселенной, приходит чувство любви ко всем людям.

На рис. 15 отражена значимость личной проблемы для человека в зависимости от уровня его сознания.

С повышением уровня сознания расширяется мировоззрение и уменьшается влияние на человека личной проблемы (рис. 15).

Хочется обратить внимание на точку зрения относительно составляющих сознания В. В. Ярцева, который в 1997 г. зарегистрировал открытие «Свойство человека объединять энергией и информацией клетки своего физического тела». В познании живого вещества научный мир очень отстает. Человеку в научной картине мира посвящено менее 1% знаний. При помощи сознания человек получает полное понимание, ощущение и принятие события. Для этого сознание имеет три составляющие: разум, сердце, волю (свободную волю). Разум помогает принимать явления, события, осмысливать, объединять весь накопленный опыт, знания, понятия. Он дает способность предвидеть результат своего творчества. Разум «отрабатывает» все мысли человека, используя все типы мышления.

Сердце, чувствительная и качественная составляющая сознания, помогает ощущать направленность события, явления, осмысливать, объединять весь накопленный опыт, знания, понятия. Оно помогает ориентироваться в направленности качественной информации. Сердце несет в себе гармонию_Мироздания, легко проводит качественный анализ всего и определяет, куда данная информация, явление направляется, какую имеет конечную цель. Воля позволяет принимать события от начала и до конца, и понимать в этом случае причинно-следственную связь, т.е. видеть всю цепочку последовательных событий, понимать, как одно вытекает из другого, как происходит формирование событий. С помощью воли человек творит события, определяет цели жизнедеятельности, направляет процесс познания. Сознание человека может пребывать в настоящем, прошлом и будущем.

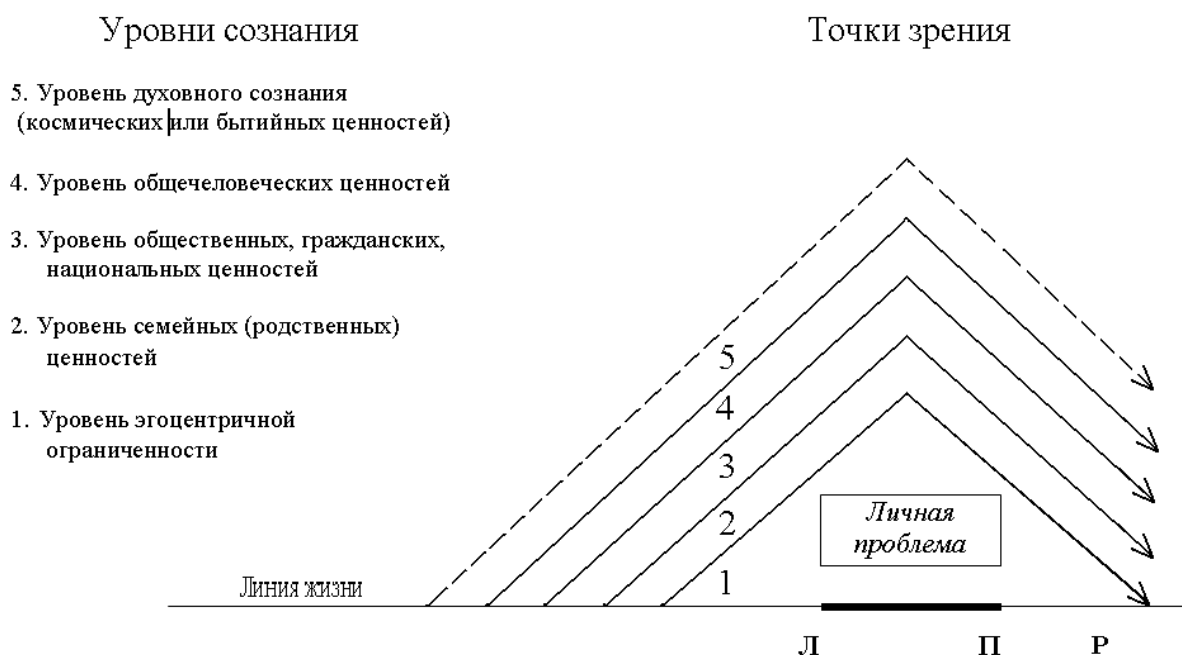


Рис. 15. Значимость личной проблемы для человека в зависимости от уровня его сознания (с повышением уровня сознания расширяется мировоззрение и уменьшается влияние на человека личной проблемы)

Если у человека при прохождении события сердце настроено на восприятие только части события, он не ощущает и не видит, как из него выходят чувства негативного плана. Человек из своего сердца изливает зло, желчь, гордыню, тщеславие, зависть, осуждение, но он этого не видит. А это все творится в настоящем, значит, творит будущее, которое принесет человеку его же негатив. Насколько человек способен любить Бога, людей, настолько он способен принять гармонию мироздания и получить знание законов мироздания.

Разум – третья составляющая сознания, – связан с мыслительной деятельностью. Мозг – часть физического тела человека, все время находится в настоящем времени. А вот мысли человека могут устремляться и в прошлое, и в будущее, и в настоящее. Получается, что человек через мыслительную деятельность разума может легко перемещаться во времени, т.е. находиться в мире иллюзий.

Если человек научится управлять своей волей, раскроет свое сердце (научится истинной любви), а потом позволит управлять разумом

(контролировать поток мыслей), то человек раскроет свое сознание и начнет объективно воспринимать события. Это и есть познание самого себя.

Связь морального сознания с нравственным поведением человека.

В психологии изучение соотношения морального сознания и морального действия постоянно приводило к противоречивым результатам: во многих случаях оказывалось, что не только дети, но и взрослые, хорошо знающие нормы нравственности и уверенные в необходимости их соблюдать, попадая в нетривиальные обстоятельства, ведут себя не в соответствии с этими нормами и оправдывают аморальное поведение других людей. В то же время действия субъектов, воспринимавшиеся окружающими как нравственные, при ближайшем рассмотрении оказывались лишенными морального содержания.

Значительный вклад в решение данной проблемы внес Лоуренс Колберг (1927-1987): вместе со своими сотрудниками он создал стадийную теорию нравственного развития. Он проводил исследования причин расхождения между нормами права и нормами морали, иерархии человеческих ценностей. Этой проблеме Л. Колберг и посвятил свою интенсивную научную жизнь. Он выдвинул гипотезы о том, что мораль развивается на протяжении всей жизни человека, что ее развитие имеет стадийный характер и что можно выработать метод, выявляющий критерии уровней морального сознания человека. Прежде всего, Л. Колберг установил, что само по себе прекрасное знание норм морали и согласие с ними не являются индикатором высокой нравственности. Люди могут быть убеждены, что «красть – дурно», «говорить неправду – нехорошо», «взятое обязательство нужно выполнять» и т.п., но в определенных условиях они ведут себя в противовес осознаваемым моральным правилам.

Для исследования морального сознания Л. Колберг создал девять дилемм, в содержании которых сталкивались нормы права и нормы морали; высшие и более низкие ценности человечества.

Стадийная теория морального развития, созданная Лоуренсом Колбергом, исследует проблемы связи морального сознания и морального действия. Основные положения этой теории состоят в следующем:

1. Переход от морального сознания к действию многоэтапен. Он включает суждение, принятие решений, возложение на себя ответственности за действие, интерпретацию моральной ситуации, специфические умения и эго-контроль или силу воли.

2. Чем выше стадия морального развития, тем больше сознание согласуется с действием.

3. Одним из факторов, препятствующих реализации нравственных действий, является феномен квази-обстоятельств.

Методика оценки уровня развития морального сознания.

Основываясь на работах Ж. Пиаже по выявлению стадий интеллектуального развития, Л. Колберг предположил возможность существования стадий развития нравственного сознания.

Исследуя различия в моральных суждениях, Л. Колберг выделил три основных уровня их развития: преконвенциональный, конвенциональный и постконвенциональный.

Преко́нвенциональный уровень отличается эгоцентричностью моральных суждений. Поступки оцениваются главным образом по принципу выгоды и по их физическим последствиям. Хорошо то, что доставляет удовольствие (например, одобрение); плохо то, что причиняет неудовольствие (например, наказание).

Конвенциональный уровень развития моральных суждений достигается тогда, когда ребенок принимает оценки своей референтной группы: семьи класса, религиозной общины. Моральные нормы этой группы усваиваются и соблюдаются некритично, как истина в последней инстанции. Действуя в соответствии с принятыми группой правилами, становишься «хорошим». Эти правила могут быть всеобщими, как, например, библейские заповеди. Но они не выработаны самим человеком в результате его свободного выбора, а принимаются как внешние ограничители или как норма той общности, с которой человек себя идентифицирует.

Постконвенциональный уровень развития моральных суждений редко

встречается даже у взрослых людей. Как уже говорилось, его достижение возможно с момента появления гипотетико-дедуктивного мышления (высшая стадия развития интеллекта, по Ж. Пиаже). Это уровень развития личных нравственных принципов, которые могут отличаться от норм референтной группы, но при этом имеют общечеловеческую широту и универсальность. На данной стадии речь идет о поиске всеобщих оснований нравственности.

В каждом из названных уровней развития Л. Колберг выделял несколько стадий. Достижение каждой из них возможно, по мнению автора, только в заданной последовательности. Но жесткой привязки стадий к возрасту Л. Колберг не делает (табл. 6).

Для исследования морального сознания Л. Колберг сформулировал девять дилемм, в оценке которых сталкивались нормы права и морали, а также ценности разного уровня.

По мере развития уровня нравственных суждений увеличивается и соответствие нравственных оценок человека его поведению.

Следует помнить, однако, что нравственные суждения являются важным, но не единственным фактором, определяющим поведение человека. Можно придерживаться весьма нравственных взглядов на ситуацию, но не иметь достаточно самоконтроля или мужества действовать в соответствии с ними и наоборот.

4.3. Структура и функции сознания.

Прежде всего, стоит особо подчеркнуть, что сознание – настолько всеобъемлющее, многоплановое и сложное понятие, что все сведения о нем, которые удалось добыть человечеству на сегодняшний день, по-видимому, представляют всего лишь малую толику знаний. «Всеобъемлющий океан сознания», «все, окружающее нас, есть сознание», «поле сознания Вселенной» – одно только перечисление таких определений уже подчеркивает грандиозность этого понятия.

Таблица 6. Стадии развития суждений по Л. Колбергу

| Уровень | Стадия | Возраст | Основания морального выбора | Отношение к идее самооценности человеческого существования |
|-------------------|--------|----------|---|---|
| Преконвенционный | 0 | 0–2 | Делаю то, что мне приятно | |
| | 1 | 2–3 | Ориентация на возможное наказание. Подчиняюсь правилам, чтобы избежать наказания | Ценность человеческой жизни смешивается с ценностью предметов, которыми этот человек владеет. |
| | 2 | 4–7 | Наивный потребительский гедонизм. Делаю то, за что меня хвалят; по принципу: «ты мне, я тебе» | Ценность человеческой жизни измеряется удовольствием, которое доставляет этот человек ребенку. |
| Конвенционный | 3 | 7–10 | Мораль «пай мальчика». Поступаю так, чтобы избежать неодобрения, неприязни ближних, стремлюсь быть (слыть) «хорошим мальчиком», «хорошей девочкой» | Ценность человеческой жизни измеряется тем, насколько этот человек симпатизирует ребенку. |
| | 4 | 10–12 | Ориентация на авторитет. Поступаю так, чтобы избежать неодобрения авторитетов и чувства вины; выполняю свой долг, подчиняюсь правилам | Жизнь оценивается как сакральная, неприкосновенная в категориях моральных (правовых) или религиозных норм и обязанностей. |
| Постконвенционный | 5 | После 13 | Мораль, основанная на признании прав человека и демократически принятого закона. Поступаю согласно собственным принципам, уважаю принципы других людей, стараюсь избежать самоосуждения | Жизнь ценится и с точки зрения ее пользы для человечества, и с точки зрения права каждого человека на жизнь. |
| | 6 | После 18 | Индивидуальные принципы, выработанные самостоятельно. Поступаю согласно общечеловеческим универсальным принципам нравственности | Жизнь рассматривается как священная с позиции уважения к уникальным возможностям каждого человека. |

Профессор Р. И. Полонников утверждает: «Сознание – универсальное явление, существующее повсюду: и в самых маленьких, и в самых крупных объектах Вселенной». Все объекты Вселенной расположены на этом или ином уровне «сознания» в зависимости от составляющей их материи; проявленное «сознание» у существ, стоящих на высокой стадии эволюции, более очевидно, чем у тех, кто находится на низком уровне. На самой высокой стадии эволюционного развития на Земле находится человек.

Болгарский физик Б. Паюшев считает: «Человек – сложная копия породившей его Вселенной. С ним связано поле информации, несущее сознание, чья размерность близка к размерности космических процессов. Ограничивать акты сознания его анатомо-морфологической структурой неправомерно, ибо в силу корпускулярно-волновой природы человека его сознание находится вне индивида и представляет собой какое-то «полевое образование».

С этим полностью согласен известный ученый доктор философских наук М. К. Мамардашвили. «По обыденной привычке, – говорит он, – мы, как правило, вписываем акты сознания в границы анатомического очертания человека. Но, возможно, каким-то первичным образом сознание находится вне индивида как некое пространственно-подобное или полевое образование».

Ниже (рис 17) представлена схема информационной модели сознания.

Сознание человека определяется опытом, накопленным на бесконечном эволюционном пути. Если изобразить путь эволюции человека прямой, идущей из минус бесконечности, а состояние его сознания – точкой на этой линии, то отрезок прямой до данной точки будет отображать подсознание, а отрезок до плюс бесконечности – сверхсознание. Подсознание есть сознание прошлого, сверхсознание – сознание будущего.

Подсознание гениально. Оно знает все, что вы когда-либо знали, умеет все, что вы когда-либо умели, и помнит до мельчайших подробностей все, что происходило задолго до вашего рождения. Оно автоматически напоминает, когда вы должны вдохнуть или выдохнуть. Это оно заставляет вас извиваться и вскрикивать, когда вас щекочут и т. д. Как только мыслящее «Я» делает попытку

что-нибудь узнать, подсознание пытается дать ответ (как хороший библиотекарь).

В сверхсознании находится все, что должно случиться, что вы еще должны пережить. «Сверхсознание – бесконечная потенциальная возможность развития сознания».

Характер действий человека, его мысли зависят, в первую очередь, от его подсознания. Но и сверхсознание оказывает на него определенное влияние. Поэтому в прошлом человек не живет только прошлым, а всегда стремится к будущему. Знание будущего иногда называют предчувствием, интуицией. Академик Г. И. Шипов считает: «Интуиция — это способность проникать через барьер между сознанием и подсознанием. Подсознание подключено к всеобщему сознанию. Интуиция помогает установить связь с подсознанием и, тем самым, получить доступ к источнику знаний». Забегая вперед, отметим, что под термином «подсознание» Г. И. Шипов имеет в виду и подсознание, и сверхсознание.

Иногда подсознание и сверхсознание выполняют одни и те же функции, и поэтому граница между ними трудноопределима. Объем информации, содержащейся в подсознании и сверхсознании человека, необычайно огромен. Сознание человека – своего рода голографический фрагмент космического сознания, временно подключенный к телесному фильтру. Жизнь наша стала бы невозможной, если бы мы вынуждены были ежеминутно, ежесекундно иметь дело с таким огромным объемом информации.

«Между сознанием человека в его вещественной (телесной) форме и сознанием духовных миров предусмотрен некий потенциальный полупрозрачный информационно-энергетический барьер».

Не подлежит сомнению, что такое сито должно существовать, в противном случае наши головы буквально лопались бы от избытка информации.

По мнению П. Кононова, взаимодействие программ трех высших энергетических центров, образующих сверхсознание человека, т. е. мир души, можно выразить уравнением судьбы: *причины + следствия = судьба* (программа

возможных событий).

Сознание человека представляет собой совокупность работы «ментального» и «астрального» центров. Ментальный центр играет роль переводчика высокочастотной информации мира души на низкочастотный язык материального мира.

Ментальный центр отвечает за образование мысли. Астральный центр отвечает за предоставление материальных форм реализации мыслей человека. Иначе говоря, мыслеформа – это первоэлемент жизни или тот самый дух (слово), который при определенных условиях может материализоваться до уровня физического состояния.

Подсознание человека представляет собой совокупность работы эфирного управителя физическим телом и самого тела с его нервной системой, пятью органами чувств и т. д.

Таким образом, анализ литературных данных по организации человека показал, что человек представляет собой семеричную энергоинформационную систему, включающую сверхсознание (душу), сознание (дух) и подсознание (тело).

Необходимое условие для гармоничного развития человека – это подчиненность и подотчетность сознания сверхсознанию, а также подсознания – сознанию. Развитие человека видится в совершенствовании законопослушного сознания и проявления его в благородных делах, отвечающих требованиям души.

Становление гармоничного развития необходимо начинать с исправления сознания путем самовоспитания и самоисцеления посредством духовных мыслеформ.

Каждый должен выбрать жизненный путь по душе своей, по разуму своему и по силе своей.

Согласно вышеизложенному представлению, каждый энергетический центр несет свое функциональное назначение в человеке:

7 – душа – искра Бога, в которой заключен смысл жизни;

6 – «третий глаз» – (мораль и этические нормы) + (фактическое

мышление и поведение) = программы (причины) следствий;

5 – горловой центр – судьбоносный;

4 – ментал – мыслетворческое программирование жизнедеятельности человека;

3 – астральный центр - чувственное и эмоциональное оформление мысли;

2 – эфирный управитель – организует режим саморегуляции процессов жизнедеятельности в физическом теле и исполнение телом сознания и сверхсознания;

1 – физическое тело – совокупность энергии солнца, атомов, молекул, клеток, органов, подчиненных эфирному управителю.

Согласно восточной философии, диапазон возможного использования подсознания и сверхсознания в деятельности текущей жизни называется индивидуальным сознанием. Это то самое сознание, которое авторы называли «сознанием развоплощенной души». Именно оно представляет собой голографический фрагмент сознания Вселенной. Каждый человек имеет индивидуальное сознание, объем которого определяется предшествующим опытом. При большем опыте границы сознания шире, и человек может глубже погружаться в подсознание и сверхсознание.

Под воздействием духа душа, обладающая индивидуальным сознанием, формирует тонкие тела человека, создает энергоинформационную голограмму (ЭИГ), по которой затем строит физическое тело. На момент рождения человека индивидуальное сознание полностью закрыто. По мере развития ребенка в нем зарождается и начинает развиваться *физическое сознание*, или *интеллект*. Интеллект – способность мышления, рационального познания.

Интеллект характеризуется получением информации извне, ее запоминанием, логическими операциями, интуитивным получением новой информации, свободной игрой воображения и в конечном итоге рассматривается как свойство синтеза информации.

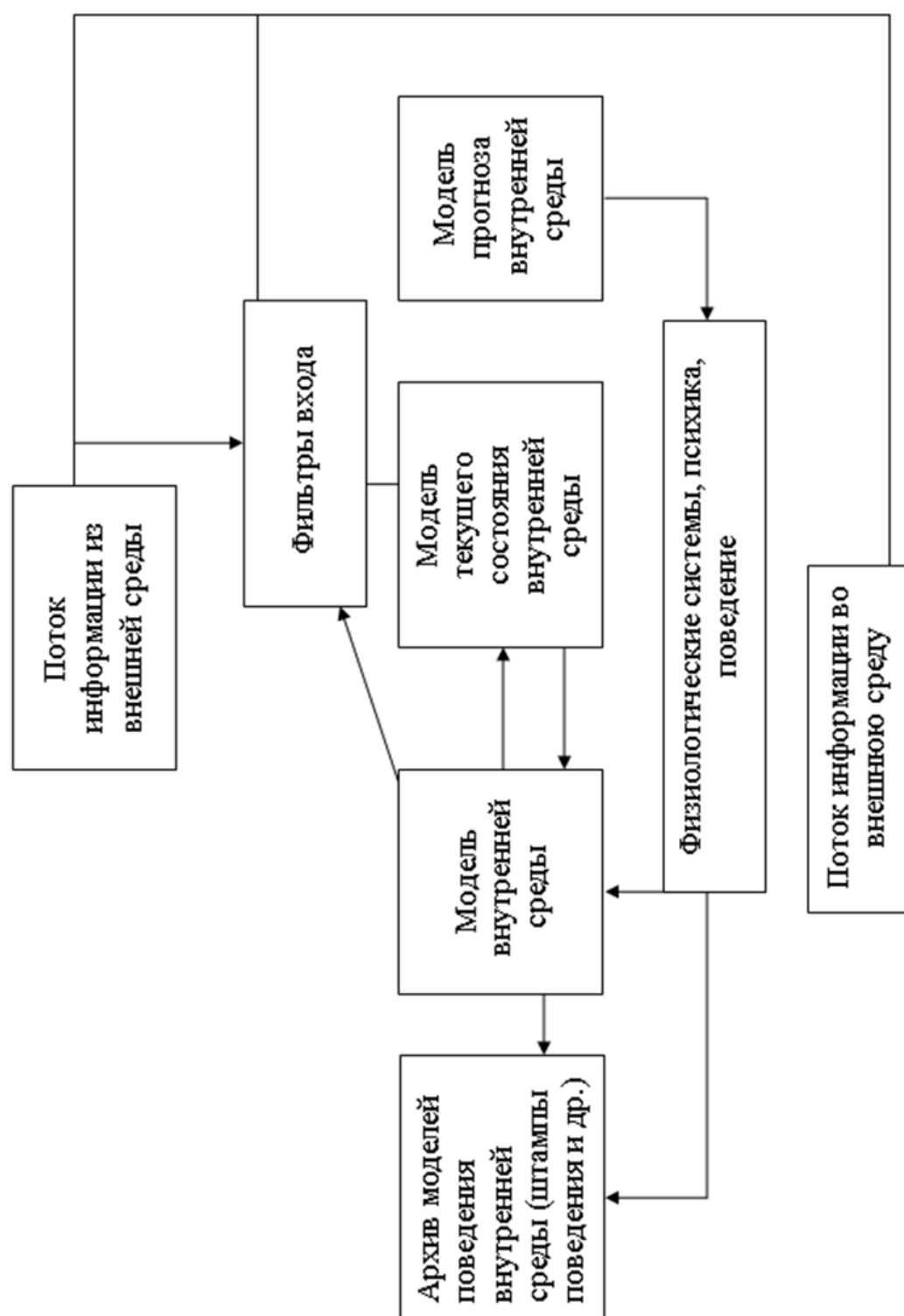


Рис. 17. Гомеостатическая блок-система информационной модели сознания

С первыми проблесками интеллекта начинается раскрытие индивидуального сознания: интеллект является посредником между ним и физическим телом, благодаря чему индивидуальное сознание проявляет себя в физическом мире и одухотворяет его. Оно начинает управлять интеллектом, но степень влияния зависит от его раскрытия и чистоты. Поскольку интеллект принимает на себя весь груз предрассудков, привычек, догм и стереотипов, им иногда крайне трудно управлять.

Обычно к семи годам индивидуальное сознание бывает раскрыто настолько, что человек может спокойно действовать в новой жизни.

Задачей родителей, а затем и самого человека является как можно скорее раскрыть индивидуальное сознание, чтобы он мог максимально интенсивно выполнять задачи жизни, взятые на себя при переходе в физический мир.

Условно физическое сознание, или интеллект, обычно рассматривают с двух позиций: внешнее сознание и самосознание.

Внешнее сознание направлено на окружающий мир и позволяет человеку получать знания о нем, приспосабливаться к нему, постигать его законы, вести успешную деятельность. Внешнее сознание «нарабатывает» память и формирует ум.

Самосознание человека возникает в результате его взаимодействия с окружающим миром, с людьми. Оно позволяет нам познавать самих себя, свои возможности и способности. Результаты самосознания выражаются в стремлении совершенствоваться, то есть вызывают необходимость в постоянном самоконтроле и самооценке. Именно сознательное мышление, самоконтроль и стремление к самосовершенствованию способствуют раскрытию индивидуального сознания.

Сознание человека в целом двойственно: индивидуальное сознание и интеллект. Подтверждением этому являются работы известного американского ученого доктора Ч. Тарта, который также разделил сознание человека на две части: А-сознание и В-сознание. А-сознание является полевым (трансперсональным), оно связано с человеком, но находится вне него. В-

сознание принадлежит телу человека, и в случае физической смерти оно дезинтегрируется. Из взаимодействия капсулированного сознания, анатомически ограниченного телом человека, с полем (трансперсональным) сознанием рождается целостная система, которая (по Ч. Тарту) и представляет собой сознание человека.

На рис. 18 представлена качественная и количественная характеристика эволюции сознания.

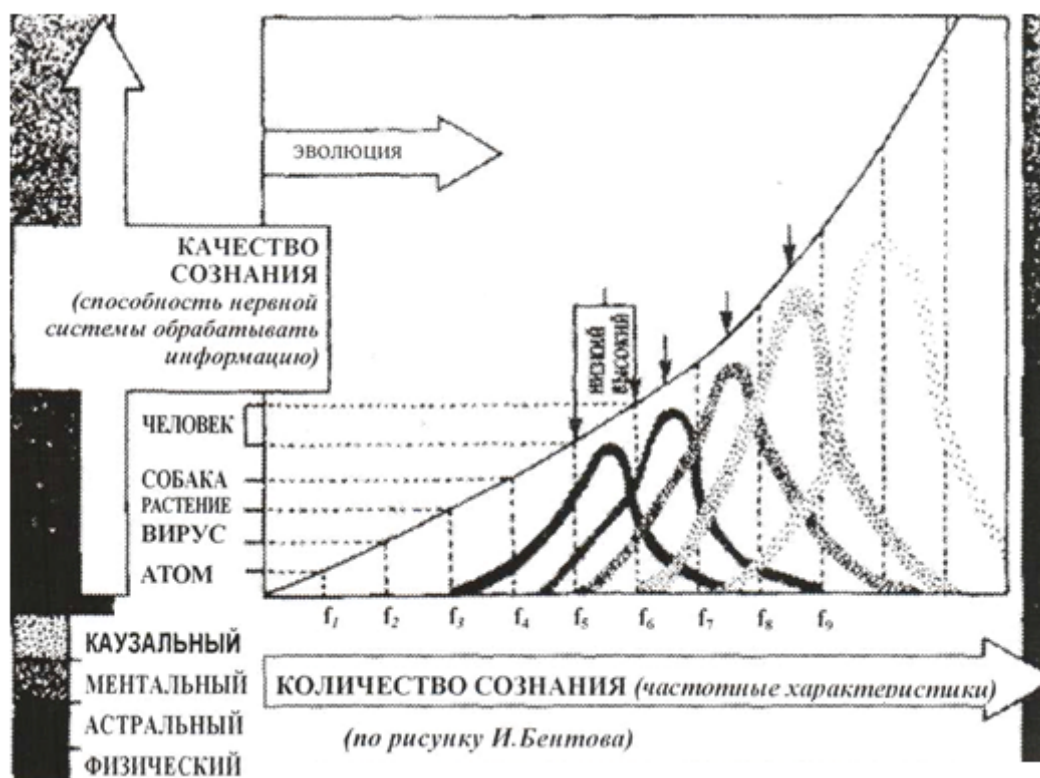


Рис. 18. Качественная и количественная характеристика эволюции сознания

Под личным бессознательным следует понимать индивидуальное сознание, а под коллективным бессознательным — сознание Вселенной. Оказывается, все мы связаны между собой.

Память и ум

Память человека отмечает события, произошедшие в пространстве и времени, так как человек осознает себя и окружающий мир только в пространстве и во времени. В результате такого осознания в полевой форме человека происходят особые процессы структуризации в виде голографических

образований, в которых хранится вся информация о событиях, которые произошли с человеком, его ощущениях и т. д.

«В процессе эволюции живые существа выработали в себе способность «освободиться» от мешающей (в данный момент, но вообще полезной) информации не путем ее стирания, как это происходит на ленте магнитофона, а запуская, излучая ее в биологическое поле, чтобы в случае необходимости, «вспоминая», настраиваться на собственную информацию, заключенную в энергетическом комплексе».

Ум, как и интеллект, представляет собой способность мышления и понимания. Можно сказать, что на современной ступени развития человек обладает тремя видами ума: низшим умом (или инстинктивным), средним умом (или интеллектом) и высшим умом (или способностью прозрения). Эти три вида ума тесно связаны между собой, между ними нет резкой границы, они обладают многими оттенками и незаметно переходят один в другой.

Исключительно инстинктивным умом пользуются существа, находящиеся на низшей ступени: животные, дикари, дети. Поэтому можно сказать, что инстинктивный ум у современного человека – это ум прошлого, рассудок – ум настоящего, способность прозрения – ум будущего.

По мере развития в человеке интеллекта инстинкты постепенно уступают место рассудку, но они и дальше продолжают исполнять те же функции, что и раньше, – физиологические функции, не требующие участия сознания (пищеварение, кровообращение, дыхание и т. д.). Все потребности тела (голод, жажда, сон, половое влечение), все страсти (ненависть, зависть, ревность, мщение и другие проявления эмоций низшей природы человека) находятся под управлением инстинктивного ума. Инстинктивный ум есть ум привычек и всех тех действий, которые мы совершаем машинально, которые мы учились и учимся делать без участия нашего сознания. Когда мы осваиваем какой-либо вид работы и можем делать ее автоматически, без участия нашего сознания, мы передаём ее из области интеллекта в область инстинктов. Инстинктивный ум – удивительный склад, на котором хранится все, что мы когда-либо знали, умели,

видели и т.д. Именно инстинктивный ум представляет собой познание.

В настоящее время в человеке полностью сформировано четвертое начало (инстинктивный ум, или ментальное тело), заканчивается развитие пятого начала (тела), и только-только началось развитие шестого начала (прозрения, или буддического тела).

Развитие цивилизации, науки, различного рода прикладных знаний – заслуга интеллекта. Все технические совершенствования, все достижения по облегчению и улучшению жизни человека – результат работы интеллекта. Но интеллект не есть мудрость. «Чувствование есть мудрость, интеллект есть рассудок». Имея большие плюсы, интеллект имеет и большие минусы. Его развитие полезно до тех пор, пока он прислушивается к голосу своего высшего начала – мудрости; пока он признает его. Самым большим недостатком интеллекта является то, что по мере своего развития он начинает считать высшим началом самого себя. Человек тогда делает из своего интеллекта своего бога, когда начинает признавать только его и поклоняться только ему. Этим своим ограниченным умом, который он ошибочно считает своим последним и величайшим достижением, человек пытается объять необъятное, измерить малым масштабом огромные величины, стремится постигнуть явления, исходящие от высших миров. Но так как сделать этого он не может, то он просто начинает отрицать эти явления. Из-за разрыва связи с высшим сдерживающим началом человек развивает в себе самые худшие из тех личных начал, которые заложены в интеллекте: стремление к разъединению, обособленность, эгоцентричность и эгоизм, нетерпимость к чужому мнению и страсть к противоречию и антагонизму.

«Интеллект есть в человеке начало разъединяющее, он отличает «Я» от «не Я». Он признает только себя одного, все остальное мыслит как внешнее и чужое для себя одного. Это начало борющееся, враждующее, самоутверждающееся, готовое уничтожить все, что стоит между ним и предметом желаний, из-за чрезмерного развития интеллектуального ума, от ущерба духовности.

Чувственность, или способность прозрения, доступна лишь

ограниченному числу людей. Но все самое возвышенное, самое благородное и прекрасное, все высшие ценности культуры – заслуга человеческого сердца. Это высшее начало природы человека, и потому все, что исходит от сердца, несет печать теплоты и искренности. Подобно инстинктивному уму, оно нуждается в отдыхе. И когда физическое сознание спит, сверхсознание видит возможности будущего. Таким образом, в данном физическом воплощении человек обладает индивидуальным набором определенных диапазонов подсознания, сверхсознания и физическим сознанием, называемым интеллектом.

Еще в древности люди считали, что в каждом человеке живут три разные личности. Они выделяли «внешнего», «внутреннего» человека и «наблюдателя». «Внешний» человек – это тот, кто разговаривает, думает, сознательно что-то делает. «Внутренний» человек – доставшийся нам от предков организм с его внутренними бессознательными растительными и регулирующими функциями. «Наблюдатель» – это тот, который следит и управляет «внешним» и «внутренним» человеком по законам Космоса. Поэтому наши предки, уважая все три личности, все-таки отдавали предпочтение той, что жила в сердце: если что-то было не по сердцу, этого не делали.

Психолог, профессор Д. В. Кандыба пишет, что исследования подтвердили действительное существование в человеке как минимум трех личностей: сознательную, подсознательную и наблюдателя. Каждая из трех личностей одновременно с двумя другими обрабатывает всю информацию, имеет свой собственный опыт и характер. Каждая из трех личностей значительно влияет на поведение, слова и поступки человека. У разных людей эти личности развиты по-разному – какая-то сильнее, какая-то слабее. Люди, у которых в психофизиологической деятельности доминирует левое полушарие, или первая личность («внешний» человек), внешне являются уравновешенными, мыслят логически и абстрактно, трезво оценивают происходящее. Люди, у которых доминирует правое полушарие, или вторая личность («внутренний» человек), в основном живут чувствами или интуицией. Люди, которым удалось синхронизировать работу обоих полушарий в активном режиме, – мудрые и

гармоничные люди.

Профессор В. Н. Волченко приводит простую, на первый взгляд, формулу сознания, которая хорошо соотносится и с древними знаниями, и с результатами исследований профессора Д. В. Кандыбы, она выглядит так:

Сознание = Интеллект + Душа + Дух.

Интеллект, как мы уже знаем, – это физическое сознание, Душа – индивидуальное сознание, а Дух – искра Божия!

По мнению Трифонова, сознание человека также включает в себя три составляющие: сознание тела; чувственное, или эмоциональное сознание и духовное, или Божественное сознание. Они взаимосвязаны между собой, но имеют разные резонансные частоты. Цель эволюции человека (по Трифонову) – достичь Божественного сознания, зазвучать на одной частоте с Богом! По мере развития сознание переходит из низших октав в высшие. Развитие его идет через творчество, в резонансе с Божественным предписанием. Однако наше несовершенное знание не может в полной мере отобразить Божественное предписание, и полного резонанса не получается. Отклонение от правильного пути порождает те трудности и несчастья, которые мы переживаем в земной жизни. Это заставляет искать новые решения, накапливать знания шаг за шагом, оставляя крупинцы истинного знания и отбрасывая заблуждения или тупиковые решения. Достигнув высшей точки познания в данной октаве, мы через резонанс получаем от Космоса творческий толчок и скачком переходим в более высокую октаву.

В массовой литературе часто используют только два термина: сознание и подсознание. Под первым термином имеют в виду физическое сознание, а под вторым – подсознание и сверхсознание одновременно.

В подсознании человека, как в кусочке голограммы, содержится информация обо всей Вселенной в прошлом, настоящем и будущем.

Самым потрясающим, самым удивительным для нас, живущих сейчас, оказалось то, что в подсознании каждого человека заложена одна и та же информация. Она не зависит от образования и возраста человека, от

национальности и вероисповедания, от того, наш он современник или жил во времена Христа и Будды. В подсознании человека находится банк всех знаний. В сознание из подсознания поступает только мизерная часть знаний, которая необходима нам для того, чтобы жить. Информационный канал от подсознания к сознанию перекрыт «заглушкой» (принятый научный термин). Контролирует этот канал мозг, который действует как защитный фильтр для сознания.

По гипотезе профессора Бергсона: «Нервная система и, прежде всего, головной мозг «гасят» большую часть сенсорных стимулов на входе индивидуального сознания. Более того, отбирают из них только ту информацию, которая требует к себе пристального внимания и ответных действий. Подобная система защищает сознание и от большей части экстрасенсорной информации. Это позволяет объяснять парапсихологические феномены как аномалии работы головного мозга. Он перестает выполнять роль фильтра и начинает воспринимать происходящее в расширенном диапазоне».

Ослабить контроль мозга над заглушкой можно, если ввести человека в транс. Именно трансовые состояния являются наиболее универсальным способом взаимодействия с подсознанием, а, следовательно, и с информационным полем Вселенной. Доктор медицинских наук Э. К. Каструбин пишет: «...не представляет сомнения, что трансовые состояния являются входом в информационное поле Земли».

Теоретической предпосылкой в рассуждениях о человеке, его месте во Вселенной и путях дальнейшей эволюции человечества, явились философские взгляды выдающегося мыслителя XX века Н. А. Бердяева. Если рассмотреть область познания в человеке, то можно сделать вывод, что человек представляет собой целое, иначе бы у него не возникла дерзновенная идея познания, т. к. целое стремится познать частное, а не наоборот. Мы уже привыкли к формулировке: познай себя – и ты познаешь Вселенную. Человек потому составляет высшее творение во Вселенной, что наиболее полно отражает собой ее суть. Самая большая загадка в человеке – это сложение его по образу и подобию Бога. Как образ и подобие Творца, человек и сам есть творец

и призван к творчеству.

Рождение и творчество – два принципиально различных процесса. Рождение происходит из природы, из утробы, и предполагает отделение части матери (рождающего) рождающемуся. Творчество происходит из свободы, а не из утробы, и в нём никакая материя не передаётся от творящего к творимому. Творчество есть творчество из ничего, т. е. из свободы, ибо свобода есть ничто.

Человек, с одной стороны, – продукт эволюции природы, а с другой, – вложен в мир надприродный, мир духовной реальности и является точкой пересечения двух миров. Дух есть свобода, а не природа. Дух революционен в отношении к миру природному и историческому, он опрокидывает принудительный порядок этого мира. Он освобождает, но не от природы, а от рабства в ней. Дух есть не только свобода, но и смысл. Можно уловить признаки духа в нашем мире. Такими признаками являются: свобода, смысл, творческая активность, целостность, любовь, ценность, признание божественного мира и единение с ним. Дух вневременен, как и внепространственен. Он есть не само бытие, а его смысл. Он есть и ум, но ум целостный. Дух не тождествен сознанию, но через него конструируется сознание и происходит переход в сверхсознание. Дух действует повсюду и во всём, но как сила просветляющая, преображающая, освобождающая, но не принуждающая. Творческий акт духа есть выход человека из себя в мир. Творческий акт человека, всегда исходящий от духа, вносит в мир новое, небывалое. Примером может служить данный миру Новый Завет Христа.

Украинский академик Н. Г. Холодный ввел в обиход мировоззренческое понятие «антропокосмизм». Это означает, что человек в мироздании неотделим от судеб космического развития. Тогда возникает и обратная зависимость: человек становится одним из мощных факторов дальнейшей эволюции природы в участке мироздания, в котором он обитает, и притом фактором, действующим сознательно. Это не уход от мира, это работа духа в мире и человеке. Новая духовность не допустит рабства человека у космических, социальных и технических сил. Новый человек разделяет страдания мира, трагедию человека, стремясь внести освобождающее начало во всю человеческую жизнь. Новая

духовность есть познание истины о творческой активности духа в человеке во всей ее полноте

Первостепенная задача духа – создание мировоззрения. Что такое мировоззрение? Мировоззрение – это совокупность волнующих общество и человечество мыслей о назначении человечества и человека в нём. Каким должно быть гуманное мировоззрение? Мыслящей духовной силой для всего человечества. Призвание каждого человеческого существа состоит в том, чтобы, выработав собственное мировоззрение, стать подлинной личностью. Мировоззрение должно быть оптимистичным и этичным. Оптимистично то мировоззрение, которое бытие ставит выше небытия, и тем самым утверждает мир и жизнь как нечто ценное само по себе. Этика – область деятельности человека, направленная на внутреннее совершенствование его личности.

Болезни можно считать своего рода искусственными препятствиями, воздвигаемыми на нашем пути высшим «Я» с целью слегка притормозить нас и заставить задуматься, как мы живем и в чем смысл нашего бытия. Высшее «Я» – это мощный союзник в душе каждого из нас. Оно чутко следит, идем ли мы по пути развития. И если это не так, оно пытается наставить нас на путь истинный тем, что провоцирует различные расстройства или болезни.

При духовном подходе неизлечимых болезней в принципе не существует. Более того, при духовной гармонии никакие болезни даже не возникнут. Ибо вы всегда будете находиться в гармонии с миром. А всякую болезнь можно рассматривать как следствие нарушения этой гармонии. Поэтому рецепт для излечения от любой болезни очень прост: надо восстановить гармонию с Миром.

Как войти в гармонию с мирозданием? Через духовность, любовь к Творцу, к планете, к ближнему.

На рис. 19 представлена иерархия пяти уровней возникновения заболеваний. Чтобы лучше понять ее, можно рассмотреть пример возникновения диабета, двигаясь от следствия к причине. Например, причиной появления сахара в моче является повышение его уровня в крови (1,

симптоматический уровень).

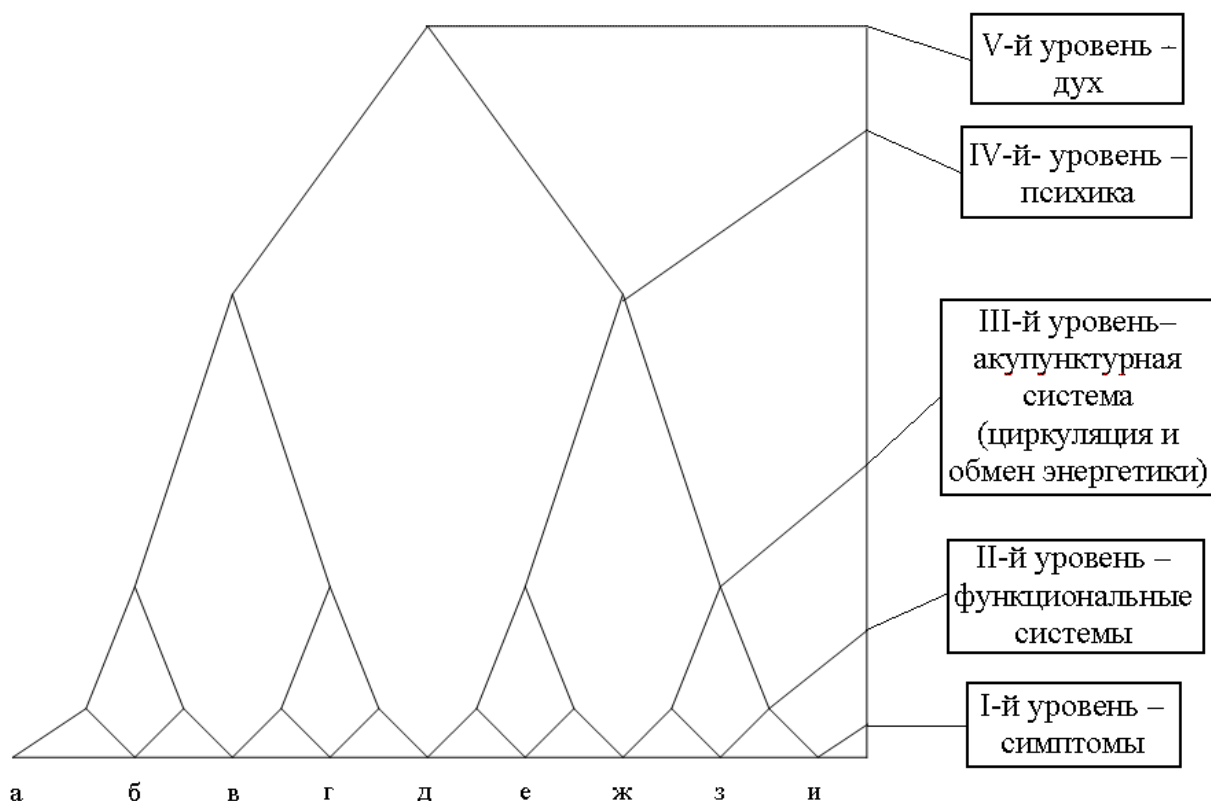


Рис. 19. Иерархия причинно-следственных связей в возникновении заболеваний

Причиной повышения сахара в крови является нарушение синтеза инсулина поджелудочной железой (II, функциональный уровень). Причиной панкреатических нарушений может быть, например, патология желчевыводящих протоков и двенадцатиперстной кишки. Это, в свою очередь, является следствием нарушения регулирующей функции акупунктурной системы (III, уровень акупунктурной системы). А нарушение этой функции является следствием эмоциональных процессов – изменений состояния души (IV, уровень психики).

Нам представляется, что более правильным было бы рассматривать схему, начиная с пятого уровня – с уровня Духа. Именно на этом уровне развиваются первые нарушения, являющиеся причиной всего развивающегося в дальнейшем, и в т.ч. заболевания. Если человек не в состоянии ликвидировать эти нарушения, возникает дисбаланс энергии в нижних слоях, и в качестве компенсаторной реакции начинают проявляться деформации более низких

уровней иерархии. В первую очередь возникают энергоинформационные изменения тонкоматериальных уровней деформации состояния души. Далее начинают проявляться психические симптомы у *еще* здорового человека. Его организм на уровне духа пытается компенсировать нарушения соответствующими изменениями души. Возникают психические нарушения, на которые человек реагирует двумя недуховными путями.

Первый – компенсация деформации Духа и души энергоинформационным взаимодействием с внешним миром в виде аморальных и антисоциальных поступков.

Второй путь – если первый путь не подходит человеку по моральным соображениям, то болезнь компенсируется на более низких иерархических ступенях в пределах организма. Первые изменения проявляются в акупунктурной системе, на уровне регуляции функций. Если этого недостаточно, по истечении определенного времени, данного нам для осмысления происходящего, начинаются проявления на уровне органов и систем.

Инертность материи дает человеку дополнительное время для духовного совершенствования. Поэтому есть еще путь исцеления, в основе которого лежит гармонизация всех тонких и физического тел человека. Таким образом, окончательное исцеление возможно исключительно на духовном уровне.

Грех – это нарушение Божественного порядка в работе любого из семи «Я».

К семи смертным грехам относятся: гордость – это высший смертный грех; сребролюбие – нарушение божественной морали и этики в угоду собственным желаниям; блуд; гнев; чревоугодие; зависть; уныние.

Типичные следствия семи смертных грехов: проклятие, магия, страх, сглаз, несочувствие чужим проблемам, самоуничтожение, порча, наговор, программы уничтожения.

При обсуждении такой важной, интересной и разносторонне изучаемой темы, какой является сознание, интересно ознакомиться с работами, которые посвящены исследованиям сознания групповых коллективов.

По мнению К. Г. Короткова, в настоящее время в физике, биологии и

психологии появляется все больше работ сторонников новых, более широких, системных подходов к рассмотрению природы биологических систем в целом и человека в частности. Такие подходы создают концептуальную базу для синтеза материального и идеального, для понимания окружающего нас мира как иерархии открытых взаимодействующих систем и, вместе с тем, дают базу для практической диагностической и терапевтической деятельности.

По мере развития европейской науки происходила трансформация взглядов на роль процессов, определяющих жизнедеятельность человеческого организма.

Исторически природа человека во всех мировых культурах рассматривалась дуалистически: идеальная душа и материальное тело. С развитием европейской науки и постепенным сползанием к вульгарному материализму вольтерианского толка этот дуализм превратился в противопоставление, доведенное до логического абсурда коммунистическими режимами. Душа оказалась прерогативой церкви, а науке досталось только брешное тело.

Первоначально тело рассматривалось как чисто механическая система, подобная часовому механизму: мозг – командная система, сердце – насос, плюс отдельные исполнительные органы, совершающие определенную работу и потребляющие определенную энергию. Это был первый уровень описания организма человека, естественно, сохраняющий свою значимость и в рамках современных представлений (рис. 20).

В XIX веке возник химический уровень описания, в рамках которого определяющими для процессов жизнедеятельности являются взаимодействия сотен тысяч химических веществ, потребляемых и вырабатываемых организмом.

Колоссальные успехи химического подхода в борьбе с неизлечимыми ранее болезнями, эпидемиями и быстро наблюдаемый эффект от его воздействия на полтора века определили доминирование химико-фармацевтического подхода к терапии любых отклонений от нормального функционирования.

| |
|-------------------------------|
| ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ |
| ИНФОРМАЦИОННЫЙ |
| ОБЪЕКТНО-СУБЪЕКТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ |
| ПОЛЕВОЙ |
| ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫЙ |
| АТОМНО-МОЛЕКУЛЯРНЫЙ |
| ХИМИЧЕСКИЙ |
| МЕХАНИЧЕСКИЙ |

Рис. 20. Уровни описания функционирования организма человека

Ученые XX века, воодушевленные успехами военного и технологического применения атомно-молекулярных концепций, распространили развитые в физике редукционистские подходы на биологию и открыли безбрежное поле для исследований и траты денег. Апофеозом этих усилий стали программы по изменению генетического кода.

Постепенно в биологию все шире стали проникать идеи о роли различных полевых уровней: от клеточного до организменного и системного. Исторически, первоначально, все взаимодействия сводились к электромагнитным полям, однако, при всей их несомненной значимости, был экспериментально продемонстрирован вклад и других известных полей, а также декларирована значимость полей гипотетических, типа скалярного или торсионного.

Достаточно популярной стала идея об информационном уровне существования. Под этим подразумевают направленную селекцию и обработку организмом низкоэнергетических сигналов, играющих триггерную роль для запуска каких-либо внутренних бессознательных процессов или имеющих какое-то специфическое значение для жизнедеятельности на сознательном уровне.

И, наконец, следующим уровнем является трансперсональный, в котором конкретный человек выступает как текущее материальное воплощение процесса, протекающего в принципе бесконечно в пространстве и во времени. В человеке материализуется существующая вне его и до него информация, которую он потребляет и наращивает в процессе жизнедеятельности.

Представленная на рис. 21 схема является достаточно условной. Она рассматривает человека с точки зрения взаимодействия различных подсистем и надсистем его организма, определяющих поддержание гомеостаза. Нет смысла говорить об иерархии этих уровней, так как все они являются взаимосвязанными и критичными для жизнедеятельности. Все вместе они обеспечивают протекание физиологических процессов.

В то же время жизнедеятельность можно рассматривать с точки зрения механизмов и уровней регулирования. Это рассмотрение необходимо для введения понятия «сознания». При этом также целесообразно ввести представление об иерархии взаимодействующих уровней (рис. 21).

Первый уровень назовем уровнем физиологического управления. Для высших животных его можно назвать уровнем подсознательного. Этот уровень включает все представленные на рис. 21 процессы и является основой функционирования всех без исключения биологических существ. Его основой является активное взаимодействие с окружающей средой, направленное на поддержание гомеостаза, то есть при этом биологические системы априори рассматриваются как открытые неравновесные физиологические системы.

Следующим является уровень конкретного сознания, на котором вводится понятие цели, или установки, и который для биологического объекта связан с осознанным поведением для решения конкретной задачи. Этот тип осознания присущ всем животным, которым для решения имеющейся цели приходится постоянно реагировать на изменяющиеся условия среды, принимать решения, активно действовать на основе поступившей информации, генетического и поведенческого опыта, характера и степени развития.

Вся мыслительная деятельность конкретна и связана с конкретными ситуациями, целями и установками.

Следующим мы ставим уровень группового сознания. Он сформировался достаточно рано в процессе эволюции и, как признают сейчас многие этологи, на подобном сознании основана деятельность таких эволюционно успешных групп, как муравьи, пчелы и термиты. Как отмечается в работе К. Г. Короткова,

эти сообщества сформировались миллионы лет назад и прекрасно приспособились к любым изменениям окружающей среды, существуя практически в неизменном виде. На данном этапе мы очень мало знаем об этом виде сознания и можем лишь констатировать его наличие на основании отмеченных природных сообществ.



Рис. 21. Уровни регуляции биологических объектов, человека и общества

Эволюционно следующим был уровень индивидуального абстрактного сознания. Он предполагает, прежде всего, осознание собственного сознания и наличие абстрактного мышления. Судя по всему, этот уровень присущ только человеку.

Уровень коллективного сознания (коллективного бессознательного, по Юнгу) может быть ассоциирован с определенными физическими структурами. Он определяет этнические, национальные, государственные особенности, и без его рассмотрения невозможно понимание хода исторического процесса. Это сознание специфично, исторично и связано с определенными общностями людей, существующими в данной географической и исторической обстановке. Уровень мирового сознания предполагается уже общеземным, единым для всех наций и народов, с ним может быть связано представление о ноосфере В. Вернадского. И, наконец, уровень вселенского сознания связывает человечество с Космосом. Все эти верхние уровни могут быть ассоциированы с понятиями информационного поля, как некоторого резервуара, существующего вне времени и пространства, в котором хранится информация обо всем бывшем и будущем и из которого, в принципе, ее можно черпать. Появились концепции, связывающие это поле с уровнями физического вакуума.

При всей условности схем, представленных на рис. 19 – 21, они служат практическим целям: позволяют более широко взглянуть на человека и воспринять его как комплексную многоуровневую систему, находящуюся в постоянном взаимодействии и взаимовлиянии с окружающим пространством, другими людьми и обществом. Чем больше мы познаем природу, тем более сложным и многоуровневым представляется нам это взаимодействие. К тому же очевидно, что количество связей, а, следовательно, их взаимосвязи, резко возрастают по мере развития общества и техники.

В стандартной медицинской практике принимается во внимание очень ограниченное число представленных уровней, при этом не только не учитывается их взаимосвязь и взаимовлияние, но, более того, организм рассматривается как набор квазинезависимых органов и систем. Таким образом, концептуально

рассмотрение остается на механическом уровне, уровне Ньютоновско-Картезианских представлений в их примитивном толковании, а воздействие на организм осуществляется на химическом уровне. Зачастую лечение сводится к устранению симптомов без выявления истинных причин заболевания. При этом самое абсурдное, что ради достижения быстрых сиюминутных эффектов, а также за счет инерции мышления забываются и отбрасываются традиционные, хорошо зарекомендовавшие себя способы воздействия на организм на физическом уровне. Вопрос об учете уровней восприятия за редким исключением даже не ставится, хотя никто не отрицает действенности гипнотерапии или эффекта плацебо.

Основное отличие валеологии от медицины, при всем разнообразии используемых приемов, заключается в комплексном системном подходе к человеку, в рассмотрении его во всем многообразии связей, с возможно более полным учетом всех уровней функционирования и управления.

Пациент рассматривается как единый комплекс, как неразрывное единство физического тела и духовной сущности, в многообразии всех связей, отмеченных на рис. 21. Это означает, что воздействие только на физическом уровне, без учета хотя бы ряда следующих духовных уровней, так же бесперспективно, как и пренебрежение физическим телом и физическими проблемами, и не может привести к долговременному излечению пациента.

Поэтому целесообразно говорить не о лечении в привычном для нас смысле, а о воздействии, приводящем в оптимальном случае к полной трансформации физической и духовной сущности человека. После такого комплексного воздействия у пациента значительно изменяются взгляды на жизнь, на собственную ситуацию, на отношение к себе и к окружающим людям.

Особый интерес представляют работы К. Г. Короткова по вопросам структурной организации отдельного государства. На таблице 7 дается интерпретация тонких тел любой страны:

На рубеже третьего тысячелетия кризис охватил все сферы человеческой жизни. Наша эпоха развивается, прежде всего, под знаком активации технического развития. Дегуманизация и есть результат технизации и механизации, подчинения

человека машине и превращения его в машину. Воспрепятствовать этому может только духовная революция, которая должна восстановить подлинные ценности, поставив ценность человеческой личности выше всего.

Чтобы зерно духа пробудить к активности, необходимо новое сознание. У человека в прошлом сложилось много путей направленности его духа, и каждый путь создавал свой орган сознания и свою действительность. У ученого была одна действительность, у религиозного деятеля – другая, у человека искусств – третья. Мы вращались в разных мирах в зависимости от того, на что направлена наша избирающая духовная воля. Переход к сверхбытию, к новой жизни невозможен без конструирования сознания. Организация нашего сознания открывает нас мирам, вырабатывая соответствующий орган восприятия, и закрывает нас для целых миров, вырабатывая заслоны для них в нашем сознании. Полнота бытия может раскрываться лишь сознанию, направленному на духовную жизнь, образовавшему новые органы восприимчивости, т.е. сверхсознанию. Способность к интуитивному созерцанию есть также новый орган сознания. Его нет в сознании обыденном. Сознание не есть лишь психологическое понятие, в нем есть конструирующий его духовный элемент, и потому только возможен переход от сознания к сверхсознанию, от бытия к сверхбытию. Дух требует прорыва подсознания или сверхсознания в сферу сознания, т.е. восхождения в сферу сознания интуитивной сферы человека. Сверхсознание мыслит иррационально и целостно, объективность мира эмоционально переживается. Рациональное уступает место парадоксальному в человеке.

Для осуществления эволюционного скачка в новое будущее человек должен поставить для себя вехи на пути в это будущее, а значит подчинить свою жизнь служению высокой идее. Такой идеей для всех людей будущего тысячелетия может служить идея бессмертия человека. Эта идея присутствует во всех религиях, начиная с зачаточных верований дикарей. Было создано много различных религиозных и философских учений о победе над ужасом смерти и достижении реального или призрачного бессмертия: спиритуалистическое учение о бессмертии души; учение о перевоплощении душ; мистико-пантеистическое учение о слиянии с Божеством; идеалистическое учение о бессмертии идей и ценностей; христианское учение о

Таблица 7. Аналогии в структурной организации человека и государства

| СТРУКТУРА ЧЕЛОВЕКА | СТРУКТУРА |
|---|---|
| Тела и их интерпретация | Области деятельности |
| <p>I. Эфирно-физическое: II. Природные ресурсы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • физическое здоровье населения; • жизнеспособность населения; • экономическое состояние страны. | <p>Экономика, здравоохранение, экология</p> |
| <p>III. Астральное (тело чувств):</p> <ul style="list-style-type: none"> • культура отношений, внутри страны: <ul style="list-style-type: none"> а) к самим себе (психологическое состояние) б) к семье; в) в целом к стране; г) к природе и артефактам; • отношение к другим странам. | <p>Культура, внутренние отношения, внешняя политика (их эмоциональные проявления)</p> |
| <p>IV. Ментальное (тело мыслей):</p> <ul style="list-style-type: none"> • интеллектуальный потенциал сознания людей; • научное и техническое мышление | <p>Наука и техника, образование</p> |
| <p>V. Казуальное (тело действий):</p> <ul style="list-style-type: none"> • способности проявлять волю; • реализация планов. | <p>Промышленность и сельское хозяйство, торговля, международные отношения</p> |
| <p>VI. Буддхическое (тело принципов):</p> <ul style="list-style-type: none"> • жизненные ценности, выбираемые жителями страны в качестве основы; • соответствие выбора и его реализации, т.е. воплощение выбранной системы ценностей и верования в реальной жизни (соответствие пяти более плотных тел этому выбору). | <p>Идеология, культура, образование, политика.</p> |

| СТРУКТУРА ЧЕЛОВЕКА | СТРУКТУРА ГОСУДАРСТВА |
|---|---|
| Тела и их интерпретация | Области деятельности государства |
| <p>VII. Атманическое (тело идеалов):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Национальная (государственная) идея (какой целостности посвящаются мечты: личности, семье, нации, стране, планете); • Желаемое состояние объекта мечтаний (цель): царство благополучия, порядка, любви, служения, единения. • Миссия и предназначение. | <p>Отношения с надсистемами пространственными (Планета, человечество, Вселенная) и временными (прошлое, настоящее и будущее). Место и роль страны в мировом сообществе.</p> |

перевоплощении душ; мистико-пантеистическое учение о слиянии с Божеством; идеалистическое учение о бессмертии идей и ценностей; христианское учение о воскресении целостного человека; уход от разрешения проблемы смерти через достижение земного счастья коллективной жизнью людей.

Для человека, как существа природного, естественно, бессмертия не существует ни для тела, ни для души. Человек бессмертен и вечен как существо духовное, принадлежащее к нетленному миру, но он есть духовное существо, когда в нём побеждает дух и духовность овладевает его природными элементами: душой и телом. Работа духа в душевном и телесном элементе и составляет личность в человеке. Космичность личности требует от человека поиска пути его спасения. Но спастись – не значит умереть для этого мира и перейти в мир иной; спастись – значит так преобразить мир, чтобы над ним не властвовала смерть, чтобы в нем все живое воскресло. У человека, которым овладевает дух, бессмертны все составляющие. Дух есть жизнь, опыт, судьба. Дух познается лишь в конкретном опыте, в опыте духовной жизни, в изживании уготовленной человеку судьбы.

Пророческие мысли В. Вернадского об автотрофном человечестве,

К. Циолковского о лучистом человечестве, философов-антропокосмистов о звёздном, солярном человеке найдут место в нашем будущем, если мы поставим перед собой высокую цель – бессмертие человека, и будем сознательно трудиться над преображением себя и окружающего нас мира согласно этой цели.

Такие выдающиеся философы как М. Мамардашвили, М. Лосевский, Г. Шепет считали, что сознание – многоплановое, сложное, до конца не изученное понятие. Американский профессор Госвами рассматривает сознание как космическое явление. Он считает, что существует поле сознания (Океан сознания), существуют объекты сознания – такие, как мысли и чувства, которые поднимаются из этого поля и погружаются в него, существует субъект сознания – это тот, кто ощущает или является свидетелем; по мнению Госвами, сознание является основой существования. Подобные мысли высказывают Р. Полонников, Шри Ауробиндо. Некоторые ученые выдвигают гипотезу о существовании поля сознания Вселенной, а человеческое сознание является частью этого поля. В соответствии с высказываниями А. Московского, А. Акимова, Г. Шипова и др., сознание человека является частью, фрагментом сознания Вселенной и выступает в роли посредника, который объединяет все поля, все уровни тонкого мира: душу, дух, абсолют (космический разум). В их понимании сознание – это особая форма полевой (торсионной) материи.

Интересным в этом плане является мнение В. Вернадского, который считал: «Человеческое сознание – это космическое сознание». А развитие Земли он видел как процесс развития сознания. Некоторые ученые рассматривают сознание как высшую форму творческой информации. Например, В. Плыкин пишет: «Сначала приходит информация о будущем материальном объекте, который создается: в каком он месте пространства, какой у него внешний вид, внутренняя энергетическая структура и т. д. Энергия, которой управляет информация, упаковывается... в материю, которая сохраняется во времени по заданной программе. Получается, что материя – это

форма, которую принимает энергия в соответствии с информацией, которую создает сознание».

По мнению профессора Р. Мейланова, «...энергия и сознание – синонимы. Не может быть энергии без сознания и сознания без энергии. В этом контексте Бог – это и сознание, и энергия глобального масштаба». В свое время Нильс Бор, а в настоящее время профессор Г. Дульнев высказывали мнение о необходимости включения в новую картину мира главного фактора – феномен человеческого сознания.

Исследованиями современных ученых доказано, что под влиянием мыслей, эмоций, воли человека, которые являются проявлением сознания, изменяются ДНК, структура и химический состав жидкостей, программируется поведение животных, изменяются показатели физических приборов.

В 1997 г. В. Ярцев опубликовал открытие о том, что организм человека обладает способностью объединять энергией и информацией клетки своего физического тела. Получается, что информация влияет на психику и изменяет не только сознание, но и клетки тела.

Существуют разные точки зрения об этапах развития сознания. Общим в них является мнение, что когда человек поднимается до уровня высокодуховного существа, он начинает осознавать себя частицей Божественного космического сознания, превращаясь в осознанного творца, участвующего в процессе со-творчества.

Уровень развития сознания зависит от ценностных ориентаций человека, уровня развития его потребностей.

Процесс формирования высокоморального и высокодуховного человека зависит от следующих взаимосвязанных признаков:

1. Гуманизация и демократизация всех сфер жизни нашего общества с целью морально–духовного усовершенствования человека.
2. Создание психолого–педагогических условий в семье, школе, которые будут способствовать раскрытию духовного потенциала ребенка, развития и укрепления его духовности.

3. Формирование с детства внутренней потребности в систематическом самопознании и самосовершенствовании (тела, души и духа).

4. Осознанное стремление человека к актуализации, стремлению жить по Божьим заповедям.

Важным фактором в процессе становления высокоморальной и высокодуховной личности является одухотворение современной школы и всей системы образования в целом. Ведь школа, выполняя социальный заказ, является ведущим социальным институтом, способным постепенно изменить характер и духовные качества взрослого населения.

Контрольные вопросы

1. Раскройте понятие «веды».
2. Назовите базисные понятия ведической системы по исследователю А. О. Троицкому.
3. Сформулируйте закон Высшей Справедливости.
4. Назовите уровни сознательной деятельности.
5. Расположите согласно Бхагавадгите в иерархической последовательности следующие понятия, разум, ум, душа, мертвая материя, живые чувства.
6. Дайте определение понятию «эго».
7. Назовите три вида сознания согласно ведам.
8. Проследите путь развития человеческого сознания от эгоцентризма к духовности.
9. Раскройте суть четырехстадийной системы развития сознания по Ю. М. Иванову. Чей взгляд вам ближе?
10. Проанализируйте связь морального сознания с нравственным поведением человека. Кто изучал эту проблему? Раскройте основные гипотезы.
11. Что называется индивидуальным сознанием?
12. Проанализируйте понятие двойственности сознания.
13. Раскройте суть понятий: память и ум, интеллект.
14. Проследите зависимость между доминированием работы полушарий и характером человека.

15. Проанализируйте формулу сознания проф. В. Н. Волченко:

Сознание = Интеллект + Душа + Дух

16. Есть выражение «познай себя – и ты познаешь Вселенную». Как вы его понимаете?

17. Охарактеризуйте понятие «антропокосмизм».

18. Дайте определение понятия «мировоззрение».

19. Проанализируйте соответствие условий здорового образа жизни и слагаемых здоровья человека.

20. Что является проекцией энергоцентров в физическом теле, каким системам и органам они соответствуют?

21. Раскройте суть понятия «оздоровление».

22. Какие оздоровительные практики Вы знаете, опишите их.

23. Определите основные отличия валеологии от медицины.

5. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ДУХОВНОСТИ.

5.1. Анализ древних духовно-эзотерических учений (йога, учение Пифагора, учение Оригена Александрийского)

5.2. Анализ древних философских учений на примере теософии и Живой Этики.

5.3. Особенности философско-религиозного развития духовности в Украине.

5.4. Украинская Духовная республика О.Бердника.



5. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ДУХОВНОСТИ

Что есть духовность?
Синтез совершенства,
Стремление духа к новой высоте.
Путь к Богу –
Утверждает духовенство,
Мудрец ответит просто - путь к себе,
Поэт с художником подскажут –
Вдохновение,
Певец и композитор – песнь души,
Политик – совесть,
Физик – убеждение,
И все они по-своему правы.
Духовность – это творчества начало,
Полет души, что ввысь устремлена,
В которой тонкой песней зазвучала
Космической гармонии струна.
Духовность не имеет постулатов,
В ней Дух Святой,
Лишь с нею мы богаты.

О. Рубежов

Понятие духа человека и его духовности относится к самым сложным проблемам гуманитарного познания. В широком смысле «духовное» – это способ жизнедеятельности, специфичность которого заключается в приоритетном удовлетворении потребности в познании – мира, себя и, главное – смысла и назначения своей жизни.

Рост духовности человека возможен лишь на пути развития его самосознания, глубинного самопознания и самоизменения. По мнению многих исследователей, в том числе религиозных деятелей, необходимо разделять душу и дух как сверхрациональное, сверхсознательное или вообще сверхчеловеческое начало (например, христианская триада – дух, душа и тело).

По мнению В. П. Казначеева, составляющими духовного мира человека выступают знания, моральные и художественно-эстетические переживания;

ценностные ориентации и установки. Необходимо понять главное: свои жизненные проблемы, в том числе и состояние здоровья, человек воспринимает через призму определенных понятий, образов, чувств, представлений, смыслов и других духовных производных. Мировоззрение каждого конкретного человека является неповторимым, но в то же время имеет общее, что заключается в определенном миропонимании, которое определяется уровнем развития науки и конкретной для этого периода развития человеческого общества парадигмой устройства мира. Социальные формы духовности – религия, философия, наука, мораль.

Эти объективные формы являются спрессованным опытом многих поколений людей. Каждая из этих форм имеет свой валеологический потенциал и влияет на формирование саногенного мышления и поведения человека специфическими способами. Например, в религии человек приобщается к здоровому образу жизни верой в божественные заповеди, которыми устанавливается культ телесной и духовной чистоты; в философии и науке – велением разума, в этике – моральными устоями, в искусстве – чувством прекрасного.

В процессе социализации каждый индивид приобщается к опыту, культурным достижениям предков и заимствует определенные идеалы совершенства. У каждого этот путь индивидуален. В целом же особенности духовного мира отдельного человека или социального общества выступают важными признаками, которые определяют как характер общего отношения человека к своему здоровью, так и выбор конкретных методов его сохранения или восстановления.

5.1. Анализ древних духовно-эзотерических учений (йога, учение Пифагора, учение Оригена Александрийского).

И древние, и современные духовно-эзотерические учения являются обобщением опыта человечества на духовном пути. Все они содержат в себе

завет Божественной этики, ориентируют человека на духовные ценности и идеалы альтруизма, практику любви и действительного добра.

Йога. Одним из таких древних учений является йога, которая представляет собой систему практического самосовершенствования тела, души и духа человека. Йога возникла в Индии в незапамятные времена на основе арийских книг – Вед, представляющих источник тайной мудрости. Учение йоги базируется на законе всемирной гармонии (кармы, реинкарнации, свободы воли). Йога делится на пять направлений в зависимости от способностей человека, уровня его духовного развития. Пять йог ведут к одной мечте – совершенству, переходу на высшие ступени познания и жизни. В йоге сформулированы правила морального поведения для ее последователей: самоуправление, не вредить всему живому, быть искренним в словах и мыслях, не красть, сдерживать свои эмоции, чувства, желания, быть бескорыстным и т.д. Известными представителями йоги нынешнего времени были Вивекананда, Шри Ауробиндо, Йогананда.

Развивая учения йоги, С. Вивекананда предложил интересную типологию людей в зависимости от уровня развития сознания и духовности. К первой, высшей категории, относятся люди Бога, которые способны только на добро ради других. Они – высокодуховные. Вторая категория – просто добрые люди, которые готовы делать добро, но не во вред себе. Третья категория – люди, которые думают только о себе, не волнуясь о других. И, наконец, выдающийся философ выделил четвертую категорию людей, которая получает удовлетворение, причиняя страдания другим. Фактически он выделил в человеческой популяции два полюса – добра и зла. Вивекананда считал, что можно спасти человечество, обратившись к духовно-религиозному опыту человечества. Учение Вивекананды имело целью создание нового общества, которое объединило бы западную науку, элементы социума с индийской духовностью.

Учение Пифагора. Пифагор является одной из центральных фигур эзотерической философии. Именно Пифагор в своих стихах раскрывал

человечеству путь духовной эволюции человека, выделяя три части: подготовку, очищение и самосовершенствование.

Согласно учению Пифагора, суть духовной эволюции человека состоит в сознательном подчинении страстей, чувств и разума воле.

Пифагор делит людей на четыре типа в зависимости от уровня духовной эволюции.

Он считал, что путь духовного развития человека - это путь от человека, который живет потребностями тела, к человеку высокодуховному, который посвящает свою жизнь эволюции.

Учение Оригена Александрийского. В труде «О началах», относящемся к II-III ст. нашей эры, Ориген обращает внимание на то, что нет эволюции общей, есть эволюция каждого отдельного духа, каждого отдельного человека. Все души в данную эпоху неодинаковы по способностям, утверждает Ориген: одни старше, другие моложе. Цель перевоплощения душ состоит в том, чтобы благодаря полученному в течение жизни опыту, душа раскрыла себя, свои силы, стала лучше и ближе к Богу. Ориген утверждает, что плохой человек – это представитель неразвитой души в человеческом теле, сознание и силы которого слабы для того, чтобы контролировать свои поступки.

По мнению Оригена, людей, которые вступили на «Путь» и сознательно создают свое будущее – немного.

Это – учение учителей мудрости. Путь земного развития завершают адепты – учителя, которые завершили духовную эволюцию.

5.2. Анализ древних философских учений на примере теософии и Живой Этики

Существенный вклад в развитие понимания духовности внесли духовно-эзотерические философские учения конца XIX - первой половины XX столетия. Остановимся на двух выдающихся учениях: теософии и Живой Этики, в которых раскрываются космические законы, космическая

«анатомия» человека, его земное и космическое назначение, пути духовного восхождения от земной сущности к человеку с космическим уровнем сознания.

Теософия, что в переводе с греческого означает «Божественная мудрость», представляет собой синтез науки, религии и философии. В основе теософии – всеобщее единство и братство: все, что нас окружает – это единое целое. Практическое значение теософии может быть выражено через Божественную этику, или совокупность духовных истин, лежащих в основе всех религий. Основателем этого философского общества была Е. Блаватская. Как философское учение, теософия указывает на смысл жизни, который состоит в совершенствовании человеческого духа, путем познания законов Вселенной, а также психического, физического развития человека. Цель теософии – формирование морально совершенного человека, достижения в нем совершенной гармонии божественного и человеческого. В соответствии с теософией, на современном этапе развития человек является полностью сознательным только на физическом плане, т.к. только его физическое тело развито полностью. Астральных и ментальных плодов жизни он не осознает.

Теософия различает в человеке семь начал, которые делятся на две группы: бессмертные и смертные.

Высшая бессмертная триада человека, его духовное «Я» состоит из чистого разума или интуиции: духовного начала и божественного начала, бессмертного «Я».

Нижние начала – это:

- физическое тело, которое является проводником всех физических действий;
- эфирное тело, которое является носителем и проводником жизненной силы;
- астральное тело – проводник страстей и желаний;
- ментальное тело – тело мыслей, являющееся проводником всех умственных процессов.

Развитие духовности в человеке осуществляется через открытие в себе Бога, познание своего высшего «Я», путем служения добру и стремления к совершенству.

Раскрытие способностей для высшего познания предполагает чистоту физической и душевной жизни, овладение своими эмоциями, освобождение от страстей, и как результат – раскрытие духовных глаз человека. «Золотое правило» теософии гласит: если хочешь сделать один шаг в познании тайных истин, сделай одновременно три шага на пути своего морального совершенствования. Е. Блаватская открыла западному миру учение о космических законах эволюции: закон гармонии, закон кармы, реинкарнации и свободы воли.

В соответствии с теософским учением, зло – это, то, что тянет человека в фатальные цепи материи, рассоединяет с духом.

Согласно Е. Блаватской, настоящая теософия – это альтруизм; это братская любовь, взаимная помощь, непоколебимое служение истине.

Агни-йога (Живая Этика). Учение Агни-йоги было передано через Е. Рерих и Н. Рериха.

Духовно-творческий подвиг Рерихов состоит в том, что, общаясь с учителями-махатмами, знатоками тайного духовного знания, они распространили эти знания, сделали их достоянием нашего времени.

Агни-йога – это морально-духовное учение, синтезирующее мудрость Востока с научными достижениями Запада. Она обобщает опыт предыдущих йог, дает им научную трактовку. Фактически это учение дает рекомендации, как приблизить свою жизнь к заповедям Божественной этики, в частности к христианству.

Этические принципы, рассматривающиеся в Агни-йоге, исходят из того, что человек – основа бытия, проявление космических законов. Наибольшее внимание, данное учение уделяет утверждению моральных основ, морально-духовного совершенствования каждого человека новой эпохи. Поэтому учение Агни-йоги называют также учением Живой Этики.

Главные идеи Агни-йоги – это космическая эволюция человечества и формирование его энергетического мировоззрения.

В учении подчеркивается, что миронастроение – это огромная одухотворенная энергетическая система, а человек – одна из структур этой системы.

Согласно философской концепции Агни-йоги, человек как всемирная сущность владеет неисчерпаемыми запасами космической энергии и несет ответственность за использование этого дара. Сама по себе энергия нейтральна, подобна солнечному свету, но, проходя через сознание людей, которые обладают способностью различать зло и добро, она приобретает новое качество – морально-этическое.

Каждая мысль человеческая, каждое чувство – энергетическое. Эта энергия излучается в окружающее пространство.

Эгоистические, низкие мысли рождают негативное психоэнергетическое поле. Высокодуховные, альтруистические мысли, стремления – это светлая жизнеутверждающая энергетика, которая все вокруг гармонизирует. Как утверждает Агни-йога, человек – это часть космической энергии, часть высшего разума.

Поэтому, в соответствии с этим учением, духовное самосовершенствование, начинается с улучшения качества мышления, т.е. основная задача Агни-йоги состоит в очищении чувств и мыслей от негативных психических проявлений. Раздражение, грусть, хаотичность мышления, разного рода страсти (зависть, озлобленность, ненависть) истощают энергетический потенциал человека и отделяют сознание от космических сил и энергии.

При правильном формировании сознания, при повышении морального, культурного, духовного уровня человека невидимые энергетические центры - чакры сами начинают раскрываться, накапливать энергию и повышать психоэнергетический потенциал человека.

Поэтому, согласно Агни-йоге, единственно правильным путем духовной эволюции есть путь морального самосовершенствования. Целью жизни человека является служение общему благу. Цель Агни-йоги состоит в достижении человеком полного равновесия сил духовных и физических. Помощь в этом можно получить, обратившись к светлым силам с молитвой к Высшему, принятому во всех религиях.

Главное направление эволюции по Агни-йоге состоит в совершенствовании внутреннего мира человека, его бессмертной духовной основы.

Агни йога опирается на традиционную теософскую систему семи тел человека, объединяющую тело, душу и дух.

Агни йога различает в человеке четыре вида сознания:

- подсознание (инстинкт) – это сознание астрального тела чувств;
- сознание нижнее – сознание ментального тела конкретных мыслей.

Оба этих сознания присущи смертной личности – душе.

- высшее сознание – сознание манаса – мудрости, разума Высшего;
- сверхсознание – интуиция – сознание Буддхи – сердца любви.

Два последних сознания относятся к духу.

Особенностью современного этапа является переход от эволюции интеллекта к эволюции духовности, к интуитивному познанию мира.

Понятие духовности связано с открытием органа духовности – развитием сердца.

В чем же состоит работа над собой в отношении духовного развития?

Агни – йога рекомендует:

- 1) огненное очищение личности;
- 2) раскрытие и развитие своей индивидуальности, сознательное культивирование в себе чувства добра и любви.

Елена Рерих писала, что каждый должен осознать разумом и принять сердцем основные законы бытия: закон эволюции, закон иерархии, закон кармы, закон реинкарнации.

В соответствии с Живой Этикой людей, в зависимости от уровня их духовного развития, можно разделить на пять классов.

Первый класс. Для людей этого класса характерным является сильное «эго». Они находятся на очень низком уровне общего развития. Люди первого класса не умеют управлять своими эмоциями. Они не способны ни к дружбе, ни к любви.

Второй класс – это люди обычного уровня развития, с ограниченным мировоззрением; у них отсутствует инициатива. Их эволюция в процессе перевоплощения протекает очень медленно.

Эти два класса охватывают больше девяти десятых всего человечества.

Третий класс – это культурные люди, которые стремятся к духовности, к высоким идеалам и высоким целям. Их умственный горизонт расширился до понимания человечества, общечеловеческих ценностей и способности жизни во Вселенной.

Четвертый класс – это ученик учителей мудрости, которые сознательно творят свое будущее. План логоса для ученика – жить во имя своего учителя. Они часто воплощаются для ускорения своей эволюции. Этих высокоразвитых людей называют «люди, которые находятся на пути». Каждый из них имеет своего учителя.

Пятый класс – учителя мудрости, которые закончили свою земную эволюцию и достигли состояния богочеловека. Они управляют земной эволюцией.

В соответствии с Живой Этикой наступившая эпоха – это эпоха сотрудничества с Космосом.

В учении подчеркивается, что знания науки и религии должны объединиться. Религия должна стать научной, а наука – одухотворенной.

Таким образом, знакомство с учением Живой Этики дает основание охарактеризовать Агни-йогу как реальную науку духа, перевоплощение человеческой природы, своеобразную энциклопедию совершенствования и установку космического сотрудничества с высшими силами.

Это синтетическое учение, по мнению Т. Тюриной, вобрало в себя лучшие достижения многовековой мудрости, очертило дальнейшее направление космической эволюции человечества. Живая Этика – настоящий источник знаний для педагогов-валеологов, философов, психологов о путях формирования нового человека с космическим уровнем сознания, жителя Земли и Вселенной.

5.3. Особенности философско-религиозного развития духовности в Украине.

Одной из важнейших особенностей духовности украинцев является глубокая эмоциональность, жажда свободы, очарованность природой и заботливое отношение к ней, что отражается в материальной и духовной культуре Украины. Такой характер мировосприятия порождает романтический дух народа, который воплощается в «философии сердца». Это определение признается не всеми украинскими философами. Однако А. Алексеенко считает ее вполне правомерной, ссылаясь на связь разных толкований проблемы понимания сердца и отмечает, что основой для многих из них есть признание сердца центром духовного начала в человеке. К тому же проблема «сердца» является одной из центральных как в философии, так и в религии.

В современной литературе существует точка зрения, согласно которой «философия сердца» воспроизводит специфику стиля мышления, характеризующего украинскую ментальность и играющего важную роль в культуре.

Эта проблема в украинской философской литературе рассматривается в трех аспектах. Первый связывается с украинской национальной психикой и эмоциональностью, где сердце выступает как образ эмоциональной жизни.

Второй аспект рассматривает сердце как символ, преисполненный христианского содержания, и рассматривается как орган, которым воспринимается Бог и через который Бог разговаривает с человеком. Оно определяется как центр моральной жизни и духовности. Третий аспект позволяет увидеть «философию сердца» как символично антропоцентрическую категорию, которая имеет связи с сердцем «внутреннего человека».

В философских разработках тема сердца является одним из главных пунктов, которые вызвали интерес со стороны украинских мыслителей, – Г. Сковороды, П. Юркевича, Д. Чижевского, Н. Гоголя, П. Кулиша. Все они считали сердце особенным центром духовной жизни человека и указывали на его духовную ценность.

Почти каждый, кто пытается осмыслить образ сердца, ссылается на Священное Писание, где отмечается роль сердца во всей сфере чувств (оно веселится, радуется, грустит, в нем может поселиться пренебрежение, страх, гнев и тому подобное). Ученые выражают мнение о том, что человечество не только постигает духовное умом, но и принимает сердцем. Следовательно, сердце рассматривается как духовный орган, который принадлежит внутреннему человеку (не физической, а материи тонкого плана). Такой взгляд на сердце характерен для авторов «Киево-Печерского патерики», причем особенное внимание уделяется осознанию места: храм Успения Богородицы является сакральным центром, воплощающим святость монастыря, и находится в его середине (он будто являет собой «сердце» монастыря), а сам монастырь, в свою очередь, определяется как святой центр Земли Русской.

Значительное внимание идее сердца уделял И. Вишенский, который ставил человека в центр своего учения.

Своеобразное и очень близкое к евангельскому понимание идеи сердца прослеживается в философии Г. Сковороды, который, будучи высокообразованным человеком, считал, что научное знание не имеет

никакого отношения к человеческому счастью, и призывал: «Брось Коперниковские сферы, глянь в сердечные пещеры». Воздавая должное наукам, он отбрасывает попытку предоставить им господствующее место, которое принадлежит только мудрости. А мудрость - это знание, соединенное с интуицией. Поскольку человек стремится к счастью, то оно не зависит от высоких наук, а зависит от сердца, которое у человека от Бога. В этих словах закладывается глубокая идея. Будучи прозорливым мыслителем, он предусматривал, к чему может привести абсолютизация научного знания, и отделил его от духовных принципов. В то же время он понимал, что любое знание, прошедшее через сердце, дает только благое следствие.

Последующий процесс осмысления Бога связан с именами Н. Костомарова, П. Кулиша, Т. Шевченко. В известной мере это нашло отражение в «Книге бытия украинского народа» Н. Костомарова. В ней выражается мнение о реальном восприятии наивысшего проявления Бога, на которое способен украинский народ, основой чего является внутренняя глубина духа украинцев и истинная вера.

В значительной мере эти мотивы переплетаются с представлениями о Боге у П. Кулиша, который считал, что человек может общаться с Богом только в глубине сердца, где господствует божественность.

Прославляя волю, правду и слово Бога, Т. Шевченко осмысливал Бога сквозь призму моральной оценки жизни человека, и центральной чертой его восприятия Бога и отношения к Богу является нравственность. Понимание Бога Тарасом Шевченко является органичной составляющей его философского восприятия мира. Он понимал Бога через непосредственное общение с ним в своих мыслях и в душе, через мир своих чувств к Украине, народу, истории, традициям, языку. Это был свой, сугубо украинский путь к Богу, глубоко гуманистический и справедливый.

В целом идея Бога в украинской философии не приобрела достаточно рационального изложения, ведь главный акцент был на понимании Бога как наивысшем проявлении духовности. Это отличает украинскую философию

как от западноевропейской, так и от догматического богословия. Бог – живая личность. Он не только наивысшая духовная сущность, но и тот путь, который человек может реализовать в своей жизни, в извечном стремлении жить с Богом.

Украинская философская мысль охватывает такие учения, которые несут в себе специфику национальной духовности и культуры. Во многих исследованиях раскрываются особенности национального мировосприятия, которое непосредственно проявляется в духовности украинского этноса. Одной из форм проявления духовности украинцев есть нравственность. Десять библейских заповедей, составляющие базу нравственности, не являются результатом материального опыта. Нравственность имеет духовный корень, то есть она получена в форме откровения человеком, который готов к такому восприятию духовных даров.

Что же касается опыта моральных отношений, который якобы рождается и во многом зависит от материальной жизни, то можно отметить, что он приводил к вырождению народов, которые "утонули" в аморальности. Следует отметить, что моральные заповеди имеют духовное, а не материальное происхождение. Именно духовность является основой нравственности, которая в опыте жизни обрывает плотью, то есть опытом применения.

Чем отличаются духовные принципы нравственности в заповедях Моисея и Заповедях Христа? Если Моисей учил через запрещения, то Христос основой и отношений Бога и человека, и взаимоотношений между людьми считал любовь.

Современное человечество созрело для перехода на высший уровень духовности, приблизившись к порогу восприятия нравственности, базирующейся на любви, а не на запрещении. Каким же образом происходило формирование нравственности, и как это отразилось на украинской философской мысли?

История украинского этноса свидетельствует, что в ней были периоды,

когда, начиная со времен Киевской Руси, развитие нравственности достигало достаточно высокого уровня. Христианство в культуре этого периода занимает ведущее место, которое обусловило его влияние и на все сферы духовной жизни, и на философские поиски. В христианской идеологии человек этически ответственен, он должен сделать сознательный выбор между двумя силами, его жизнь принадлежит мировому универсуму, Богу, а его судьба становится частью мировой судьбы.

Духовные принципы нравственности нашли отражение в трудах украинских мыслителей времен Киевской Руси, а идеал христианина раскрывался в легендах о святых. Божественное понимание нравственности освещается в целом ряде произведений: в «Киево-Печерском патерике», наследии Феодосия Печерского, «Поучении» Владимира Мономаха и тому других. И все они рассказывают о божественном происхождении моральных норм и правил, о причастности человека к Богу, о нормах христианского аскетизма. В частности, в «Киево-Печерском патерике» отмечается, что человек может достичь наивысшей степени нравственности, получить истинную духовную жизнь и превратиться в духовно завершенную личность.

Наиболее глубоко вопросы духовности, нравственности отражены в трудах великого украинского мыслителя Г. С. Сковороды.

«Сердце» в философии Г. Сковороды охватывает много значений: это душевное состояние человека, которое направляет его поступки и вынуждает жить добром или злом; это и духовный орган человека.

Философ уверен, что сердцем могут завладеть как добрые, так и злые силы. К первым принадлежит Дух Святой, который одухотворяет человека и открывает его духовное сердце. Вторые силы (духи низших планов бытия) делают все, чтобы привести человека к падению, в частности, укрывают его сердце толстым слоем низших энергий, через который не может пробиться даже любовь. Именно поэтому человек должен заботиться об очистке своего сердца, и без его желания этого нельзя достичь.

Идея «внутреннего человека» направлена на доказательство видения

того, что счастье отдельного человека достигается путем духовного совершенствования через самопознание.

Г. Сковорода переносит образ сердца из Библии и рассматривает его сквозь призму собственного понимания мира, говоря о двух натурах - видимой и невидимой. Его интересует сердце как духовная субстанция, где оно выступает основой человеческой жизни и его источником. Такое толкование сердца приближается к платоновскому осмыслению души.

Духовное сердце позволяет человеку видеть мир голограммно, воспринимать интуитивно его суть сразу во всех аспектах, которые в то же время не являются вечными истинами, но только ситуативными истинами, то есть истинами момента.

Сердце человека - это невидимый, скрытый мир, божественное начало в нем, неподвластное умственному. Однако истинным его постижение будет тогда, когда внешнее объединяется с внутренним, когда рациональное видение наполняется духовным, т.е. когда духовное знание, полученное через очищенное сердце, приобретает рациональную форму, одевается в интеллектуальные одеяния. Содержание здесь – духовное знание, формально – логический ход мыслей. Г. Сковорода в понимании сердца осуществляет синтез философского и религиозного знания. В его философии речь идет о духовном сердце человека, отличающемся от физического и душевного сердец, принадлежащих к низшим уровням в системе иерархии духовного восхождения человека к Богу.

В обосновании Г. Сковороды приобрело последующее развитие толкования Бога как отображения собственного опыта общения с Богом и формирования его в знание. Не только произведениями, но и всей своей жизнью он утверждал идеал философа, который бы в действительности был духовным. Он не мог не воплощать в себе характерных черт своего времени, но, как отмечал Д. Багaley, он создал собственное мировоззрение, собственную философию – науку о жизни, которая была синтезом его позитивных взглядов и собственного идеала. Следовательно, Г. Сковорода

принадлежит к тем немногим людям, которые реализовали духовность в своей жизни.

Этическая программа Г. Сковороды имеет божественный характер, и его этика – это этика подчинения тайным законам духа личности. Он подчеркивал, что моральные нормы имеют неземное происхождение и не определяются общественными отношениями, а моральный путь человека, внутреннее его строение должны дать возможность преобладанию божественной силы, которая содержится в каждом человеке. Эмпирические силы внутри человека мешают его моральному совершенствованию через борьбу духовного начала с эмпирическим. По мнению Г. Сковороды счастье не связывается с все более полным удовлетворением потребностей человека. Его понимание счастья имеет значительно более глубокий корень и определяется образом жизни самого человека. И для себя самого Г. Сковорода избрал такой образ жизни, который помогал ему не «жить лучше», а «быть лучшим».

В глубине человека существует тайный закон его совершенствования, и задача каждого заключается в том, чтобы в первую очередь найти самого себя. Все страдания человека предопределяются тем, что он живет вопреки цели, для которой дана ему жизнь. Следовательно, человек должен отыскать в себе искру Божьей истины и пытаться преобразить свою жизнь, и душа ищет пути для такого превращения, давая силы нашему духу.

Своеобразное толкование духовных принципов нравственности, предложенное философскими идеями Г. Сковороды, нашло свое продолжение в учении П. Юркевича. Рассматривая моральные идеалы, П. Юркевич отмечает, что роль морального идеала определяют два факта:

- 1) выполнение моральных установок как заповедей Бога, проявления воли Божьей, в результате чего моральные идеалы формируют у человека мысль о наивысшем совершенстве и наивысшем счастье;

- 2) общая зависимость моральной жизни человечества от религиозного мировоззрения, поскольку в Боге человек видит свою опору, свое благо и

источник наслаждения.

Моральные установки человек воспринимает как заповеди Бога, и это определяется голосом совести. В философских рассуждениях П. Юркевича можно проследить мысль о том, что человек далеко не всегда способен пробудить в себе моральное сознание и избрать наиболее достойный и совершенный образ жизни, который ведет к вере в Бога. Если в человеке присутствует вера в бытие Божие, писал П. Юркевич, он рассматривает все случайности своей жизни, счастливой или несчастливой, как дело божественного провидения, которое посылает ему радости и страдания для его блага, для морального воспитания.

Позиция П. Юркевича относительно понимания нравственности и морального совершенствования человека открывает глубокую духовную сущность проблемы. Она не лежит на поверхности и не может открыться «грубому» практическому уму.

После П. Юркевича нет смысла искать среди украинских философских умов его последователей в понимании духовных принципов нравственности. Связь с религиозной основой все ослабевает, и нравственность постепенно превращается в светскую.

В рассуждениях П. Юркевича, который считал, что лучше всего для науки – это сочетание библейских и научных взглядов, также выделяется три сердца: физическое, душевное и духовное. Однако он акцентирует внимание на физическом и, преимущественно, на душевном сердце и наполняет их разными значениями. Душевное сердце, по его мнению, представляет собой переход от себя к другому человеку, способность на моральные поступки, которые могут порождаться как внешними причинами, так и непосредственным устремлением сердца.

П. Юркевич разработал собственную концепцию Бога, основные положения которой основываются на идее духовной потребности богопонимания. Отдавая приоритет «сердцу», он утверждал, что оно содержит в себе всю непосредственность бытия, первично установленного

Богом. П. Юркевич отмечал, что познание Бога и вера у него представляют собой разные вещи. Познание Бога невозможно, а вера является тем, что находится вне ума и не имеет к нему никакого отношения. Бог – это реальная действительность. Но человеческий ум создает идею Бога и вносит в нее признаки субъективизма, однако не может доказать ее истинности. Человечество в своем историческом развитии нуждалось в Боге. И не страх породил Бога, а желание избавиться от страха, ведь человек является мыслящим существом и способен объяснить внешние явления и свое внутреннее состояние. П. Юркевич также подчеркивал, что вера в Бога не является слепой и безоглядной. Вера видит, но это видение не является математической очевидностью: в вере мы видим, по высказыванию апостола Павла, «будто в зеркале».

Под воздействием культурно-исторических традиций и моральных норм христианства формируются главные моральные требования, ценностные ориентиры и моральные идеалы.

Особое место в осмыслении духовных принципов нравственности занимают острожские книжники, которые акцентировали свое внимание на духовной сущности человека, благодаря которой он может найти себя, раскрыть свою настоящую человеческую сущность, обеспечить себе благодарную память потомков.

Большую роль в достижении человеком внутреннего и духовного обновления острожские книжники отводили самопознанию, сосредоточению на самом себе, когда человек может контактировать с Богом, открыть в себе Бога. Получение знаний целеустремленным познанием внешнего мира не учит добру, не способствует внутреннему духовному совершенствованию. Познание же должно способствовать пробуждению в человеке совести, которую он должен направлять на духовное обновление и моральный рост.

Для понимания человеком внутренней сущности, то есть зафиксированного Богом в человеческой душе внутреннего морального закона, острожские книжники большое значение придавали «страху

Господнему», который возникает у человека в процессе самопознания и внутреннего углубления в веру как необходимую предпосылку возникновения чистосердечного раскаяния и смирения.

Весомый вклад в развитие учения о духовных принципах нравственности человека сделал И. Вишенский, который подчеркивал, что человек становится действительно моральным только тогда, когда избирает жизнь в истине, то есть путь борьбы с телесными страстями и осуществления моральных подвигов и самоусовершенствования. Оценивая деятельность И. Вишенского, И. Франко отмечал, что полемист заставлял заглянуть внутрь себя и выделял идеалы моральной гармонии человека.

Пониманием моральных норм как правил, определенных Богом, характеризуется мировоззрение представителей братских школ. В частности, в «Алфавите духовном» Исаяи Копинского обращается внимание на необходимость познания человеком своего внутреннего мира, поскольку благодаря этому происходит познание Бога и единение с ним. И. Копинский касается целого ряда морально-социальных проблем: добра и зла, смысла человеческой земной жизни, труда, критериев оценки человеческого достоинства и тому подобное. При этом он утверждал, что ум, предоставленный человеку Богом, значительно выше учебы внешней и письменной, созданной человеком. Именно ум определяет моральный облик человека, его поведение и пути морального роста.

Последующее развитие духовных принципов нравственности в XVII-первой половине XVIII ст. происходило путем рационального их осмысления, которое в результате привело к попытке отодвинуть их на второй план, предоставляя приоритет материальному началу в жизнедеятельности человека. Позже, когда произошло обострение кризиса феодального строя и началось наступление капиталистических отношений, это нашло свое отражение в содержании всей духовной культуры.

Традиционно в мировой философской мысли, и, в частности, в отечественной, разрыв с религиозным мировоззрением считался прогрессом

человечества. Это касалось и моральных норм, которые стали приобретать сугубо заземленный характер, связывались лишь с поведением самого человека, его умеренностью, умом, общественными условиями формирования личности; отмечалось, что моральные правила отражают в сознании людей требования, которые выдвигает к ним общество.

Тенденция разрыва между светской моралью и религиозным ее видением значительно углубилась с XVIII в., она нашла отражение в курсах этики профессоров Киево-Могилянской академии Ф. Прокоповича, С. Калиновского, С. Кулябки, Г. Козачинского, С. Кониского. В частности в них отмечалось, что земное назначение человека неотделимо от наивысшей цели – небесного блаженства, для которого Богом и создан человек. Вместе с тем, проводилась четкая мысль, что земная жизнь человека имеет самостоятельное значение и связана с выбором добра, счастья и блаженства как цели человеческой жизни. При этом человеку принадлежит право выбора цели и средств достижения этого. Таким образом, киевские профессора отмечали связь моральной оценки с реальными человеческими интересами. Такое толкование нравственности не могло не нанести негативного отпечатка на развитие представлений об истинном содержании нравственности.

Две тысячи лет воспитания человека в направлении высокой нравственности привели к неутешительным результатам, поскольку люди в своем подавляющем большинстве отдают предпочтение материальному, а не духовному, а любовь сводят к половым отношениям. Но подводить окончательные итоги, по-видимому, рано. Ведь человечество в лице пророков издавна ожидает, что придет время расцвета духовной эпохи («золотого века»), когда человек будет способен одухотворить все проявления своей жизни.

5.4. Украинская Духовная республика О. Бердника.

Особый интерес представляют труды Олеса Бердника – украинского писателя, философа второй половины XX века

В них О. Бердник тесно связывает эволюцию человека с подъемом ее сознания до уровня Христа. Согласно О. Берднику «Христос – сердцевина человеческого бытия, явление небесного человека. Идти за ним в космическую даль означает объединить все свои усилия с сердцем Вселенной». По мнению О. Бердника, сознание человека, его психосфера и его духовное «Я» ранены, и это – основная трагедия современного мира. Он представляет человека как семя Вселенной, зерно единого бытия с потенциалом творческого саморазвития. Сущность человека в том, что он несет в себе «образ и подобие Божие».

Согласно концепции О. Бердника, миссия человека состоит в преображении мира, в построении нового Космоса, в котором поле бытия засеяно цветами радости и любви. Мыслитель считает, что эволюция Вселенной возможна при условии, когда на Землю вернется «примат духа» и его превосходство проявится во всех сферах человеческой жизни. В этих условиях начнется новый цикл «огненного возрождения духа». О. Бердник рассматривает каждую нацию как духовную организацию. В этой Божьей семье Бердник видит украинскую нацию как суверенную державу в форме «Украинской Духовной Республики», в виде «Святой Украины». Он называет ее Светония – Новая республика духа, цель которой – свобода духовного проявления.

Особая роль в этом процессе отводится женщине, матери. Мать – духовный огонь семьи, мать – воспитательница.

Образцом такого материнства является мать Божественного Учителя.

Философ О. Бердник предполагает объединение сил, направленных на полное преобразование мира, построение нового мира по закону красоты, радости и любви, в братство альтернативной эволюции. Основные положения возрождения нового мира заключаются:

— в отказе от животной пищи и использовании для биоэнергетики плодов и зерен растений; в далеком будущем это приведет к

самодостаточности, духоэнергетике, единству внутреннего и внешнего космоса;

— в преодолении веками установленной догмы о том, что в основе бытия лежит «борьба противоположностей»; это борьба единой жизни против вековых искажений целостности;

— признания центрального сознания, т.е. духа Вселенной во всей его космичности; человек вырастает из этого духа, является цветком могучего дерева жизни, несет в себе помощь своего Отца, как зерно несет потенциально растения.

Для реализации этих идей необходимо создание альтернативных общин энтузиастов (ученых, строителей, духовных искателей, биологов, психологов, педагогов).

Согласно концепции О. Бердника, человек – наследник Вселенной и заботливый брат растительного и животного мира, который необходимо объединить любовью и красотой; это стратегическое задание и космический долг перед природой.

Философ утверждает, что очищение мысли и деятельности от идей убийств и насилия постепенно снимет вековой психологический барьер между человеком, животным и растениями, даст возможность к объединению жизни, что послужит началом эпохи всеобщей трансмутации биосферы по законам красоты, радости и единства. Это приведет к коренному изменению духовной ситуации в мире.

Духовная Украина должна провозгласить идею братской солидарности с растениями и животными, чтобы каждый способный к эволюционной трансмутации и одухотворенности нашел достойное место.

Пишет О. Бердник и о том, что для построения нового мира необходимы новые школы, новая педагогика. Детям необходим не поток информации, а самораскрытие.

Энтузиасты-учителя могут стать творцами небывалого цветника разумных, радостных человеческих душ – настоящих птиц свободы, которые живут не физиологическими потребностями, а могучей духовной жизнью.

Когда сознание человека будет освобождено из плена позорного мира структур и функций исторического «прогресса», оно создаст новые ценности и смысл бытия, исходящий из понимания его целостности. Философ считал, что для этого необходимо уже сейчас разрабатывать основы новой науки, настоящего познания, точнее, самопознания.

Таким образом, главная концепция Духовной Республики – Республики Духа О. Бердника – базируется на выборе страной «Божественного пути любви и всеобъединения, осознанного стремления одухотворить жизнь, науку, технику, педагогику, ибо таково завещание Христа».

Хочется напомнить, что два столетия тому назад Г. Сковорода предсказал, что настанет время, когда люди начнут создавать Республику духа.

Несмотря на то, что идея создания Духовной республики очень далека от нынешнего мировосприятия и миропонимания, необходимо верить, что все, что когда-то казалось нереальным, через определенный период существования становится общеизвестным, общепринятым.

И поэтому, если Бог в уста двух таких великих сынов Украины вложил такие послания–программы, есть надежда, что число понимающих их будет множиться и приведет к осознанному действию – реализации задуманного.

Анализируя литературу по проблемам исследования мировых религий и духовно-эзотерических учений, можно выделить три главных положения, повторяющихся во всех этих учениях:

- 1) духовное единство;
- 2) у всех человеческих сущностей присутствует духовное начало – дух;
- 3) Бог – это любовь, и самый короткий путь к Богу лежит через любовь, в служении людям.

Получается, что во всех религиях существует единая мечта - способствовать морально-духовному совершенствованию, как человека, так и человечества. Таким образом, выходит, что все духовно-религиозные учения в своей сущности не противоречат друг другу, а дополняют и обогащают, дают целостное, всеохватывающее представление о человеке, раскрывая пути его духовного роста.

Эта идея нашла свое воплощение в решении форума мировых религий, проходившего в Чикаго в 1993 г., о духовном единстве всех религий.

Контрольные вопросы

1. Можно ли сказать, что мировоззрение – это сугубо субъективное понятие конкретной личности?
2. Дайте характеристику древнему учению йога.
3. Типологии людей в зависимости от уровня сознания и духовности по С. Вивекананде.
4. В чем суть учения Пифагора?
5. Охарактеризуйте основные положения учения Оригена Александрийского.
6. В чем суть теософии?
7. Дайте краткую характеристику учения Агни-йоги (или учения Живой Этики).
8. В чем заключаются основные положения концепции Агни- йоги?
9. Объясните, в чем заключаются различия между рассмотрением человеческого сознания теософией и Агни-йогой?
10. Какие виды сознания выделяет Агни-йога?
11. Как развивать духовность по Агни-йоге?
12. Назовите отличительные особенности духовности украинцев.
13. В чем заключаются основные положения «философии сердца».
14. Назовите уровни духовности по А. Алексеенко.
15. Что объединяет и в чем различия философских учений украинских мыслителей. Г. С. Сковороды, Т. Г. Шевченко, П. Юркевича, И. Вишенского?

16. Выделите основные положения работ украинского писателя и философа О. Бердника об Украинской духовной республике.
17. Какие предпосылки послужили основой для формирования современного представления о духовности?
18. Рассмотрите, как с исторической точки зрения соотносятся два понятия: «религия» и «духовность»?

6. ДУХОВНОСТЬ.

6.1. Теоретические основы современного представления о духовности.

6.2. Духовные законы, по которым мы живем.

6.3. Дух и его составляющие.

6.4. Мышление и духовность.

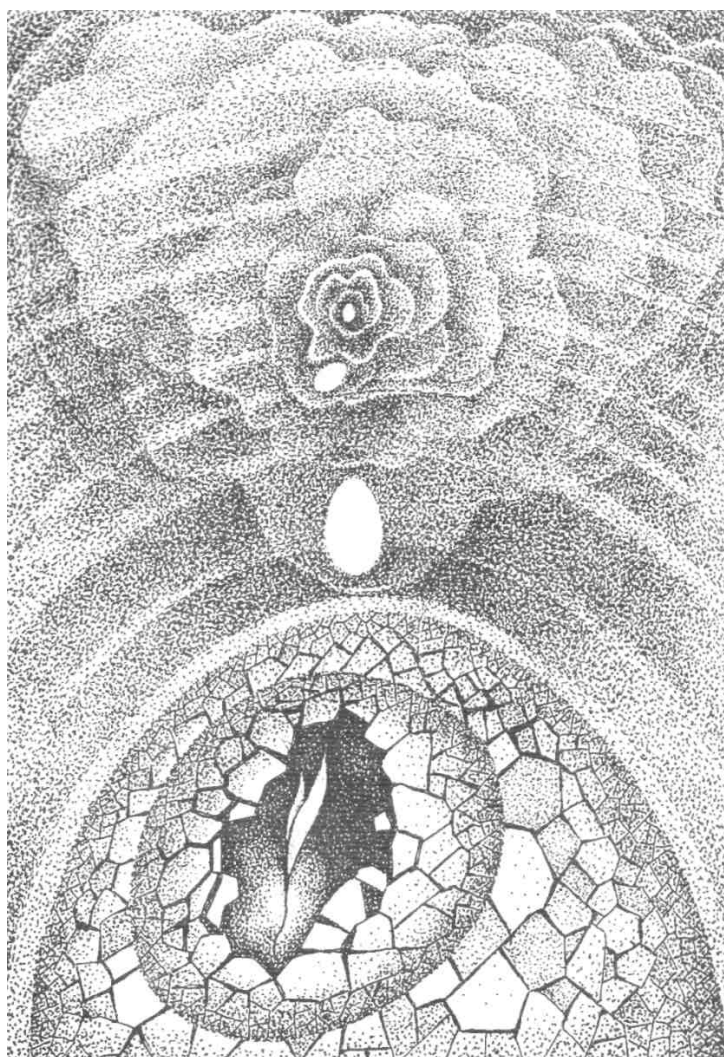
6.5 Душа и ее составляющие.

6.6. Интуиция.

6.7 Духовное здоровье.

6.8. Принципиальные и методические подходы к комплексной диагностике состояния духовного здоровья

6.9. Духовная эволюция человека.



6. ДУХОВНОСТЬ

6.1. Теоретические основы современного представления о духовности

Г. С. Сковорода считал, что природа – это «блаженный в человеке дух». Прошло несколько столетий, а проблема духовного развития личности продолжает оставаться актуальной. Решение ее может быть достигнуто путем изменения, трансформации человеческого сознания, то есть духовные потребности человека обуславливают необходимость развития его сознания. В выполнении функции ориентации человечества на высшие идеалы, общечеловеческие ценности значительная роль должна принадлежать валеологии.

Для этого необходимо обоснование критериев духовности, закономерностей духовного развития, конкретизация духовных идеалов и ценностей.

Современные научные исследования в области квантовой физики сделали непринципиальной дискуссию сторонников материалистической и идеалистической концепций духовного начала: т.к. торсионные энергии чувств, эмоций, мыслей и желаний, зафиксированные чувствительными приборами, можно отнести как к феномену материального, так и феномену духовного порядка.

Все знания физики микромира – это знания, которые позволяют объяснить разумность хрональных, микролептонных и лептонных полей, всех элементарных частиц и т.д. Нынешние научные исследования подтверждают, что разум присущ любой части Вселенной, даже той, которую мы называем неживой природой.

Индивидуальные проявления духа в природе человека характеризуются его духовностью.

Анализ современной научной литературы показал, что проблемы духовности исследовались учеными в следующих направлениях: духовная культура, психология духовности, духовное воспитание, духовный мир личности, духовные ценности, духовная жизнь, духовный потенциал, духовный кризис, духовный опыт, духовное здоровье, духовное возрождение.

Долгое время духовность приравнивали к религиозности. Особенно это было выражено в советский период. В то время, когда церковь была отделена от государства, тема духовности была вычеркнута из научных работ, т.к. «коммунистические идеалы абсолютизировали человека, способного поставить на колени природу и доказать отсутствие Творца». В перестроечный период наблюдается возвращение интереса к религии и соответствующий рост заинтересованности феноменом духовности. Этому способствовали также научные исследования свойств материи; изучение ее поведения как частицы и как волны; дальнейшее изучение сознания, психики как проявлений тонкого мира человека. Принятие таких постулатов, как иерархичность духовного здоровья по отношению к физическому развитию человека, голографичность сознания, а также теория поля, приблизили человечество к признанию божественного начала и способствовали сближению религиозного и научного представления о духовности.

Рассмотрение духовности с позиции биоэнергоинформационного устройства человека, представлено на рис. 22. Из него следует, что духовность развивается поэтапно при гармоничном взаимовоздействии информации, вещества, энергии, психотипа и генотипа. На первом этапе, благодаря бессознательной деятельности, душа поселяется в теле и через инстинкты и стремления формирует способность реагирования на окружающую среду, т.е. эмоциональность.

Эмоциональность, через сложившиеся у человека цели и ценности, формирует нравственность, которая, благодаря разумной деятельности, создает (взрачивает) свою интеллектуальность. Нравственность, интеллектуальность через взаимодействие совести и знаний формирует духовность. Уровень развития духовности определяется степенью развития сознания, которое совместно с пониманием через духовную деятельность приводит человека к праведной жизни и формированию мудрости.

Завершающим этапом развития симбиотического взаимодействия души и тела является формирование святости через процессы служения и

творчества. В целом, этот подход является эталонной схемой формирования духовного здоровья. Редкие личности достигают верхней ступени развития, т.е. святости.

Фактически данная схема развития приводит к постепенному формированию физического тела, эмоционально-волевой сферы, интеллектуально-ментальной сферы, сферы формирования жизненных принципов, общечеловеческих ценностей, идеалов и смысловой сферы духовного развития.

У каждого человека свой темп развития и своя стадия духовного совершенствования в зависимости от уровня развития души в предыдущих воплощениях и от качества образа жизни в нынешнем воплощении. Индикатором является здоровье человека. Помощь и поддержку в этом процессе оказывает сила знаний Учителя, формирующая силу знаний ученика.

На рис. 23 отображен процесс развития духовного потенциала человека в пространстве и во времени. Особое внимание в этом процессе нужно обратить на то, что и уровень проявления силы знаний, и степень развития сознания и осознания, и уровень творческой активности, и потенциал сотворчества определяются тем мировоззрением, которое исповедует человек.

Поэтому и в процессе оздоровительной практики, и при разработке современных гуманистических подходов в образовании первостепенную роль необходимо отводить формированию соответствующего нынешнему времени мировоззрению.

Понятие духовности нередко связывают с такими проявлениями интеллектуальной сферы человека как мудрость, сообразительность. Также духовность выражается через эстетические наклонности, проявление тяги к различным видам искусства.

Наиболее общим является видение духовности через моральность человека, его гуманистическую направленность. В то же время необходимо помнить, что морально развитая личность руководствуется законами, принципами морали, которые приняты в данном социуме, тогда как духовно развитая

личность – наивысшими духовными законами, совестью, справедливостью и милосердием.

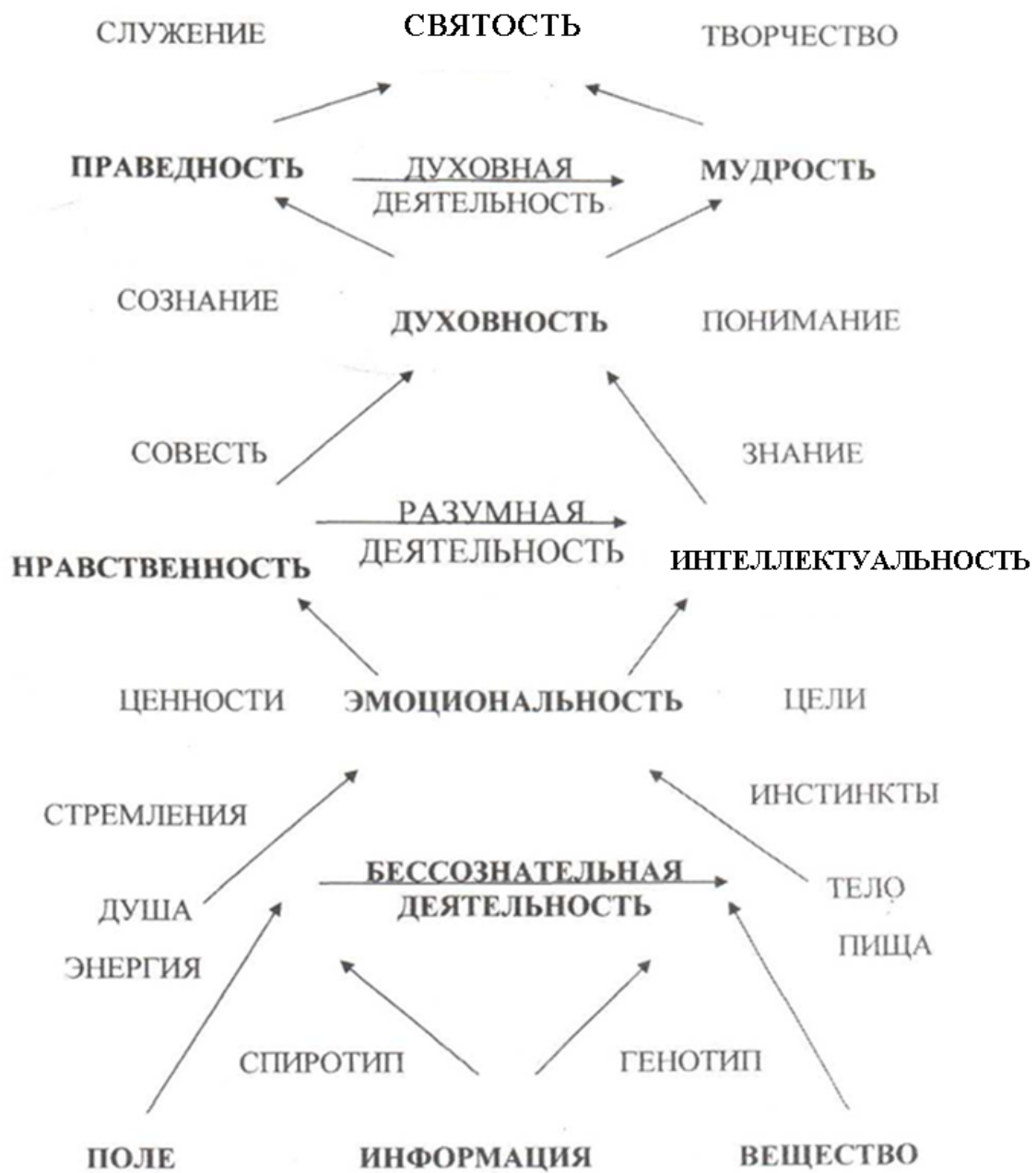


Рис 22. Этапность развития духовности человека

Для восточного типа мышления свойственно связывать духовность с природностью, спонтанностью мышления и поведения. Действительно, эти качества наблюдаются у высокодуховного человека, но достигаются они в результате огромного труда по изменению образа жизни, поведения, познания собственной сути.



Т – S – L – система координат, где **Т** – Время, **L** – Пространство, **S** – Взаимодействие.

Рис. 23. Процесс развития духовного потенциала человека в пространстве, во времени

В европейской философии понятие «дух» приобретает значение активно-го начала человека, его творческой потенции. Так преодолевалось противопоставление духовного и телесного. Это достижение философской мысли было почти утрачено в эпоху Просвещения, когда человека начали считать рациональным существом, и понятие «духовность» перестало рассматриваться как качество, которое определяет человека. Эта тенденция все еще сохраняется до настоящего времени, поэтому проявления духовной жизни и теперь связывают с познанными материальными процессами и явлениями.

Понятия «дух» и «духовность» часто употребляются как синонимические относительно сознания. Духовность общественной жизни сводили в научной философии к процессу производства и воспроизведения сознания, т.е. поиски истоков духовности искали лишь в видимом физическом мире, тогда как, согласно религиозным традициям, она толковалась как самостоятельная сущность человеческого бытия. Итак, философия усматривала действительность человеческого бытия в практике, что не поддерживалось представителями религиозных направлений, признавших понятие «дух» и «душа». Научная философия считала нецелесообразным затрагивать эти вопросы или рассматривала дух и духовное как синонимы сознания, а душу и душевное отождествляли с психическим.

Согласно позиции А. Алексеенко, дух – это такая же объективная реальность, как и что-либо другое; это знание (энергия, информация), которое входит в нас, когда мы готовы к ее восприятию. Духовность – это мера принятия человеком духа и проявление его во всей жизни человека в отношениях между людьми. Важным моментом является подготовка человека к принятию духа.

Современная философская мысль оперирует разными определениями понятий, связанных с духовностью. Как отмечает М. С. Коган, философское понимание духа вытекает из того, что ни одно из понятий, характеризующих разные проявления психической деятельности человека, в частности «сознание», «ум», «мышление», «интеллект», не фиксирует эту деятельность в ее

целостности, в реальной полноте охватываемых ею способностей, сторон, уровней, механизмов.

Поиски современной философией ответа на вопрос, что такое духовность, скорее приводят исследователей к описанию внешнего проявления духовности, причем масштабы ее раскрытия существенно различаются между собой.

Особую роль играют работы, где прослеживается антропологическая тенденция, и духовность рассматривается как неотъемлемое качество человека, его характерная особенность, которая наполняет человека особым смыслом жизни и деятельности (С. Батенин, О. Крутова, Л. Коган, Г. Смирнов, И. Фролов).

Ряд исследователей проявляют особый интерес к анализу мировоззренческого аспекта человека и его духовного мира (В. Орлов, Б. Сафонов, Л. Сохань, В. Немировский и др.). В частности, авторы обращают внимание на проблему соотношения мировоззрения и духовности, оставляя без внимания выяснение статуса понятия «духовность».

Некоторые исследователи занимают позицию, в которой преобладает интеллектуально-познавательная роль человека (И. Бойченко, В. Лекторский, В. Любченко, Б. Пушанских, В. Рыжко, В. Швырев, Б. Юдин и др.), и такие работы имеют гносеологическую направленность.

Особое место принадлежит работам, посвященным анализу таких компонентов духовного мира человека, как вера и убеждение (И. Дубинина, П. Копнина, Г. Лященко, С. Малеева и др.), причем эти составляющие рассматриваются как необходимые элементы индивидуального и общественного сознания, которые основываются на знаниях об объективной реальности.

В работах ученых, изучающих аксиологические характеристики человека (В. Бакирова, Ю. Гранина, И. Ивина и др.), отмечается, что некоторые явления общественного сознания, которые представляют собой определенные ценности (добро и зло, справедливость и несправедливость, моральные нор-

мы и т.п.), играют важную роль в формировании духовности человека и общества.

В ряде исследований духовность рассматривается на уровне психических явлений человека, которые предусматривают воспитание определенного идеала, а также причастность к абсолютным ценностям (Г. Батурина, С. Гусев, Л. Коган, Р. Петросян, В. Федотова, В. Филатова и др.).

Можно назвать работы, концентрирующие внимание на социальных и культурно-исторических формах овладения миром, где существуют разные формы духовной жизни (С. Аверинцева, Р. Арцишевский, Л. Баткина, Г. Кнабе, Ю. Лотман, Б. Смагин, В. Топоров и др.). Довольно широкий диапазон определения духа и духовности свидетельствует о сложности этих понятий.

Ситуация, сложившаяся, начиная с середины 80-х годов XX века, в проблеме освещения вопросов духовности, служит причиной важных изменений, очертивших ряд ответов на вопросы: каким образом формируется духовный мир человека, какие элементы ему присущи, каким закономерностям подчиняется их развитие, какое влияние они оказывают на формирование духовности.

В определенной мере типы духовности совпадают с формами общественного сознания (наука, искусство, мораль, религия, политика). Интересные взгляды представлены в работах И. В. Силуяновой, раскрывающей содержание духовности как морально сориентированные волю и ум, как интеграцию нравственности, гуманности, способности к волевому урегулированию чувствительной сферы.

Значительно отличается от предыдущих точек зрения позиция В. И. Ксенофонтова, который рассматривает духовность на экзистенциальном уровне, когда «душевность означает, прежде всего, эмоциональное ощущение не только своего «Я», но и «чужого».

Проблема духа и духовности получила определенное развитие и в современной западной философии. Важнейшей проблемой духовности

С. Кьеркегор считает моральный выбор и жизнь согласно этому выбору. Духовность при этом функционирует на уровне или эстетического существования, или этического.

Понимание духовности А. Уайтхедом базируется на представлениях об изменчивости обстоятельств окружающей среды и определенном постоянстве личностной структуры. Интересно, что именно устойчивость духовности он рассматривает как предпосылку творчества и духовной активности.

На фоне подобного типа представлений о духовности более четко очерчивают ее характеристики, подобные «личностной духовности» А. Камю. Он подчеркивает, что в ходе своей жизни человек делает выбор между созерцанием и действием. Мир, который определяется высочайшей ценностью, побуждает индивида действовать, а в случае несовершенства мира – бунтовать. Именно этот тип для А. Камю является типом «истинной» духовности, поскольку это духовность неординарных людей, «аристократов духа».

Согласно анализу А. Алексеенко, XX столетие породило немало теорий, в которых духовность рассматривалась на уровне подсознательном и бессознательном. Возникающие при этом ситуации некоторые философы характеризуют как «духовный нигилизм» или «духовное пресыщение». В частности, В. Франкл считает, что духовность имеет своеобразную окраску, поскольку основывается на способности человека жертвовать собой и отдавать себя другим. В основе такой духовности лежит способность к самопожертвованию.

В мистической литературе разных эпох и народов есть немало свидетельств «работы» духовной энергии через людей, которые достигли успехов в ее привлечении, что требует от человека многих усилий для духовного усовершенствования.

Святые всех времен и народов учили, как предрасположить Святой Дух к себе, т.е. стать духовным человеком. Первым шагом на этом пути они называли осознание духа в себе, т.е. «внутреннего голоса». В свое время Сократ свидетельствовал о значении «внутреннего голоса», который выступал гарантом постижения истины.

Анализ духовного опыта верующих дает возможность выстроить такую триаду: духовная энергия, дух человека, который содержится в его душе, и духовность как определенная степень роста и развития духа. Итак, настоящим богатством человека становится духовный багаж: сила его ума; сила его духа (воля) и сила его любви.

Разнообразие подходов к изучению проблемы духовности свидетельствует о том, что духовность представляет собой сложный и многослойный феномен. Вместе с тем трактование духовности, прежде всего как иррационального, т.е. такого, что не только существует вне границ рационального познания, но и неподвластно рациональным методам, порождает определенную сложность ее понимания. Тем не менее, духовность всегда находит такие проявления в этом мире, в человеке и обществе, которые можно объяснить и определить рационально.

Закон аналогии (в философии его называют «мышлением по аналогии») дает возможность увидеть через известное и то, чего мы еще не знаем. Когда мы видим, как вся окружающая среда изменяется только в соответствии с тем, что мы задумали (запрограммировали), то можем уверенно делать вывод о том, что Вселенная во всех своих частях является реализацией программы, в которую входит и так называемое саморазвитие. Вместе с программой закладывается свобода ее реализации на уровне человека.

Дух – это разум Вселенной, сила, мощь его, а духовность – это качество человека. Человек является духовным настолько, насколько в нем оказывается часть божественного разума. Разум божественный и разум человеческий не тождественны, поскольку второй – лишь бледная копия первого.

Проявление духовности имеет свою структуру и градации. В своем развитии оно проходит основные этапы усложнения и дифференциации. Теоретически проявление духовности можно представить как явление, имеющее три уровня.

По А. Алексеенко, первый уровень отвечает плану бытия человека, когда происходит: тяга человека к высочайшим идеалам, но со скрытой целью дос-

тичь личного успеха; жажда морального усовершенствования ради одобрительного отношения к себе со стороны других людей; стремление служить людям с целью получения вознаграждения; готовность к жертве с надеждой получить в благоприятное время значительно больше. Этот уровень духовности двойственный, поскольку стремление к добру омрачает корысть.

Второй уровень духовности отвечает тонкому, душевному плану человеческого бытия, когда происходит попытка преодоления зла, своеобразный взлет души над двойственностью будничной жизни, порыв к настоящей духовности. Однако момент взлета минует, и человек снова возвращается к двойственной жизни.

Третий уровень – чистая духовность. Эта степень является плодом усилий человека: молитвенного подвига, подвига жертвования без мысли о себе, подвига бескорыстной любви к людям и служения им.

В практической жизни проявления духовности имеют свои градации, среди которых можно выделить такие:

- люди открытые, настроенные на Творца, на разум, однако, не стремящиеся его познать. Они тяготеют к так называемой слепой вере, обрядности, живут лишь естественными нуждами, в них есть стремление к Высочайшему. В своей жизни они стараются придерживаться заповедей, им присущий страх Божий;
- люди, которые не удовлетворяются слепой верой, стремятся к познанию Бога, но и не отказываются от обычной жизни «в миру»; наиболее целенаправленными в познании Бога становятся философы;
- люди, которые ощущают в себе тяготение к Богу, желание служить ему. Это – священники, монахи. Для них Бог – цель жизни. Тем не менее, духовность не сводится к сугубо религиозным формам. Среди ее нерелигиозных проявлений можно назвать искусство, науку, любую работу, которую выполняют с любовью и для людей.

Итак, в проявлении духовности существуют определенные уровни, и каждый из них разрешает человеку осуществлять прогресс на пути духовного

усовершенствования.

Восхождение Святого Духа можно представлять по-разному. В частности, физика, предлагает такую модель: хрональные потоки → микролептонные поля → эфирно-световые поля. Таким способом происходит уплотнение духа до уровня материи.

Мы живем в мире, в котором духовность обнаруживает себя в разных формах. Простейшее проявление духовности – это выход за границы животного-духовных нужд. Наиболее высокая форма духовности наблюдается, когда человек желает понять смысл бытия, и это происходит в случае единения человека с Богом.

Следующей ступенью в восхождении духа есть формирование духовности человека, который воспринимает Бога. Он способен открыть в глубине своего естества глаз веры. Именно в этой глубине он встречается с Богом. Один из выдающихся мистиков отмечал, что Бог произносит свое слово в молчании. Т.е., в нашей жизни следует искать элементы молчания. Это один из первых шагов в желании услышать Бога. На высшей ступени духовности находятся праведники. Таким образом, проявление духовности как системного явления способно к преобразованию, в результате которого происходит переход от одного качественного состояния к другому.

Современная наука, в частности философия, старается постигнуть трансцендентные тайны. Человек склоняется или к религии, или к науке, тем не менее, очень часто бывает так, что, ни здесь, ни там духовности нет. Задача философской мысли заключается в осмыслении мира и выходе на решение духовных проблем.

Высочайшим проявлением духовности человека есть сверхрелигиозное сознание. Этого уровня достигают люди, которые преодолевают ограниченность как философии, так и науки, и подходят к синтезу знаний и пониманию того, что в основе мира лежит не слепая закономерность, а Творец, Высочайший разум и вера в Бога – это база существования культуры и духовности.

На современном этапе развития общества все больше внимания отво-

дится понятиям и способам осмысления мира и места человека в нем, содержащим в себе глубокие гуманистические традиции прошлого. Одно из таких: понятий – духовность, которое требует высокого гуманистического потенциала, моральной устойчивости и широкого познавательного видения мира. В своей целостности духовность базируется на трех абсолютных ценностях: истине, красоте, доброте.

По мнению В. Г. Федотовой, духовность является качественной характеристикой разнокачественности. Эта характеристика отражает доминирующий тип ценностей. Некоторые авторы выделяют следующие типы ценностей: эстетизм, этизм, теоретизм, религиоведение, а также политизм.

Духовный уровень (идеальный, гуманистический) включает духовную культуру человека (нравственность, религию, искусство), креативные (активные творческие) мысли и деятельность человека.

Начало формирования высокодуховной личности начинается через усвоение понимания добра и зла. Если добро – это любовь к людям, животным, растениям, все поступки направлены на служение людям, а желание делать добро перерастает в жизненную необходимость, то зло – это любовь только к себе, все мысли такого человека направлены на удовлетворение своих эгоистических нужд.

Фундаментальные представления о духовности личности изложены в работах О. В. Доровской. По ее мнению, суть понятия духовности личности, определяется, прежде всего, характерными особенностями самой личности, которые зависят от:

- а). типа ее мышления;
- б). эмоционального состояния;
- в). стремлений/мотивов ее поступков;
- г). системы убеждений;
- д). ее воли.

Кроме того, духовность предполагает:

– умение поддерживать равновесие между: любовью и законом (дисциплиной); гибкостью и твердостью; занятостью и релаксацией; смирением и уважением к себе; духовными и материальными ценностями;

– способности: завоевывать доверие других, поддерживать добрые взаимоотношения, понимать людей, распознавать благоприятные шансы, работать в команде, противодействовать давлению, хладнокровно встречать трудности, сохранять единство мыслей, слов и дела (ума, интеллекта, эмоций), легко разрешать конфликты, быть жизнестойким перед лицом зла и др.

Просвещение и образование, утверждающие и развивающие нравственные, общечеловеческие и духовные ценности, глобальное мышление, эмоциональное равновесие и стабильность, правильный образ поведения в различных сферах жизни, – два решающих фактора для осуществления мечты миллионов о цивилизации, где люди физически, нравственно, ментально, социально здоровы, где они проживают достойную, долгую жизнь; где их взаимоотношения хороши и доброжелательны; где они обладают покоем ума и достаточным богатством для того, чтобы поддерживать высокий уровень своей жизни. Важно также знать и понимать, что образование относится к сознанию, а не к какой-либо части тела, что ценности не являются качеством материи и обучение ценностям, в действительности, представляет собой обучение сознания и формирование духовности.

Проблема человека, ценности его жизни, духовности решается как научными работниками, так и практиками, исходя из понимания сути человека, духовности, души, ценностей. В силу сложившейся в последние десятилетия политической, экологической, экономической ситуации, обусловившей рост бездуховности, пришло понимание необходимости серьёзного развития теории и практики морального, эстетического воспитания, формирования духовной направленности личности детей, школьной и студенческой молодежи в условиях трансформации украинского общества.

В конце 80-х годов XX столетия появилась уникальная книга «Происхождение духовности», в которой академик П. В. Симонов, П. Н. Ершов, Ю. В. Вяземский раскрывают сущность духовности с позиции междисциплинарного подхода (физиолога, писателя, искусствоведа). Рассматривая в качестве доминанты духовности такие категории как знания и альтруизм, авторы опираются на потребностно-информационный подход к духовному миру человека, согласно которому познание и альтруизм определяют состояние души и духовности. При этом они подчеркивают, что потребность познания непрерывно взаимодействует с другими потребностями личности, её сознанием, подсознанием, сверхсознанием, чем достигается богатство духовной жизни. В этой работе достаточно четко поставлены вопросы о сущности души и духа, которые до этого отождествлялись с понятиями «психика» и «сознание». Авторы утверждают, что в основе любого поступка лежит иницирующая её потребность, то есть путь к пониманию сущности души как феномен внутреннего света человека проходит через анализ сферы его потребностей, а наиболее тонким инструментом такого анализа служат человеческие эмоции. Специфичным признаком духовности является бескорыстие.

По мнению Ауробиндо, духовность не отражается уровнем интеллектуальности, это не идеализм, не чистая мораль и не религиозность, и тем более не эмоциональность.

В целом, духовность – это огромная ценность, которая направлена на очищение человеческой природы, на просветление его души.

В публикации Ж. Юзвак раскрывается понятие психологической сущности духовности. В ней понятие духовности рассматривается на основе системного подхода: духовность – это творческая способность человека к психической самореализации и усовершенствованию, обуславливаемая такими особенностями когнитивно–интеллектуальной, чувственно–эмоциональной и волевой сфер, которые способствуют успешному формированию и реализации потребностей в целенаправленном познании и утверждении истины, общече-

ловеческих, этических и эстетических ценностей, осознанию единства себя и мира.

Духовное развитие автор рассматривает как процесс раскрытия когнитивно-интеллектуального, чувственно-эмоционального, волевого, креативного потенциалов, осуществления количественных и качественных изменений в ценностных ориентациях субъекта путем гармонии психической сферы, преодоление отчуждения от природы социума и самого себя через осознание их всеобщего единства.

По мнению Г. П. Шевченко разные представления о сущности духовности объединяются общей мыслью о гармонизации жизни человека и природы, о выполнении универсальных законов Вселенной, о познании человеком самого себя и вечном стремлении к свободе, преодолению своего несовершенства. Духовность – это владение искусством быть счастливым.

Эта же мысль развивается в работе святейшества Далай-Ламы и доктора Говарда К. Котлера «Искусство быть счастливым. Руководство для жизни», которые утверждают: «Принадлежите вы к какой-либо религии или нет – главная цель нашей жизни есть счастье, главной мотивацией нашей жизни есть стремление к счастью». Доминирующая идея в работе Далай-Ламы – надежда, основанная на оптимистической вере в счастье, которого можно достичь серьезными усилиями духовного труда. В духовной деятельности Далай-Лама опирается на принципы веры во врожденное благородство и доброту людей, веры в силу сострадания, веры в добро и единство всех живых существ.

Далай-Лама подчеркивал, что существует два уровня духовности: религиозная вера и общая духовность, к которой относятся такие человеческие качества как доброта, сострадание, человечность. И вне зависимости от того, верующий человек или нет, необходимо развивать в себе эти качества.

Духовность каждой личности достигается систематической тренировкой разума, чувств, которые позволяют путем внутреннего диалога формиро-

вать в себе терпение и видеть в своих врагах учителей. Человек становится духотворным только тогда, когда он способен побороть своё «Эго» и воспринимать окружающий мир с точки зрения ценности жизни. Антиподами духовности является скука, страх, злоба, которые разрушают человека.

По мнению Ричарда Баха, духовность позволяет каждому человеку ощутить радость жизни, усовершенствовать свой внутренний мир и нести людям свет и красоту. По мнению этого автора, ценность жизни заключается в мечте подняться над своими возможностями, развить свои способности до высшего совершенства и реализации этой мечты.

Гуманистическая психология рассматривает шесть типов духовности: экономический, теоретический, эстетический, религиозный, социальный и политический. По мнению известного французского интеллектуала Анри Манро, двадцать первый век будет веком духовности, или его не будет вообще.

Духовность помогает человеку осознать свое достоинство и ценность как личности, созданной по образу и подобию Божью и необходимость перехода от *homo sapiens* к *homo animus*.

6.2. Духовные законы, по которым мы живем

Самую сильную черту отличия человека от животных составляет нравственное чувство, или совесть. И господство его выражается в коротком, но могучем и крайне выразительном слове «должен».

Ч. Дарвин

Человек живет в пространстве, времени и социуме, и этот процесс осуществляется в соответствии с определенными нормами поведения и взаимодействия, т.е. по определенным законам. По определению «Большого энциклопедического словаря», закон – необходимое, существенное, устойчивое, повторяющееся отношение между явлениями в природе и обществе.

Вся жизнь человека пронизана связями, структурирующими эту жизнь, духовными законами, преступить которые он не в состоянии, хотя бы потому, что вне их жизни нет. В какой-то мере нам известны законы физического мира, они принимаются человечеством тогда, когда есть результат, который можно измерить, взвесить, пощупать. О духовных законах мы знаем меньше, точнее, они известны всем, но мало кто признает их законами. Разве можно получить результат, измерив совесть? А взвесить честность? А пощупать вопрос, который каждый несет в себе по своей жизни? Духовные законы начинаются от слова «дух» и связаны с высшим во Вселенной. Высшее же не имеет ни веса, ни размера; любой поступок, совершенный из высших соображений бесконечен. Именно поэтому невозможно измерить ни совесть, ни любовь, ни истину.

Познакомимся с **важнейшими духовными законами** интерпретации В. Н. Лободина.

Закон духа. Закон духа гласит, что Бог (Космос, Природа) бесконечно любит человека и не приносит ему зла. Существует и закон бездуховности, которая тоже является духовностью, но только негативного плана.

Закон творения. Бог сотворил человека, передав ему способность творить, которую иногда называют талантом. Человек, к какому бы явлению ни прикоснулся, всему дает свое собственное объяснение. Не существует ни одной общей мысли или точки зрения – все живет в собственной интерпретации человека.

Закон совести. Точно так же, как существуют законы Ома и Ньютона, являющиеся частными случаями духовных законов, существует закон совести, тоже имеющий в физическом мире какие-то аналогии. Все законы физического мира механистичны и мертвы. Поэтому для их наблюдения требуются определенные условия. Духовные законы, напротив, живые и объемные. Они действуют всегда и при любых обстоятельствах. Чтобы выразить любой из них, например, языком математики, закон нужно сначала превратить в символ.

Любой из нас по опыту знает, что совершаемый поступок всегда получает оценку внутри человеческого сердца. Способность к этой оценке также можно назвать совестью. Она есть у всех, и все ее слышат, вот только одни нарабатывают умение притуплять свое слушание, а другие, наоборот, оттачивают слух. Существует и духовная модальность. Один человек видит проявление совести, другой слышит ее голос, третий чувствует ее всем своим естеством.

Закон совести гласит, что она – неуничтожимая программа активного добра, заложенная в человеческий биокомпьютер свыше, являющаяся отблеском Божественного совершенства, живущая своей самостоятельной жизнью, независимо от человеческого желания, постоянно побуждая помыслы последнего на мудрое и доброе. Совесть абсолютна во Вселенной, но ее проявление у всех качественно и количественно разное.

Совесть невозможно уничтожить, но ее зов может быть подменен негативным планом – «атисовестью», базирующейся в основном на интеллекте. Чтобы помешать совести проявиться в царстве людей, созданы многочисленные интеллектуальные теории, способные объяснить все на свете, оправдать и ложно возвеличить любые преступления.

Совесть имеет свой суд над человеком. Ее суд – это своеобразный кризис. Через совесть, через духовный кризис человек судит самого себя. Но пока человек духовно спит, спит и его совесть.

Закон выбора. Выбор – это колебание, колебательное движение, без которого невозможна жизнь на Земле. Колеблются молекулы, атомы, нейроны, совершают колебательные движения различные энергетические поля. Все эти колебания не имеют выбора, они заданы раз и навсегда. Человек – единственное существо, имеющее этот выбор, то есть он добровольно выбирает все в реальном мире, может даже поменять состав своих костей, изменить эмоции, модальность.

Закон благодатного поступка. Любой благодатный поступок требует принесения в жертву своего эгоизма. Без жертвы нет благодатного поступка.

Закон истины. Этот закон гласит, что истина одна во всей Вселенной и нет никаких относительных истин. И лишь один путь ведет точно к месту назначения – по прямой. Самое страшное, что ложные пути самые опасные, на них можно заблудиться и сгинуть.

Закон испытания. Закон испытания гласит, что любое событие в жизни подвергается проверке на истинность. Испытание – это тест на правду, поэтому, входя в любые отношения с социумом, необходимо знать, что они будут проверяться. Работая над уроком, лекцией, надо помнить, что по ним люди будут проверять свои взгляды на жизнь, а принявший окончательное решение должен знать, что скоро его начнут одолевать сомнения.

Каждому из нас предписаны испытания на Земле: в момент рождения – первое испытание, перед смертью – последнее. В промежутке между ними: первым и последним – находится еще одно испытание, называемое жизнью.

Закон пути. Этот закон говорит о направлении и специфике движения личности в физическом и духовном пространстве. Все проявления жизни человека, распространяются по указателю, имеющему идею, энергию и конечную цель. Если **закон платформы** говорит о месте человека в духовной Вселенной, то закон пути – о способе движения в этой Вселенной к цели. Ею может быть оазис в пустыне, а может – обретение духовного опыта. Путь – это развитие идеи в физическом мире, поэтому любой путь имеет три слоя – духовный, душевный и физический. Очень важно увидеть, какой из слоев преобладает в нем.

Человеческий путь – путь личности с удачным, но свойственным именно конкретной личности самовыражением.

Есть два пути обучения жизни: показывать отрицательные образы и говорить: «Это плохо, это зло», – и показывать положительные образы и говорить: «Это хорошо, это добро»ю

Человек в первом случае знает о зле, но, не зная добра, все равно идет путем зла. Почему? А почему в физиологии возможен вывих? И нравственный вывих возможен потому, что со временем порог греха понижается – сра-

батывает психологическая защита. Мелкий проступок уже не считается грехом, а со временем перестает считаться и крупный.

Во втором случае человек добру учится. Уча, вы ему говорите: «Если в подобной ситуации вы поступите иначе – это грех». Человек живет в добре, знает его в лицо, и уже сам вырабатывает критерии зла, как в первом случае вырабатывает критерии добра.

Если истина выстрадана, это действительно путь, дорога с резко выраженными границами, по которой можно катиться, как по рельсам.

Люди держатся за ум, но ум, не направленный по правильному пути, не ум, а умствование.

Закон подмены. Закон подмены гласит, что в нашем реальном мире есть силы, стремящиеся все доброе и светлое превратить в свой антипод. Даже при сборе грибов вы найдете белый гриб и ложный белый, лисичку и ложную лисичку, существует даже ложная поганка.

Закон взаимосвязи. Все явления взаимосвязаны между собой. Любое явление, любой предмет имеет связь с высшим. Человек – канал связи между «тонким» миром и «плотным». Его тело – связь между Богом и душой. В жизни важны даже не явления, а их взаимосвязи. Иначе человек не видит взаимосвязи – начала любой жизни. Нет связей – нет жизни.

Закон побуждения. Этот закон гласит, что каждый человек побуждается к добру или к злу. Выбор, на чем именно сконцентрировать свое внимание, он делает сам. Побуждение сначала приходит через внешний мир, затем, когда человек достигает определенного духовного уровня, через внутренний мир. Побуждения осуществляются через своих помощников. Одних людей побуждают люди, других – книги, третьих – какие-то события, четвертых – болезни.

Закон последнего толчка. Любое явление, перед тем, как выполнить свое назначение, претерпевает как бы последний посыл, толчок, способствующий его завершению.

Закон полноты бытия. Мир хочет существовать в максимальной полноте, поэтому любая схема стремится к максимальному развитию. Человек стремится взять от любого явления как можно больше. Для этого он использует науку, технику, добивается самосовершенствования. Со временем приходит осознание, что все это не приносит особой радости, что все это тактика. А где же главное? Где полнота бытия? Она в Боге – больше ее нигде нет, правда, чтобы понять это, кому-то надо было лезть на скалы, кому-то пересечь на яхте океан, кому-то позаниматься в различных группах, а кому-то поболеть.

Закон влечения к греху. Считается, что в своей деятельности человек постоянно будет провоцироваться на совершение негативных поступков. Поэтому нужно отбросить ложный тезис о том, что все, что ни делается, – к лучшему. Если бы так было, можно было бы просто лежать на диване (на печи), а все происходящее вокруг доставляло бы нам только радость.

Закон опережающего развития. Любое явление благотворно тогда, когда в нем нравственная часть превалирует над технической. Так, ни добыча нефти, ни ядерное топливо не сделают человека счастливым и богатым, потому что нравственно человек еще не дорос до их использования, а дорос лишь технически. В результате – будут вечные экологические проблемы, и никогда не будет преодолен топливный кризис.

Закон концентрации. Начало всех движений в любой области возможно при сведении всех возможностей в точку, то есть требуется их максимальное слияние. Точка – явление уникальное и является границей раздела между возможным и невозможным. Усилия, сведенные в точку, подключаются к мгновению, беря оттуда любую энергию.

Закон рассеивания. В нашем трехмерном мире любое явление подвергается разложению и затуханию, а затем рассеиванию. Исключение составляют только высокодуховные явления, которые вечны и не подвержены постепенной смерти.

Закон прозрения. Если человек честно ищет, то в какой-то момент свыше приходит понимание внутреннего мотива события, приходит как потрясающая мысль, как момент истины, как искра в ночи. Надо все бросить и записать его. Увы! В большинстве случаев прозрение приходит тогда, когда записать его что-то мешает.

Закон смерти. Мир, в котором мы живем, пронизан смертью. Любое явление имеет начало, кульминацию и конец. Родившийся младенец несет в себе программу своей смерти и обязательно когда-нибудь умрет. Претворяя в жизнь дело, которое ему небезразлично, каждый должен иметь четкую мысль: когда-нибудь оно иссякнет и я не должен стремиться к его увековечению; задача лишь в том, чтобы сделать его добрым, а значит естественным, качественным, постоянно развивающимся. И все же оно умрет, когда придет время.

Закон жизни. Все явления в мире стремятся стать событиями, то есть родиться. Без этого стремления наш мир перестал бы существовать. Это стремление к событию и есть закон жизни. Женщина стремится стать матерью, почка – родить лист, завязь – плод. Можно сказать так: жизнь – преобразование чего-то в качественно новое. Смерть – преобразование чего-то в ничто.

Преобразование во что-то, то есть в жизнь, всегда санкционировано свыше, иначе его просто не было бы; обратный процесс – тоже. В своей деятельности очень важно видеть, какой закон: еще жизни или уже смерти – властвует над вашим делом!

Закон личной своевременности. Есть закон своевременности, о нем мы уже знаем, но есть и закон личной своевременности, касающийся лично вас. Закон личной своевременности вытекает из закона личной жизни.

Закон правды. Существует только одна идеальная бесконечная вглубь трактовка любого события. Каждый человек в зависимости от уровня своей духовности приближается к пониманию этой трактовки. Так, понятия добра и зла абсолютны, вечны и бесконечны вглубь.

Закон лжи. Существует бесконечное множество объяснений любого события, не совпадающих с истинным положением вещей. В них добро можно всегда представить как зло. Этим во все времена и занимается негативный план жизни и через сильных мира сего, и через науку.

Закон главного и второстепенного. В любом явлении всегда есть главное и второстепенное. Если человек в своей жизни уходит от главного, на него наплывает второстепенное. Когда человек уходит от Бога, на него набрасываются демонические «божки».

Мудрый человек всегда начинает с главного, неумный – с второстепенного. Часто на эту удочку попадается и умный человек. Он может настолько уйти в умствование, что забывает, ради чего все рассуждения и, увлекшись интеллектуальным процессом, уходит от главного. Разве мудрый человек, стремящийся к главному, мог бы создать атомную бомбу? Ее мог создать человек, несомненно, умный, но стремящийся к второстепенному.

Отличительная черта главного – без него явление не состоится. Второстепенное же влияет на события только косвенно. Все второстепенное на Земле санкционировано негативным планом. Оно же породило самые экзотические секты, где на пьедестале стоит даже не золотой телец, а второстепенное ничто.

Закон духовных осей. Жизнь человека вертится вокруг каких-то событий, связанных между собой причинно-следственными связями. Например, жизнь ребенка вертится вокруг оси мать – отец. Жизнь женщины – вокруг оси работа- дом, и часто ничего более, никаких занятий по самосовершенствованию, никаких отвлечений. Жизнь может вертеться вокруг оси: дом – завод, или религия – наука, или здоровье – красота.

В качестве домашнего задания постройте оси собственной жизни. Затем усложните схему, пересекая ее другими аналогичными осями, и ответьте на вопросы: сколько осей вы у себя обнаружили? Какие из них главные, какие второстепенные?

Закон входа и выхода. Любое явление имеет символы «вход» и «выход». Дом имеет вход, он имеет и выход, который может совпадать с входом. Знание – это такая же энергия, как и пища, только для ума. Если знания пустые или неблагодарные, они побуждают ум и волю человека на неумные поступки – неправильно созданный вход породит некачественный выход. Поэтому надо очень аккуратно относиться даже к невинным знаниям, нужным лишь для расширения кругозора, они далеко не безобидны, ибо любой вход ищет выход. Обращение человека, например, к талисману можно рассматривать, как вход в языческий эгрегор. На выходе будут какие-то события, но мы, как правило, не связываем их появление с талисманом. Или такой пример. Лектор, читая лекцию, мечтает, чтобы его общение (вход) со слушателями несло (выход) всем: и ему, и им – силу и душевный подъем. Как этого добиться? Если лектор вышел с аудиторией на высшую активность – творческую, в этом случае подпитываются энергией все: и он, и зал. Если же общение было просто полезным, но не творческим, подпитки не произойдет, так как будет осуществлен вход в неблагополучную область, а в какую-то иную, выход из которой – усталость и разочарование. Можно сказать, что каждое событие должен венчать результат – выход.

Закон перехода. Этот закон говорит, что существуют пути перехода из события в событие, как на физическом плане, так и на тонком. На физическом плане это, например, переход подземный. Более тонкие проявления – переход из сна в состояние бодрствования, из жизни в смерть. Насколько тонки эти переходы, видно из цветов радуги. Цвета есть, а границ раздела между ними нет!

Закон реализации. Человек – существо бесконечное, поэтому имеет бесконечное развитие. Способность к бесконечному развитию требует реализации. Если она направлена на мелочи или на второстепенное – это ложная реализация. Так, люди лезут на горы, ныряют с гигантских скал, прыгают в боксерских перчатках на ринге. Если развитие направлено на Божественное, на вечные ценности, – реализация истинная.

Закон завершения. Это вывод, ради которого все делалось. Заметьте, последняя мысль приходится на конец книги. Начало у всех чаще всего прекрасное, но что на выходе?

Закон завершения проявляется в жизни человека очень конкретно: все связи должны быть завершены, обещания исполнены, дела сделаны, мысли обдуманы, если не происходит завершения – это начало заболевания, как и по закону входа и выхода: если был вход, должен быть и выход, иначе возникнет как минимум психосоматическое заболевание.

Закон кометы. Любое доброе дело сопровождается греховными помыслами, тянущимися за делом, как хвост за кометой. Задача человека – превратить хвостатую комету в излучающее свет Солнце.

Закон доводки. Любое сделанное дело требует своего совершенствования до какого-то образца. Легко написать книгу, трудно довести ее до приличного уровня. Легко сделать чистку печени, трудно сделать так, чтобы вышли все камни. Нетрудно парится в бане, трудно провести эту процедуру с большой пользой для себя. Доводка походит по грани, определяющей ремесленничество от совершенства. Чем сложнее дело, тем труднее его доводка до совершенства, и наоборот.

Закон тайны. В ментальном поле пространства всегда присутствует программа (тайна), имеющая связь только с тем, кто ее создал. Нет пространства без тайн. Если их не создают люди, их создает природа. Тайна – обязательное явление, присутствующее в мире человека. Без нее нет закона свободы выбора. Тайна защищена, раскрытие ее в большинстве случаев недопустимо. Свои генеральные планы надо держать в тайне, сокровенные желания – тоже. Негативный план – главный похититель тайн – не должен ничего знать о наших намерениях, иначе будет активное противоборство.

Закон накопления. Собиранию поддается все. Хочешь быть богатым – копи деньги, хочешь написать книгу – копи материал, хочешь быть духовным человеком – копи духовный опыт, хочешь быть сильным – копи силу.

Закон границы. Любое явление имеет свои границы, например, границы человеческого тела, границы Земли, границы дозволенного и недозволенного, которые особенно важно знать человеку. Сознательный человек должен знать, где у него проходит, например, граница своего физического напряжения, видеть границы добра и зла, границы шуток и насмешки.

Закон ключа. Каждая граница имеет ключ, который ее открывает. Этим ключом может быть своя система накопления и экономии энергии, позволяющая открыть границу своих возможностей и войти в область ранее недозволенного. Им может быть определенный подход к человеку, позволяющий перешагнуть границу, им установленную. Существует ключ к каждому конкретному явлению, но универсальный ключ – братская любовь к человеку, при которой границы раскрываются сами. Есть ключ и в виде отмычки.

Закон дистанции. Между всеми явлениями жизни существует не только граница, но и дистанция – своеобразная психоэнергетическая область, не допускающая проникновения в свое пространство. Велико искусство контактов, но еще более велико искусство дистанции. В мире людей это – определенное поведение, сдерживающее другого человека. Человек в состоянии преодолеть любые дистанции, кроме самой тонкой, самой незримой, той, преодолеть которую можно только с помощью Бога.

Допустивший ее нарушение наказывается. Вот как пишет об этом А. Ахматова:

Есть в близости людей заветная черта,
Ее не перейти влюбленности и страсти, –
Пусть в жуткой тишине сливаются уста
И сердце рвется от любви на части.
И дружба здесь бессильна, и года
Высокого и огненного счастья,
Когда душа свободна и чужда
Медлительной истоме сладострастья.
Стремящиеся к ней безумны, а ее

Достигшие – поражены тоскою...

Теперь ты понял, отчего мое

Не бьется сердце под твоей рукою.

Закон центра. Любое явление имеет центр, вокруг которого оно вращается. Им может быть человек или некая задача, поставленная жизнью. Если явление благодатное, оно стремится к центру – центростремительное движение. Так люди стремятся к достойному учителю. Если не благодатное, – стремится от центра – центробежное. Так рабы пытаются покинуть своего работодателя.

Закон источника. Любому явлению на Земле Господь дает энергию. И плохому тоже? И плохому, но плохому в основном энергию дает человек или негативный план жизни, перераспределяя, таким образом, энергию Бога. Значит, для всякого дела существуют три источника энергии: Божественный, человеческий и негативный. Совершая поступок, человек должен помнить, что и на него будет отпущена энергия, но вот вопрос, от кого? Каков источник подключения? На Земле любой из нас является стрелочником, направляющим поезда энергии на конкретные дела. Как известно, все наказания сыплются на голову стрелочника.

Закон большего и меньшего. Любое явление больше по сравнению с каким-то аналогичным, но меньшим по масштабу, и меньше по отношению к какому-то аналогичному, но большему по масштабу. И между ними постоянно существует качественная связь. В меньшем всегда протекают те же процессы, что и в большем, копируя его, а большее всегда чувствует меньшее. Так, радиоприемник чувствует жизнь радиоэфира и воспроизводит ее, а эфир чувствует приемник, каким бы маломощным тот ни был. В духовной жизни это принцип взаимодействия человека с Богом.

Закон включения. Этот закон гласит, что в любое явление надо войти через какие-то двери, и для этого вхождения требуется время. Если вы пришли с палаткой в лес, пройдет какое-то время, прежде чем вы почувствуете себя там «в своей тарелке». Человек начал ходить в церковь, но стать по-

настоящему православным смог лишь через три года – включился. Ни один специалист не начинает работать сразу, ему требуется время для включения. Ни одна семья не существует с самого начала успешно – необходимо притереться друг к другу. Включение иногда называют адаптацией. Но мы говорим о более узконаправленном процессе. Если человек попал в лес, он обязательно адаптируется в его условиях на уровне физиологии, но это не значит, что он включился в жизнь леса, тем более в работу, ради которой его туда направили. Таким образом, включение может быть физическим и духовным. Сознательный человек знает свое время включения в каждую из перечисленных областей и чувствует эти области. *Физическое* включение – он, наконец, перестает биться головой о каждое дерево в лесу. *Душевное* – когда реагирование на лес будет порождать в основном положительные эмоции. *Духовное* – человек увидел в каждом дереве не только потенциальные дрова, но и создание Божие. Из закона включения вытекает закон настройки.

Закон настройки. После включения в какой-то процесс человек выбирает, на что конкретно ему настроиться. Вы приехали на машине в лес. Сначала произошло включение в существование в лесу. Если бы вы пришли пешком, то включились бы еще по дороге. В лесу все начали искать грибы. Один находит чаще белые, другой – подберезовики, третий – маслята. Потому что каждый настроен на определенный гриб.

Закон нагрузки. Этот закон – частный случай испытания. Любая схема, живая или неживая (а схемой она может быть, лишь тогда, когда ее анализирует человек), может функционировать, если способна выдерживать внешнее воздействие. Нагрузка может быть в физической сфере, социальной, духовной. Нагрузка может быть малой, оптимальной, максимальной и сверхвозможной. Каждый из нас должен знать свои нагрузки во всем: в еде, в физических возможностях, интимной сфере, психической – и видеть, какую степень воздействия внешнего мира он в данный момент претерпевает. При *максимальной* нагрузке схема работает в основном ради результата, который ей, может быть, нужен, а может быть, – и нет. При этом схема частично разруша-

ется. Если работа на максимуме происходит в сфере физической, деформируется физическая часть схемы. Например, кому-то сильно нужны деньги и он весь ушел в их добывание, – в результате появляются деньги, но уходит здоровье или спокойствие. Если работа на максимуме происходит в сфере духовной, результат другой: человек обретает духовный опыт и сохраняет здоровым физическое тело (может, правда, и не сохранить). При нагрузке выше возможной работа происходит только ради результата, и схема разрушается. Следовательно, встает вопрос, – каков же должен быть результат, чтобы ради него разрушить свое здоровье? Это уже вопрос выбора.

Мир духовных законов настолько велик, что рассказать о них все невозможно.

Приучайте себя видеть любое явление как целое, состоящее из множества составляющих. Практически в любом событии есть все законы; надо учиться их видеть, тогда и появится своя точка зрения.

Учитесь видеть в любом событии проявление духовных законов!

6.3. Дух и его составляющие.

Дух – основополагающая составляющая человека (дух, душа, тело). Обратившись к энциклопедическому словарю, можно узнать такое определение духа: «Дух – философское понятие, обозначающее не вещество, в отличие от материального, природного начала. В рационализме ведущей стороной духа считается мышление, сознание, в иррационализме – внемыслительные аспекты (воля, чувство, воображение, интуиция и т.д.)». В словаре русского языка С. И. Ожегова получаем дополнение к первому определению: «Дух – сознание, мышление, психические способности, то, что побуждает к деятельности, начало, определяющее поведение, действие. Дух – внутренняя моральная сила. Дух – содержание, истинный смысл, отличительная особенность чего-нибудь».

Этот список определений можно продолжить, рассматривая различные философские, религиозные направления. Понятие о духе будет зависеть от того, как человек раскрыл и осознал свой дух, как его понимает, ощущает. Поэтому существует огромное число определений, порой взаимоисключающих друг друга. Чтобы не запутаться, обратимся к богатому духовному наследию, запечатленному в отечественных писаниях. Обычно человек хорошо ощущает свою душу. Исходя из этого свойства, святитель Феофан Затворник дает понятие о человеческом духе: «Что же это за дух? Это та сила, которую вдохнул Бог в лице, завершая сотворение его... Дух, как сила от Бога исшедшая, ведает Бога, ищет Бога, и в Нем одном находит покой. Неким духовным сокровенным чутьем, удостоверяясь в своем исхождении от Бога, он чувствует свою полную от него зависимость и осознает себя обязанным всячески угождать Ему и жить только для Него и Им». (Феофан Затворник «Что есть духовная жизнь, и как на нее настроиться»).

Можно сказать, что дух человека – это личность человека-творца, познавшего, что такое Бог, стремящегося к Богу, к любви всем своим сердцем и чувствующего ответную связь – любовь Бога, т.е. это суть человека.

Дух человека – эта та информация, которая идет от Бога посредством Божественной искры. Чем больше любовь у человека к Богу, к людям, к окружающему миру, ко всей системе мироздания, чем он полнее понимает и принимает этот мир, тем крепче и сильнее его дух, тем теснее его связь с Богом. И, как следствие этого, его Божественная искра делается ярче. Чем она ярче, тем больше он сам получает от Бога и от окружающих людей. Следует отметить, что Божественная искра – это дар Божий для человека, посредством которого он принимает от Бога всю суть системы Мироздания, свойственной именно для данного человека. Он понимает, кто он, зачем родился на Земле, понимает законы Мироздания, которые характерны для восприятия именно этого человека.

Человек всегда стремится к самосознанию, он хочет понять себя, свою личность. Как это происходит, что такое самосознание, хорошо показал в ра-

боте «Дух, душа и тело» архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий): «Сознание своей личности складывается у человека из органических ощущений, получаемых его органами чувств из всей совокупности воспоминаний, из понимания своего духа, характера, настроений. Где же складывается из этих элементов самосознание, кто субъект его? Не ум, как обычно понимают, а дух. Ибо ум – только часть духа, не весь дух". И далее он пишет: «Глубочайшую сущность существа нашего познаем мы не умом, а духом. Самосознание есть свойство духа, а не ума... Дух сразу обнимает все и мгновенно воспроизводит все его целостности».

О духе как высшей силе нашей духовной деятельности говорится в Священном Писании: «Сеющий в плоть свою от плоти пожнет тление, а сеющий в дух от духа пожнет жизнь вечную... Рожденное от Духа есть дух».

Дух человека влияет на его тело посредством молекулы ДНК, он строит соответствующее себе тело. И, как справедливо об этом писал архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий): «Чем, как не формирующим влиянием духа, можно объяснить удивительную тончайшую разницу между двумя очень похожими физиономиями, особенно женскими: одни и те же чрезвычайно похожие очертания глаз, носа, рта, почти равные размеры и соотношения частей лица и головы, но одно лицо вульгарно, а другое тонко и красиво».

Дух и материя неразрывно связаны между собой, и попытки отделить одно от другого в дальнейшем приведут лишь к заблуждениям в понимании сути явлений самой жизни. Подобные разделения порой порождают различные мудрствования, отвлеченные и не связанные никоим образом с жизнью. Они полны многообъемных, «многозначительных» умозаключений о предмете познания, но ни на миллиметр не приближаются к нему, т.к. не могут определить ни его составляющих, ни его качеств, ни внешних видимых и осязаемых проявлений. Все эти рассуждения без должного духовного опыта отражаются в восточной поговорке: «Сколько ни говори: «Халва, халва...» – во рту слаще не станет». О связи духа с материей сказано и в работе архиепископа Луки «Дух, душа, тело»: «Велико и очень важно соотношение между

духом и формой. В материальных формах ярко отражается дух, присущий материи. И больше того, дух творит формы...Дух не только творит формы материальных тел, направляя и определяя процесс роста, но может сам принимать эти формы – материализоваться».

Это подсказывает нам, что познавать мир можно только во всей совокупности его составляющих, а отдельное познание, через отрицание других составляющих, или лишь в одном узком направлении, никогда не дает истинного познания. Подойдем к вопросу о более полном и детальном представлении и понятии о духе человека, исходя из выявления его составляющих, определения их качеств и их видимых проявлений, т.е. внешних свойств (таблица 8).

Если обратиться к самому главному определению духа, к тому началу, которое он несет всему живому, то это будет создание и оживление материи, которое возможно при ее гармоничном устройстве. Таким образом, первой составляющей духа будет **гармония**. Дух несет информацию о гармонии всего живого как внутри, так и вовне его. Эта составляющая определяет основополагающее качество духа – **любовь**. И эта духовная любовь проявляет дух в видимых и внешних свойствах человека как **всеобъемлющую любовь**. Поэтому, естественное проявление у человека, стремящегося познать свой дух, т.е. себя – все увеличивающаяся любовь к ближнему, к окружающему миру, к Богу. Ему становится близко и понятно по своей сути выражение: «...возлюбите врагов ваших, благотворите ненавидящих вас, благословляйте проклинающих вас и молитесь за обижающих вас». Здесь показаны основные качества всеобъемлющей любви. А какие плоды принесет человек, раскрывший в себе эту составляющую духа, хорошо сказано в послании апостола Павла: «Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание».

Чтобы определиться со второй составляющей духа, следует вспомнить, кто его образовал: «Господь, распростерший небо и основавший землю, и образовавший дух человека внутри».

И как справедливо замечает святитель Феофан Затворник: «Дух, как сила, от Бога исшедшая, ведает Бога, ищет Бога и в нем одном находит покой... Исповедуя его, дух благовествует пред Богом и исполнен страха Божия». Следовательно, следующей составляющей духа можно назвать **страх Божий**. Как понять страх Божий? Дух постоянно стремится к Богу, понимая, что без него и вне его ему не быть, поэтому имеет страх потерять Бога и остаться без него.

«Ты для того вселил страх твой в сердце наше, чтобы мы призывали имя твое, и мы будем прославлять Тебя в переселении нашем, ибо мы отринули от сердца нашего всякую неправду отцов наших, согрешивших пред тобой».

Страх Божий можно сравнить, в некотором приближении, со страхом малолетнего ребенка, любящего своего отца, но случайно выпустившего его руку в огромном людском потоке. Что эта кроха испытывает в тот момент в своем сердце, и какова природа этого страха? Страх потери любви, которая согревала и защищала, страх потери опоры, страх потери направления движения по жизни, страх одиночества, страх потери жизни и т.п. Нечто подобное, но гораздо в более сильной форме, присуще духу человеческому. Получается, что причиной образования страха Божьего есть сильная любовь к Богу и понимание невозможности существования без него. Это подтверждается словами святого апостола Павла из второго послания к Тимофею: «Ибо дал нам Бог духа не боязни, но силы и любви, и целомудрия». Эта составляющая духа – страх Божий определяет его качество, которое называется **вера**. Таким образом, это качество заложено в человеке изначально.

«А без веры угодить Богу невозможно; ибо надобно, чтобы приходящий к Богу веровал, что он есть и ищущим его воздает».

Поэтому человек не может жить без веры. Он постоянно должен во что-то верить. Человек, потерявший веру, как известно, теряет уверенность в жизни, его жизнь утрачивает смысл. Без веры человеческая жизнь невозмож-

Таблица 8. Составляющие духа и их проявления

| | Составляющие духа | Качества духа | Внешние свойства |
|---|----------------------------------|--|---|
| 1 | Гармония | Любовь духовная | Всеобъемлющая любовь |
| 2 | Страх Божий | Вера | Религиозность |
| 3 | Совесть | Способность различать добро и зло | Нравственное чувство |
| 4 | Стремление к Богу | Целеустремленность | Морально-этические нормы |
| 5 | Эволюционность | Идея | Стремление к постоянному познанию мира |
| 6 | Невозможность возврата к старому | Стабильность | Тонкая художественная и музыкальная восприимчивость |
| 7 | Мудрость | Синтез логического и интуитивного в познании | Философское и научное мышление |

на, т. к. это естественное качество духа, вытекающее из страха Божьего. Не зная природы этого качества, не стремясь к познанию себя, не устремляясь к

Богу, человек невольно попадает под влияние различных авторитетов, ложных теорий. Не опираясь на свой дух и на Бога, человек способен принять на веру то, что ему будет предложено извне, доверившись общепринятому, искренне считая его верным и не подлежащим сомнению. Качество духа – вера проявляется у человека в таком внешнем свойстве, как **религиозность**. Получается, что религиозность заложена в человеке и всегда в нем присутствует.

Все существующие мировые религии, религиозные учения, философские системы и т.п. можно разделить на три группы:

1. Религии и системы (учения), формирующие активное сознание человека, которое позволяет ему жить в гармонии с окружающим миром, развиваться в едином направлении с развитием всего живого, руководствоваться в жизни общечеловеческими ценностями.
2. Религии и системы (учения), тормозящие развитие сознания

человека, делающие его безучастным к личной судьбе и судьбе ближних, ориентирующие его на уход в себя, созерцание, т.е. направляющие его на путь медленной деградации.

3. Религии и системы (учения), которые формируют сознание человека на основе идей, ведущих к разрушению гармонии, идей выделения и обособления себя, идей, основанных на мистицизме и оккультизме.

При изучении религий и философских учений обнаруживается любопытная деталь. Почти все они несут, а правильнее сказать, навязывают человеку свои знания, убеждения, свое понимание добра и зла. И, в отличие от большинства из них, православие учит человека мыслить, ощущать, быть ответственным за свои слова, мысли, поступки, а через это самостоятельно учиться жить, т.е. учение православной церкви позволяет человеку обрести максимальную свободу, научиться самостоятельно ориентироваться в жизни. Последнее как раз необходимо духу человека, чтобы раскрыться и найти путь к Богу.

Третья составляющая духа происходит из того, что, сообщив духу частичку своего всеведения, Бог начертал в нем и требования своей святости, правды и благодати, поручив ему самому наблюдать за их исполнением: «Вложу внутрь вас дух Мой и сделаю то, что вы будете ходить в заповедях Моих» (Иезекиль 36; 27). Этой составляющей будет **совесть**.

«Совесть есть законодатель, блюститель закона, судия и воздаятель. Она есть естественные скрижали завета Божия, простирающегося на всех людей», – закономерно отмечает святитель Феофан Затворник. Совесть присуща каждому человеку, она указывает ему, что надо, а чего не надо делать. И этот властный указ человек очень хорошо ощущает и стремится к его исполнению. В итоге, за исполнение получает утешение, а за неисполнение наказывается угрызениями совести.

Совесть человека проявляется в таком внешнем свойстве, как **нравственное чувство**. Опираясь на это внутреннее чувство, человек способен различать добро и зло и на основании этого делать оценку своим действиям,

мыслям, чувствам, желаниям. И это он, чаще всего, делает и ощущает интуитивно, порой человеку трудно объяснить другим, что вот этот предмет (событие, ситуация), как он чувствует, плох или хорош, в то время как другие имеют об этом противоположное мнение. Оппонент аргументировано доказывает свои взгляды, ссылаясь на авторитеты, но человек, если опирается в познании мира на свой дух, не может внутренне согласиться с, казалось бы, логичными умозаключениями. Вот это внешнее свойство – нравственное чувство, являясь проявлением совести, не позволяет человеку переходить нравственные границы, оно помогает ему определять, что гармонично, а что дисгармонично, что есть добро, а что – зло для сути данного человека. Несмотря ни на какие внешние обстоятельства, общепринятые понятия о нравственности, это духовно-нравственное чувство заглушает все внешние голоса, твердящие, что «так все поступают», что «это норма, это правильно». Это следствие того, что духу человеческому ведомы все основополагающие законы мироздания, и эталон тоже находится внутри человека – это его совесть, которая порождает в человеке нравственную ответственность за свои дела, за свое будущее, за будущее детей, внуков, за будущее Земли. И обычно деятельность этого человека не понимают и говорят ему: «Ну какое тебе дело до всего этого? Тебя же это никак не касается. Живи спокойно. На твой век тебе хватит». Но дух человека, ощущая свое бессмертие, не может мириться с подобным отношением к жизни и себе. Поэтому не стоит гасить в себе проявления нравственного чувства ответственности за все происходящее, т.к. это естественный голос совести духа человеческого, нужно стараться слышать его и следовать его подсказкам.

Чтобы определиться с четвертой составляющей духа человека, вспомним сказанное Феофаном Затворником: «Дух, как сила от Бога исшедшая, ведает Бога, ищет Бога и в нем одном находит покой». Таким образом, в духе человека заложено изначальное **стремление к Богу, жажда Бога**. Это проявление духа «выражается во всеобщем стремлении к всесовершенному благу и яснее видно тоже во всеобщем недовольстве ничем тварным». С этим фено-

меном духа сталкивается почти каждый человек. Достигнув какой-то своей цели для своего же блага и получив эти блага, он может ощущать непонятное чувство неудовлетворенности. Человек внутри интуитивно ощущает, что должно быть что-то еще, а полученное – не главное. Человек не может найти в себе покой, что-то его изнутри подталкивает. Хорошо, если он осознает это проявление своего духа и будет во всей своей жизнедеятельности стремиться к Богу, тогда все его помыслы, дела будут помогать ему на своем пути. Каждое его дело будет приносить ему радость, так как оно будет удовлетворять присущую жажду Бога, жажду любви и гармонии.

Это стремление духа к Богу определяет качество духа – **целеустремленность**. Многие люди ощущают в себе это качество, оно ведет их по жизни и помогает находить выводы из, казалось бы, безвыходных ситуаций. Это качество оживляет душу человека, зарожда в ней интерес к жизни, к чему-то новому, к тому, что резонирует с тем, что заложено в духе человека. Эта целеустремленность, основанная изначально на стремлении духа к Богу, помогает человеку в осознании себя и окружающего мира. Она движет его по жизни и удовлетворяется лишь тогда, когда результаты деятельности приближают человека к Богу, когда он получает духовный опыт этого пути, т.е. практическое подтверждение своим изначальным теоретическим познаниям. Поэтому понятно, какое чувство радости охватывает человека при подтверждении его мысленных представлений и предположений на опыте.

Качество «целеустремленность» проявляется в таких внешних свойствах, как **морально-этические нормы**. Ощущая в себе стремление к Богу через целеустремленность, человек имеет в себе же самом морально-этические нормы, которые определяют правильность направления его целей, устремлений. При помощи этих внутренних норм человек обретает внутренний эталон, с которым он может сравнивать все свои задачи и преследуемые цели. Вот эти заложенные внутри морально-этические нормы и формируют сознание человека, регулируют поведение, согласуют действия громадного множества людей и при всем их разнообразии подчиняют определенным законам. Такая

функция согласования принадлежит духу и изначально заложена в человеке Богом. Опираясь на это свойство, раскрывая его в себе, человек получит плоды духа, а это: «...любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание». Неправильное понимание этого внешнего проявления порождает у людей мысли об отдельности от человека этих внутренних норм поведения и необходимости создания различных инструментов по изучению морально-этических норм, никак не связывая их с принадлежностью к обязательной составляющей духа. Это приводит к заблуждению, что все морально-этические нормы прививаются и воспитываются извне. Все это толкает человека на создание своих понятий, теорий, философий относительно взаимоотношений бытия человека и его сознания. Таким образом даются обоснования допустимости воздействия извне на сознание человека, на его воспитание с целью прививания ему морально-этических норм. Сколько научных трудов, теорий, психологических приемов воздействия на сознание человека породило отчуждение естественного свойства духа человека от самого человека. Ярким примером служит выведение на основе этой ошибки тезиса, являющегося заблуждением, что бытие определяет сознание. Исходя из этой составляющей духа, следует пересмотреть суть системы воспитания и обучения. Как нам видится, она должна основываться и исходить из того, что человек, прежде всего, – дух, и все в нем есть, а внешние условия должны создать необходимую атмосферу для его раскрытия. В этом случае не придется никого потом перевоспитывать, переобучать и, самое главное, пожинать плоды «худые» и бороться с их последствиями, не затрагивая причин их образования.

Для определения пятой составляющей духа следует посмотреть, к чему ведет жизнь, и как все в ней меняется. Вчера мы знали одно, имели какие-то определенные понятия. Но вот настал новый день, и он может или перевернуть предыдущие понятия, или значительно расширить, улучшив их качество. Качественное улучшение происходит в том случае, когда человек предыдущий «отрицательный» опыт переводит в положительный, т.е. производит ка-

чественный анализ прошлого. «И дам вам сердце новое и дух новый дам вам», – читаем в Священном Писании. Из всего этого следует сделать вывод, что необходимой составляющей духа будет **эволюционность**. Это очень важный момент, так как ранее признавалась только биологическая эволюция. Согласно этой концепции человек рассматривался как высокоразвитое социализированное животное, а все морально-этические нормы, подобно системе условных рефлексов, должны вырабатываться обществом в ходе его эволюции. Как следствие, из этой точки зрения вытекает, что морально-этические нормы являются просто орудиями приспособления человека к окружающей среде. Получается, что форма преобладает над содержанием, что внешнее важнее внутреннего. Лишь бы внешне все было гладко и ровно. В итоге, на первый план у человека выходит не его дух, а тело, и оно становится доминирующим, ведущим по жизни. На первый план выходит видимое, осязаемое, материальное, а все то, что не вписывается в эти свойства, считается несущественным, эфемерным. Эволюционность духа, воспринимаемая человеком, опирающимся на внутренние морально-этические нормы, позволяет ему ориентироваться в окружающей действительности, самой жизни, помогает привести в соответствие требованиям времени изменение своего сознания и откорректировать свои мысли, чувства, цели, исходя из подсказок внешней среды.

Эволюционность определяет следующее качество духа – это **идея**. Дух творит все новое: новые понятия, новые формы. Следовательно, он изначально содержит идеи эволюционных преобразований. Получается, что известное определение идеи, как формы отражения в мыслях явлений объективного мира, не отражает полностью реальную картину. В объективных явлениях, в плодах человеческого творчества заложены какие-то идеи, и их можно понять, изучая и проявляя интерес к этим реальностям. Но опять возникает вопрос: а что первично? Та реальность, т.е. видимая материя, несущая в себе идею их создания, или идея, являющаяся толчком, если можно так выразиться, духовным двигателем всех процессов и различных энергий для получения предполагаемого результата? Ответ ясен любому здравомыслящему человеку:

вперед идет идея. Причем, как правило, если идея предусматривает в своей реализации некое эволюционное движение, то она в начальной стадии не имеет реально существующих аналогов. Эти идеи с трудом воспринимаются большинством людей, склонных во всем опираться на видимое, осязаемое. Если посмотреть на историю развития науки, то можно увидеть наглядно этот процесс появления новых, кардинально меняющих все устоявшиеся, понятий и теорий. Новое выходит за пределы понимания разума и попадает в область духа. И если человек стремится в своей жизни опираться на дух, то эти новые идеи легко в нем резонируют. Самое интересное, что этот резонанс вызывает рождение новых идей, которые помогают глубже проникнуть в объект познания. Так практически и происходит. Этому есть масса примеров из истории и личного опыта каждого, когда одна идея порождает впоследствии множество других, и в итоге получается какое-то законченное новое направление. Также этот резонанс приводит и к тому, что все большее количество людей постоянно добавляется к предыдущим носителям новой идеи, так как идеи, затрагивающие эволюционную составляющую духа, пробуждают дух человека, прежде дремавшего. Не зря Серафим Саровский говорил, что вокруг спасающегося человека могут спастись тысячи.

Эти идеи развития нового нельзя насильно внедрить в сознание людей, они не будут приняты ими. Могут быть приняты лишь те идеи, которые изначально несут в себе гармонию, любовь и обращены непосредственно к духу человеческому. Имея в себе этот источник идей, человек может его в себе и перекрыть, когда пытается искать новые идеи в чужих теориях, учениях. В этом случае он попадает под влияние авторитета, не раскрывает себя, свой духовный потенциал. Это качество духа – иметь идеи, и не просто идеи, а идеи, направленные на постоянное развитие гармонии, – проявляется во внешнем свойстве как **стремление к постоянному познанию мира**. Это свойство духа очень хорошо заметно у детей, они ни на минуту не могут остановиться в своем процессе познания. А если этот процесс совпадает с направлением духовного развития ребенка, он легко воспринимает, казалось бы,

очень сложную для его возраста информацию. Но потом, когда процесс познания становится обязательным и не несет в своей основе гармонии и любви, человек постепенно утрачивает в себе это стремление. Таким образом, у человека гасится изначально заложенное стремление к познанию мира. Но оно все равно теплится, и, если на этот огонек упадет новая, светлая идея, пришедшая от чьего-то духа, то у человека вновь загорится это стремление к познанию. А когда процесс познания будет соответствовать духовной сути человека, он легко освоит и поймет новое. Вернее сказать, он как бы будет вспоминать хорошо знакомое и недавно забытое. Человек в глубине себя ощущает, что «нет ничего сокровенного, что не открылось бы, и тайного, чего не узнали бы», и это движет его к постоянному познанию мира. Это естественный процесс для духа человека, и когда ему в этом отказывают, независимо от того, какое при этом делается обоснование, то совершается насилие над духом человека, над его свободной волей. Из-за этого свойства ум человеческий постоянно стремится к познанию и не может удовлетвориться достигнутым. Духу противно такое состояние человека, когда он останавливает свое развитие, свое познание, как бы усыпляет свой ум. «Бодрствуйте» – не единожды сказано в Евангелии.

Шестая составляющая духа вытекает из его гармонии и эволюционности. Эти две составляющие вызывают постоянное качественное изменение человека, что порождает следующую составляющую духа – **невозможность возврата к старому**. Даже в простом жизненном процессе нельзя вернуться к старому. Не может цыпленок опять влезть в скорлупу и стать зародышем. А что же говорить о духе человеческом: если он стал раскрываться, то уже не может вернуться к старому, для него это смерти подобно. И человек, когда доверится полностью Богу, будет ощущать в себе все новые перемены, ведущие его к все большей гармонии с окружающим миром. Ощувив этот жизнедательный поток самой жизни глубоко в себе, он почувствует именно невозможность возвращения к старому.

Человек, который стремится к раскрытию своей сути, будет замечать, что он каждый день иной, что сегодня он мыслит несколько по-другому, чем вчера, и сегодня понимает легко то, что накануне никак не принималось. Также он ощущает, что изо дня в день становится более открытым и радушным по отношению к людям. Терпимость к людям, к их праву иметь свое, отличающееся, мнение также постоянно увеличивается, порождая все более полное принятие событий. Таким образом, человек начинает замечать, как в нем оживает поток жизни, и он чувствует ее движение, ее гармонию. Все более вливаясь в этот гармоничный поток, человек легче и легче отказывается от себя старого и творит себя нового.

Вот это проявление духа, как невозможность возврата к старому, несет ему следующее качество – **стабильность**. Жизнь – это постоянное движение, и для участия в этом движении человеку необходима стабильность. Это качество духа, присущее человеку, имеется в каждом и помогает, служа опорой, отказываться от старого и творить новое. Таким образом, человеку во всей своей деятельности необходимо опираться на стабильность, иначе будут срывы и остановки в духовном развитии.

Не проявляя стабильности в работе над собой, человек отстает от требований, предъявляемых к нему самой жизнью, и тем самым сжимает время для своего раскрытия. В итоге получается нагромождение одних событий на другие, и человеку уже труднее становится разобраться в себе и своей жизни. Как нельзя дважды войти в одну реку, так нельзя дважды войти в одни и те же события, поэтому следует ощущать этот поток жизни и двигаться в его русле. Нестабильность – это желание пристать к какому-либо берегу, передохнуть, уйти от жизни и т.д. Но жизнь – это временной поток, который нельзя остановить по чьей-то прихоти. Отстал – придется приложить немало усилий, чтобы догнать свое время.

Чтобы ощущать гармонию жизни, интуитивно быть в ней, не отставать от нее, составляющая духа «невозможность возврата к старому» проявляется во внешнем свойстве духа, как **тонкая художественная и музыкальная вос-**

приимчивость. Это свойство духа присуще каждому, и поэтому следует не гасить его в себе, а раскрывать и прислушиваться к нему. Каждый человек обладает художественной и музыкальной восприимчивостью.

Только опираясь на тонкую художественную и музыкальную восприимчивость, человек способен ощутить всю гармонию Вселенной. Только этим объясняются случаи, когда композитор слышит внутри себя полностью все новое произведение, причем со всеми тонами, проработанными партиями, аранжировкой для каждого инструмента. Звучание идет все вместе, слитно, и в то же время хорошо ощущается индивидуальная партия каждого инструмента.

После такого озарения ему приходится садиться и все это воспроизводить, реализовывать практически, вспоминая детали, штрихи, постепенно доводя произведение до того оригинала, что когда-то прозвучал в нем.

Любой человек, без исключения, способен слышать музыку, гармонию жизни и ощутить, почувствовать и понять свою роль, свою партию в этой гармоничной симфонии жизни. Для этого дано человеку тонкое художественное и музыкальное восприятие, развивая которое он полнее сможет понять себя и, следовательно, саму жизнь. В жизни существует столько примеров, когда человек, закончив свою трудовую деятельность, при выходе на пенсию, обнаруживает в себе способности писать стихи, картины, мелодии. Будучи занят обычной работой, он не удосужился заглянуть внутрь себя. Все было некогда, т.к. был занят текущей жизнью. Может все-таки не жизнью, раз себя не познал? Следует, видимо, разобраться: может быть, то, что человечество считает жизнью – вовсе не жизнь, а, правильнее сказать, – попытки избегания жизни. Складывается такое впечатление, что человечество старается постоянно уворачиваться от познания себя и раскрытия своего духа и стремится к жизни в страданиях, болезнях и, в итоге, к смерти.

«...просите, и дано будет вам; ищите, и найдете; стучите, и отворят вам; ибо всякий просящий получает, и ищущий находит, и стучащему отворят».

Седьмой составляющей духа является **мудрость**. Она является опорой всему, в притчах Соломона читаем: «Господь имел меня началом пути Своего, прежде созданий Своих искони: от века и помазана от начала, прежде бытия земли. Я родилась, когда еще не существовали бездны, когда еще не было источников обильных водою...». В притчах Соломона ярко и образно дается понятие о мудрости как необходимой составной части человека, без которой он будет несчастен и безумен. Она находится внутри человека, она дана ему от Бога, поэтому ее надлежит хранить: «Блаженны те, которые хранят пути мои (мудрости)».

Чтобы иметь мудрость, человеку необходимо быть активным и быть всегда с ней во всех своих деяниях: «Блажен человек, который слушает меня, бодрствует каждый день у ворот моих и стоит на страже у дверей моих! Потому, что, кто нашел меня, тот нашел жизнь, и получит благодать от Господа». Человеку дается эта подсказка, чтобы он был всегда наготове применять в жизни заложенную в нем мудрость, и она поможет ему получить радость жизни. А тот, кто идет против мудрости и не пользуется ею, никогда не обращается к духу, к Богу, наносит себе большой вред. «А согрешающий против меня наносит вред душе своей, все ненавидящие меня любят смерть». В каждом человеке присутствует мудрость, и она зовет человека к себе: «...кто не разумен, обратись сюда, оставьте неразумное, и ходите путем разума».

Мудрость взаимосвязана с гармонией, и человек может раскрывать заложенную в нем мудрость только при направлении своей деятельности к любви. Поэтому в притчах Соломона дается понятие, что «Начало мудрости – страх Господень и познание Святого – разум». И вот эта составляющая духа – мудрость – проявляется в таком внешнем свойстве духа, как **философское и научное мышление**. Философское мышление помогает человеку познавать смысл и цель своей жизни, существования мира. Проводя анализ имеющихся у него знаний, понятий, человек анализирует то, что знает, и при помощи философских рассуждений, основанных на образном и логическом мышлении, проводит их синтез. Таким образом, он определяет то, что знает и чего не

знает, и на основании этого выбирает дальнейшее главное направление в познании себя и окружающего мира. Этот необходимый инструмент в познании себя и мира, находясь внутри самого человека, позволяет объединить, казалось бы, совсем различные виды деятельности, направления познания, т.к. он помогает видеть все взаимосвязи и главные направления.

Не раскрывая в себе это свойство, человек не использует заложенную в нем мудрость, разменивается по мелочам, а то, что является главным, никак не может понять и увидеть. Ведь увидеть все совокупности, в целостности и взаимосвязи – это прерогатива духа. Научное мышление также присуще каждому человеку, и оно обуславливает пытливость его разума. Человек ставит опыты, производит всевозможные наблюдения и на их основе, при помощи этого научного мышления, познает жизнь, себя. Таким образом, научное мышление, заложенное в человеке, помогает ему познавать и изучать осязаемые проявления духа, его материализацию. Не случайно знаменитому русскому ученому М. В. Ломоносову принадлежат слова: «Создатель дал роду человеческому две книги. Первая — видимый мир. Вторая — Священное Писание. Обе удостоверяют нас не только в бытии Божиим, но и в несказанных Его благодеяниях. Грех всевать между ними плевелы и раздоры». Как справедливо утверждает один из мыслителей нашего времени: «Подлинная наука лишь подтверждает в своих открытиях Библию, а не вступает с ней в противоречие». Опираясь на заложенное в своем духе философское и научное мышление, любой человек способен разобраться в любых жизненных вопросах и понять истину происходящих явлений, событий. И это мышление человеку необходимо развивать у себя, чтобы как можно увереннее ориентироваться в различных философских и научных направлениях и не попасть под влияние ложных, нежизненных направлений. Подводя итоги, можно заметить, что человеку, чтобы познать себя, необходимо раскрыть в себе семь следующих внешних свойств духа:

1. всеобъемлющую любовь;
2. религиозность;

3. нравственное чувство;
4. морально-этические нормы;
5. стремление к постоянному познанию мира;
6. тонкую художественную и музыкальную восприимчивость;
7. философское и научное мышление.

Отсутствие какого-либо из них не приведет к положительному результату ни в познании себя, ни в познании окружающего мира, ни его Творца. Последнее возможно лишь при гармоничном раскрытии их всех в человеке. Человек, владеющий всеми этими качествами, вполне может быть назван духовным. Только совокупное их проявление поможет человеку правильно ориентироваться на своем пути к Богу, а опора только на одно или на некоторые приведет человека к заблуждениям, о чем хорошо сказали в своих работах отцы Православной Церкви.

Что есть духовность? Как отмечает архиепископ Лука: «...духовность есть высшее достижение человеческой души», как сказано в первом послании коринфянам: «...не духовное прежде, а душевное, потом духовное».

Духовность – понятие сугубо Божественное, невозможное без единства человека и Бога. Духовность – это устремление человека к Богу посредством духа через Божественную искру. Поэтому духовность нельзя рассматривать в отрыве от стремления человека к Богу, от стремления к любви, ко всем людям и всей системе мироздания. Духовный рост затрагивает глубинные уголки человека и создает нового «внутреннего человека». Сначала у человека происходит полный отказ от себя старого, «ветхозаветного», с все последующими отказами от себя старого по мере духовного роста. И этот процесс бесконечен, как сама жизнь, т.е. человек не может сказать: «ну вот, сегодня я достиг своего духовного совершенства», т.к. это сразу ставит преграду в его движении к духу, к Богу. Естественнее будет, если человек замечает, что сегодня он несколько по-другому понимает, ощущает и принимает жизнь. И это новое – гораздо спокойнее, полнее, увереннее и любвеобильнее, чем вчера. Т.е. человеку, открывается иная жизнь, иные чувства, рождается иная любовь.

«Многие под духовностью подразумевают эрудированность, интеллектуальное развитие, пристрастие к театру, чтение и прочее, однако все это не тождественно духовности, а скорее отвечает душевным устремлениям человека. Истинная же духовность заключается даже больше не в словах и знаниях (хотя проявляется и в них), а в глубоком **внутреннем преображении человека**.

Духовный опыт святых отцов наглядно показал миру реальность восхождения человека к Богу через **осмысленный одухотворенный земной путь нравственного совершенствования**».

Каждый человек – сугубо индивидуальная личность, и поэтому духовность будет преломляться в соответствии с сознанием человека, и это понятие будет несколько различно. Но эталоном этого понятия, к которому должен человек стремиться, является духовность, основанная на высшем сознании, т.е. духовность **человека-творца**, создателя самого себя по образу и подобию Божью и созидание окружающего мира в единении с Богом.

6.4. Мышление и духовность.

Для более глубокого понимания процесса одухотворения (развития духовности) и формирования духовного здоровья представляет интерес рассмотреть существующие на сегодня представления о процессе мышления.

Мышление – это процесс, который идет непрерывно.

Позитивное мышление – положительный взгляд на себя.

Ум создает более 30000 мыслей в день. Он обладает огромным потенциалом. Обычно используется 5-10 % этого потенциала. Ум является функцией сознания.

Функции мышления. Мышление: воображение, память, способность принимать решения, различать, рассуждать, надеяться, мечтать, осознавать, понимать, ощущать.

Мысли связаны с ощущениями. Например, подумайте о лимоне. Какое возникло ощущение? Мысли создают волны, окружающие нас – это наши ощущения. Вибрации наших мыслей создают атмосферу в доме, на работе. Мысли человека оказывают огромное влияние на здоровье. Негативные мысли делают человека больным, положительные – способствуют оздоровлению.

Типы мыслей. Различают четыре типа мыслей: необходимые, пустые, отрицательные, положительные.

Необходимые - это повседневные мысли, соответствующие ежедневным обязанностям.

Пустые (ненужные мысли) – мысли о прошлом, они приводят к бессоннице или стрессу и истощают энергию ума.

Необходимо останавливать пустые мысли и ставить точку на прошлом.

Отрицательные мысли основаны на отрицательных чувствах: зависти, ненависти, страхе, корысти. Они приводят к страданию, боли, формированию болезней, т.е. они противоречат положительной внутренней природе человека. Привычка критиковать приводит к нервозности и самонадеянности. Гнев выражается вспышками негативных эмоций. Жадность мешает счастьем, покоем, здоровью.

Положительные мысли приводят к положительным результатам, создают ощущение счастья, любви, милосердия, доброты, покоя.

Положительные мысли делятся такие категории:

1. Возвышенные мысли (добрые пожелания) – умение дарить добрые пожелания другим, которое называется искусством позитивного мышления.

2. Чистые мысли, основанные на чистых чувствах и таких качествах, как любовь, покой, милосердие, надежда, счастье, радость, гармония, чистота, воодушевление, уважение, терпимость, понимание.

3. Сильные и решительные мысли, основанные на внутренних ценностях и положительных убеждениях, требующие мужества.

Искусство позитивного мышления имеет следующую последовательность (рис. 24).

Для отслеживания и контроля позитивного мышления нужно проверить свой взгляд на жизнь, намерения, внутреннее отношение, характер своей реакции на события.

Положительные мысли основаны на позитивном отношении к жизни.

«Ум освещает путь воле, а воля повелевает действиям», – сказал Я. А. Каменский.

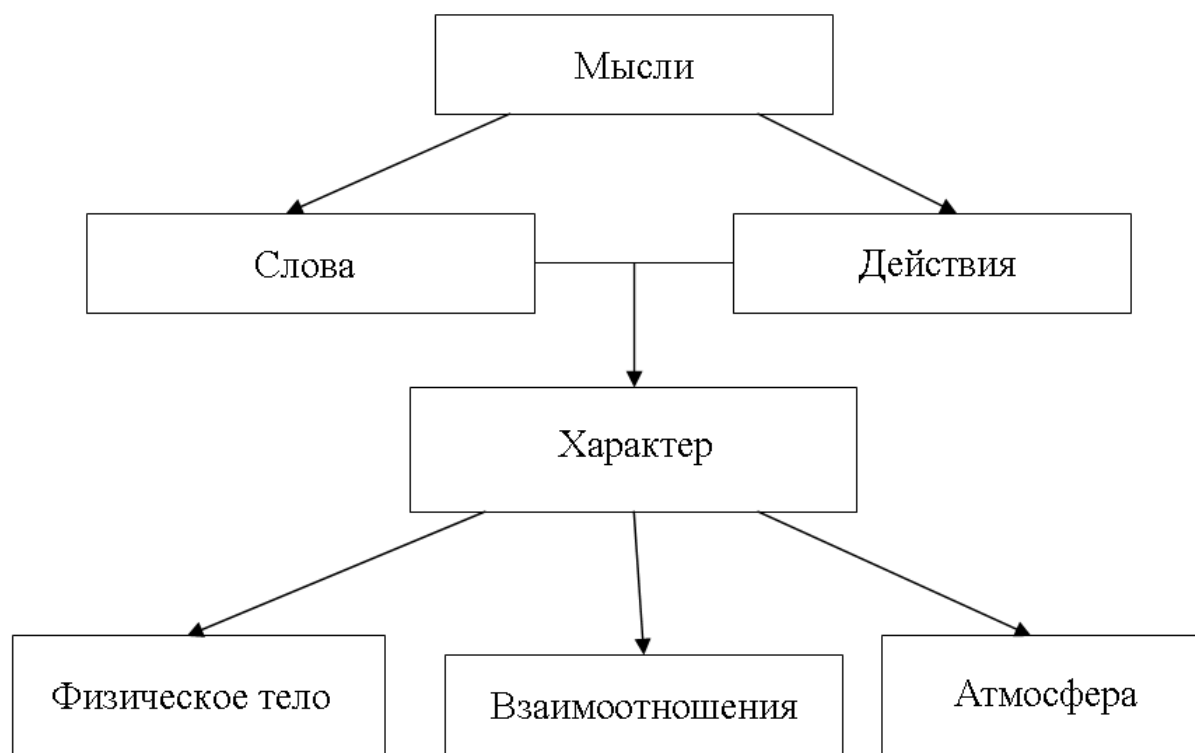


Рис. 24. Последовательность позитивного мышления

Каждый, прежде всего, мыслит, потом – чувствует. Восприятие действительности зависит от его сознания.

Ум – это часть сознания.

Интеллект, впечатление от ранее совершенных дел – все это источник сознательной энергии.

Ум – это способность сознательного существа, умеющая создавать мысли.

На процесс мыслетворения влияют внешние (люди, вещи, ситуации) и внутренние факторы.

Ум - это движущая сила действий. Все, что создал человек, первоначально появилось у него на уме.

Интеллект обычно оценивает мысли.

Итак, первой появляется мысль, далее интеллект осуществляет осознание и понимание этой мысли, ее ценность.

Интеллект помнит, осознает, различает, принимает решение, выражает свою силу в форме воли.

Сила воли - это способность претворить на практике те идеалы, которые задуманы. Интеллект принимает решения на основе информации. Он приказывает уму или убеждает.

Действия человека зависят от качества его мыслей, силы и окраски интеллекта. Ум сравнивают с лошадью, интеллект – узда на уме, или умение души укрощать свой разум, управлять им с любовью.

Привычки представляют собой накопленные в подсознании записи. Сила ума, интеллект и черты характера отвечают за формирование привычки. Если привычка вредная, есть только один способ победить ее – изменить сознательно.

Преображение негативной привычки в позитивную, осуществляется следующим образом:

1. Первое – дать интеллекту хорошие (положительные) мысли. Как сознательное существо, я обладаю семью качествами: знанием, чистотой, покоем, любовью, счастьем, блаженством и силой воли. Это врожденные качества. Для преобразования важно осознание: интеллект понимает и объясняет уму; размышляя о своих ощущениях, мы оцениваем свое мышление.

2. Второе – нужно сделать интеллект сильным, чтобы он смог убедить ум на основе знаний и понимания, заменить старое мышление на новое.

Наши привычки и пристрастия постоянно растут, корень всех пристрастий – это безуспешные попытки решить духовные проблемы (недостаток уважения, любви, покоя) на материальном уровне.

Другими словами, мы пытаемся удовлетворить духовные потребности, материализуя их. Чтобы победить привычку, нужно найти, что за ней стоит. Какое духовное желание лежит в ее основе? Необходимо посмотреть внимательно на себя. Выбор достойной цели делает мышление положительным. Желание любви, покоя, счастья изначально заложено в человеческой душе, необходимо только мужество внести эти качества в свою жизнь и таким образом противостоять плохому.

Свобода – самое ценное в жизни. Мы часто находимся в путах собственного настроения или привычек. Настоящая свобода – способность создавать мысли и чувства без влияния внешних факторов. Это внутренняя свобода. Свобода означает: думать, ощущать, выражать то, что я хочу и когда хочу.

Духовные силы – искусство равновесия. Для того чтобы противостоять постоянному давлению извне, своим тревогам о будущем, финансовым, материальным и нравственным проблемам, требуются силы. Восемь сил – это то духовное оружие, которое может защитить нас от безнадежности, печали, гнева, зависти, стресса.

1. Сила собираться: для положительного настроения необходима оптимистичная натура. Наша жизнь – это путешествие, где мы перемещаемся со своим багажом, мыслями, привычками, наклонностями. Сила собираться состоит в умении сосредоточиться, быть внимательным и экономным (негативные, тяжелые мысли из него выбрасываются).

2. Терпение и решимость. Чтобы терпеть, нужно быть мудрым, – ведь в терпении скрыта духовная сила. Истинное терпение связано с пониманием самого себя. Терпение – это созидательная сила, которая помогает оставаться счастливым при любых обстоятельствах. Какие качества мешают терпению? Гнев и его разновидности: раздражение, упрямство, несговорчивость, нена-

висть, отчаяние, мстительность. Проявлению терпения мешают: уязвимая гордость, узость взглядов, неудовлетворенные корыстные желания.

Проявление терпения связано с определенными способностями, которым соответствуют свои качества.

Способность принять удар и не сломаться обеспечивают такие качества: *гибкость* – умение оставаться удовлетворенным при любых переменах. Гибкость – оружие против стресса. Где выход? Исправь себя! Для этого нужно *мужество*.

Способность не реагировать отрицательно поддерживается следующими качествами: *контроль над эмоциями* на основе внутреннего покоя; *здоровое чувство юмора*.

Способность принимать многообразие жизни. Качество: *понимание* на основе принятия.

Способность решать проблемы с любовью.

Способность забывать и прощать. Качество – *милосердие*.

Способность посмотреть на других их глазами. Качества: *взаимопонимание, доброжелательность*.

Знание закона кармы связано с терпением. Взаимная симпатия, внутренняя уравновешенность, сочувствие, любовь, уважение, самообладание, рассудительность, доброжелательность, взаимопонимание, добрая воля, сотрудничество, дальновидность, здравый смысл, дух ненасилия, мужество, сочувствие, гибкость – качества, являющиеся составной частью силы терпения.

3. Сила совмещать (принятие): как уживаться с другими. Сила совмещать строится на уважении других, отсутствии критики и осуждения.

4. Сила различать: ясный ум – качественные действия.

5. Сила принимать решения.

6. Сила противостоять трудностям. Держится на качествах веры, надежды, мужества.

7. Сила сотрудничества. Основывается на смирении – умении призна-

вать хорошие качества и способности других и учиться у них; уважении и равновесии.

8. Сила интровертности (безмолвия). Интровертность – это состояние ума, способность существовать отдельно от информации, которая поступает через органы чувств.

Если мы хотим сохранить жизнерадостность, оптимизм, оставаться сильными в современном мире, то мгновения тишины, медитации, глубокого размышления совершенно необходимы.

6.5. Душа и ее составляющие

Определений души очень много, например: «Душа – бессмертное духовное существо, наделенное разумом и волей».

Архиепископ Лука писал: «Душу можно понимать и как совокупность органических и чувственных восприятий, следов воспоминаний, мыслей, чувств и волевых актов...» Святой Афанасий Великий писал: «Она живет во всех частях тела и везде в нем обнаруживает свою деятельность». Таким образом, душа не только оживляет тело, но и управляет жизнью человека и его ощущающей природой.

В строении человеческой души святитель Феофан Затворник условно выделяет три части: мыслительную, желательную, чувствительную.

К **мыслительной** части души относится воображение и память, образность и рассудочность.

К категориям **желательной** части души причисляется жажда дела, потребность, желания душевные, телесные, житейские, общественные, выбор.

Часть души, заключающая **чувства** (сердце), чувствует постоянно состояние души и тела, влияние на них окружающих и встречаемых предметов, течения жизни, побуждая человека доставлять ему во всем приятное и отвращать неприятное.

Чтобы раскрыть себя, свой дух человеку необходимо определиться со своей душой, изучить ее составляющие, проявления. И после этого, раскрывая в себе душевные силы, человек устремляется душой к своему духу.

Архиепископ Лука пишет, что духовность есть высшее достижение человеческой души. Душа соприкасается с духом и телом, и поэтому несет в себе отпечаток их свойств (табл. 9).

Таблица 9. Отражение составляющих духа в свойствах души

| | Составляющие духа | Свойства духа | Отражение в душе |
|---|----------------------------------|---|---|
| 1 | Гармония | Всеобъемлющая любовь | Понимание своего предназначения |
| 2 | Страх Божий | Религиозность | Способность к душевному восстановлению через осознание и покаяние |
| 3 | Совесть | Нравственное чувство | Чувство меры |
| 4 | Стремление к Богу | Морально-этические нормы | Зависимость состояния души от интереса к жизни |
| 5 | Эволюционность | Стремление к постоянному познанию мира | Стремление к познанию истинных знаний |
| 6 | Невозможность возврата к старому | Тонкая художественная и музыкальная восприимчивость | Стремление к гармонии внутри себя |
| 7 | Мудрость | Философское и научное мышление | Создание гармонии вокруг себя |

Первая составляющая духа – гармония. Именно эта составляющая отражается в душе внешним свойством – пониманием своего предназначения.

Душа человека, по мнению В. В. Ярцева, всегда стремится понять свою роль и решить задачу на Земле. Свойство души – понимание своего предназначения, – движет человека по жизни. Когда человек находит то, что отвечает его предназначениям, его душа ликует.

Вторая составляющая духа – страх Божий, которая проявляется как религиозность. Эта составляющая духа порождает в душе очень важное свойство – способность к душевному восстановлению через покаяние (осознание). Осознание своих ошибок, изучение их, позволяет человеку стать уверенным в

жизни и спокойно переносить все трудности жизни. Покаяние позволяет человеку обрести покой и ощутить благодарность за приобретенный опыт. Покаяние необходимо для духовного совершенствования человека.

Третья составляющая духа – совесть, она дает душе такое свойство, как чувство меры. Поговорка: «Душа меру знает».

Четвертая составляющая духа – стремление к Богу. Она дает душе такое свойство, как наличие прямой зависимости состояния души от интереса к жизни и к своему развитию.

Пятая составляющая духа – эволюционность. Эта составляющая дает душе свойство стремления к познанию истинных знаний. Например, любознательность побуждает стремление к познанию мира с целью приобретения нового в жизни, работе, учебе. Это свойство обеспечит интерес к жизни.

Шестая составляющая духа – невозможность возврата к старому, – придает душе такое внешнее свойство, как стремление к гармонии внутри себя. Это стремление влечет человека ко всему гармоничному, несущему добро, любовь. Поэтому у людей возникает тяга к музыке, стихам, природе к художественным произведениям. Через это свойство приходят к внутренней гармонии. Следовательно, право на существование в искусстве имеет лишь то, что несет людям любовь, гармонию, красоту окружающего мира. Наличие в искусстве произведений, несущих негатив, является следствием отражения авторами состояния их души.

Седьмая составляющая духа – мудрость, – проявляется как создание гармонии вокруг себя. Гармония – это, прежде всего, любовь. И часто людям трудно понять и увидеть, что все неприятное, что с ним происходит, – результат отклонения от своей души и от своей сути.

Также душа человека соприкасается с телом и оживляет его. Следовательно, ей свойственны более тонкие ощущения своего тела, которые могут служить ориентирами в жизнедеятельности человека.

Первое хорошо знакомое ощущение – это *ощущение заболевания* до появления клинического проявления. Душа заблаговременно ощущает, что

человек своими мыслями, целями, чувствами, желаниями (т.е. жизнедеятельностью) направляет себя от своей сути в другую сторону. Она ему вовремя подсказывает, что необходимо проанализировать свои помыслы и дела; найти ошибки, отклонения от любви и гармонии в общении с окружающим миром, провести изменения своего сознания, т.е. покаяние в ошибках. При первых признаках заболевания (тонких, душевного плана) обращайтесь к своему духу, к самому себе и вспомните, где вы отклонились от гармонии и любви к окружающему миру.

Второе проявление этих ощущений выражается в **способности** человека **ощущать наличие или отсутствие энергии**. Вялость, сонливость, дремота, депрессия, синдром усталости, – так дается подсказка душе от тела, что человек в своей жизнедеятельности отклоняется от идей гармонии и любви. Когда человек руководствуется идеями любви и гармонии, он ощущает наличие энергии у себя в теле и способность все совершить.

Третье проявление ощущений, идущих от тела к душе, выражается в том, что при хорошем, гармоничном состоянии человек способен **выполнять без усталости интересную работу**.

Четвертое проявление этих ощущений – **способность** человека **ощущать изменение энергии**, работоспособности, внимания, настроения в течение повседневной жизнедеятельности, когда происходят различных события.

Резкие перепады энергии, работоспособности служат подсказкой: необходимо разобраться, найти причину отклонения от сути и сделать положительные выводы. В итоге человек должен понять, что все события даются для раскрытия у него необходимых качеств, которые он не выявил и не наработал в себе.

Пятое характерное ощущение, идущее от тела к душе, выражается в том, что душа **способна воспринимать** гамму всевозможных ощущений, несущих определенную **информацию о движении человека в пространстве и времени**.

Физики показали, что тело человека в 10^6 раз чувствительнее ко всем внешним шумам (излучениям), чем электронная аппаратура. Человек принимает всю информацию, излучаемую Вселенной, и она воспринимается в протоплазме клеток и межклеточной жидкости. В совокупности все ощущения отражают движения человека во временном потоке. Душа подсказывает человеку его ориентацию. Прислушиваясь к своим ощущениям, анализируя их применительно к своим мыслям, поступкам, чувствам, желаниям, можно гораздо лучше понять себя и свое движение в живом потоке времени.

Шестое ощущение, идущее от тела к душе, выражается в том, что сила внешнего воздействия напрямую зависит от *способности владеть своим организмом*. Человек, который владеет своими чувствами, легко справляется с эмоциями, гасит их (гнев, сильное раздражение). Необходима постоянная, целенаправленная работа по совершенствованию владения своим организмом. Человеку предстоит открыть для себя новые понятия о самом себе, и сотворить нового человека из себя старого.

Душа пришла на Землю, где соприкасается одновременно с физическим видимым миром, с миром чувств, с миром мыслей. Для ориентации и познания каждого из миров, душа имеет специфические орудия. В мире чувств – чувствительное тело, т.е. астральное. В мире мыслей – мыслительное тело, т.е. ментальное тело.

Таким образом, выделяют у человека следующие тела:

- **физическое** – для познания окружающего нас физического мира с помощью осязания, ощупывания, видения, слушания;
- **астральное** – наша чувствительная составляющая, тело чувств, эмоций, переживаний, при помощи астрального тела мы познаем мир чувств и эмоций;
- **ментальное** – это наша мыслительная составляющая, это тело мысли, тело нашего разума, нашего интеллекта. При помощи разума и интеллекта мы можем получать и накапливать знания, делать выводы, прини-

мать решения, мыслить. Каждый человек является тем, насколько он себя осознал, раскрыл, научился чувствовать окружающий мир.

Физическое тело и его составляющие. Материальной составляющей нашего физического тела является совокупность всех наших клеток, которые обновляются каждые девять месяцев (табл. 10).

Таблица 10 .Тела человека и их составляющие

| Тело | Составляющие | | |
|------------|---|---------------------------------------|--|
| | материальная | чувствительная | мыслительная |
| Физическое | совокупность клеток | совокупность рецепторов | опыт движений физического тела и реакций на раздражение рецепторов |
| Астральное | мыслеформа на ощущение | эмоции, переживания, желания, чувства | опыт проявления чувств, эмоций на фоне мыслеформы на ощущение |
| Ментальное | знания отдельного человека, приобретенные в этой жизни и данные от Бога | обогащенные предыдущим опытом мысли | результат проявления мыслей на фоне знаний |

Чувствительной составляющей физического тела является совокупность всех рецепторов этого тела, преобразующих всевозможные раздражения, воспринимаемые из окружающей среды или внутренней среды организма, в нервное возбуждение, которое передается в ЦНС.

К мыслительной составляющей физического тела можно отнести весь багаж опыта, приобретенного в течение жизни и отложенного в подсознании в результате переработки всевозможных движений физического тела, а также реакций на результаты чувствительной составляющей.

Наше физическое тело очень сложно устроено, а наше «Я» постоянно организует и направляет его на работу. Наше «Я» – выше и не является физическим телом.

Астральное тело и его составляющие. Материальной составляющей астрального тела является мыслеформа на ощущение.

Она отражается, структурируется в энергоинформационных центрах на конкретный момент времени. Так формируется связь астрального тела с эфирным, которое является управляющим для физического тела.

Понаблюдайте за собой: мы настраиваемся на разные ощущения и потом создаем мыслеформу на ощущения, как правило, не осознавая этого.

Чувствительной составляющей астрального тела являются наши эмоции, переживания, желания, чувства, возникающие при общении с окружающим миром.

Восемьдесят пять процентов информации мы получаем через ощущения, а остальную – через разум.

Мыслительной составляющей астрального тела является опыт проявления ощущений, чувств, эмоций, переживаний на фоне мыслеформы на ощущение. Только чувство любви может служить эталоном для создания мыслеформы на ощущение. Мы можем руководить своим астральным телом. Наше «Я» – не астральное тело, оно выше его, т.к. руководит им, когда опирается на любовь. Точно также мы руководим своим мыслительным процессом, т.е. ментальным телом. Значит наше «Я» выше ментального тела.

Ментальное тело и его составляющие. Материальной составляющей ментального тела является знание отдельного человека, его «эго», т.е. знания, как приобретенные в этой жизни, так и данные ему от Бога, внутри него, те, которые он принес с собой и которые ему следует раскрыть в себе и отдать людям. А. Ахматова писала:

Но не пытайся для себя хранить

Тебе дарованное небесами:

Осуждены – и это знаем сами –

Мы расточать, а не копить.

Очень трудно разобраться в море окружающих нас знаний. Требуется громадная работа над собой, над своей материальной составляющей ментального тела. Вспомним слова Козьмы Пруtkова: «Всякий узкий специалист подобен флюсу». Чувствительной составляющей ментального тела будут наши обогащенные предыдущим опытом, идущие мысли. Вокруг нас существует большое количество мыслеформ. Мы постоянно принимаем эту информацию, она затрагивает материальную составляющую ментального тела.

Если возникающие при общении с окружающим миром мысли соответствуют уже существующим понятиям, знаниям, то человек все необходимые мыслеобразы основывает на имеющемся багаже. Но если возникает мысль, не находящая резонанса в предыдущих знаниях, то человек или отбросит ее как сомнительную, или возьмет на вооружение для переоценки собственных знаний. Второй вариант развивает наше ментальное тело.

Мыслительной составляющей ментального тела является результат проявления мыслей человека на фоне его знаний.

6.6. Интуиция

*Явление предчувствования
есть ступень к чувствознанию.*

И. Максимович

Академик В. И. Вернадский в свое время утверждал, что все религиозные, философские, научные системы являются лишь разными подходами к истине.

В данный период развития общества наблюдается тенденция сближения позиций науки, религии, философии и духовно-эзотерических философских учений в процессе познания и поиска истины.

В науке все чаще поднимается вопрос о сферах и границах человеческого познания, формируются новые подходы к изучению человека как био-

энергетической системы, целостной биосоциальной сущности, космопланетарного феномена – жителя Земли и Космоса.

По мнению многих исследователей, чувственно-рациональный путь познания не дает возможности глубоко познать суть человеческого существа в единении его духовной, душевной (психической) и физической формы жизни, восприятия окружающего мира в качестве целостной и взаимосвязанной единой реальности.

Как пишет в монографии «Феномен интуиции» Т. Тюрина, тело и душа человека как мир земной, видимый изучается путем преимущественно логического, рационального познания. А человеческий дух раскрывается в процессе самопознания, морально-духовного самосовершенствования через интуитивную форму познания.

Еще Н. Бердяев указывал, что пути познания мира духовного иные по сравнению с путями познания мира природного.

Если человек поднялся до уровня человека духовного, то он, благодаря своему духу, будет в состоянии познать не только мир материального, но и воспринимать мир духовный, высший. К такому мнению склоняются такие современные ученые как А. Гулига, В. Казначеев, Е. Спирин, Б. Григорьян, Л. Шапошникова, З. Карпенко, А. Киричук и др.

В духовных источниках прослеживается мысль о том, что интуиция – это один из способов корректирования действий души, находящейся на обучении в материальном мире. Инструментом же этого познания является человеческое сердце. Интересно, что ряд ученых высказывает гипотезу о том, что человеческое сердце является резонансным голографическим приемником информации тонкого духовного мира. Так, д.т.н. проф. Г. А. Сергеев, в труде «Этюды многомерного мира» сообщает, что тело в форме огромной кардиониды представляет собой своеобразный резонатор голографического типа, который реагирует на излучения многомерного пространства. Из вышесказанного вытекает, что наше сердце является приемником сигналов, возникающих в окружающем мире. Поэтому в настоящее время складывается мнение, что

сердце является тем органом, с помощью которого осуществляется духовное познание. Такая точка зрения встречалась еще у античных философов (Платон, Плотин, Аристотель и др.), в религиозной и духовно-эзотерической литературе. Например, Е. Рерих пишет: «Истинные знания находятся в духе, сердце человека, только нужно их разбудить». По мнению многих мыслителей, высшее духовное «Я» человека, т.е. его дух, является источником универсальных знаний человека, которые он чувствует сердцем, и какие передаются ему через интуицию.

Духовное познание тесно связано с пробуждением и раскрытием духа человека, концентрирующего в себе все лучшее и высшее в человеке: способность к любви, добро, милосердие, самопожертвование, стремление к Богу, истине, красоте, правде.

Мыслители всех времен признают решающую роль любви в процессе творчества, духовного самопознания и познания мира.

Согласно Сократу, мудрость не приходит к человеку как результат приобретенных знаний и уровня интеллектуального развития человека. Она даруется лишь тем людям, которые достигают единения с абсолютной любовью.

Академик Л. Меншиков пишет: «Практически все великие научные идеи и теории появились не в результате исключительно мыслительной и критической деятельности, а, как правило, путем интуиции, озарения, откровения, т.е. подняты с глубины подсознания».

Интересно отметить, что в процессе работы у лиц творческих профессий (поэты, художники, литераторы, архитекторы), отмечается замедление ритмов мозга в момент так называемого вдохновения. Именно тогда в объективную реальность «перетекали» замыслы с легкостью и точностью. Т.е. можно сказать, что интуиция – это способность людей «подключаться» к энерго-информационному полю объекта исследования и осознанно «считывать» информацию. Характерным признаком этого процесса является огромная концентрация (сосредоточенность) сознания человека на изучаемом объ-

екте, соединение с ним в единое целое, потеря человеком границ своего собственного «Я» и слияние с универсумом.

Миг вхождения человека в духовное мышление является озарением. В. Плыкин утверждает, что «в каждом человеке заложена способность к озарению, но воинствующая бездуховность человечества лишила людей возможности использования этого дара». Он справедливо отмечает, что «современный человек для получения знаний должен изучать десятки наук, расходуя физические, психические и интеллектуальные силы, десятки лет своей жизни, а египетский жрец, человек высокодуховный, обладая способностью к мгновенному озарению, мог мгновенно получить знания бóльшие, чем современный ученый за всю свою жизнь».

В зависимости от уровня развития духовности и сознания человека можно выделить такие **уровни** (виды) интуиции:

- интуиция предвидения,
- профессионально направленная,
- пророческая.

Анализ литературы, посвященной проблемам исследования интуиции, проделанный Т. Тюриной, позволяет прийти к выводу о том, что главными **условиями** существования и развития интуиции являются:

- 1) альтруизм;
- 2) деятельная любовь ко всему живому на Земле;
- 3) способность жить и действовать ради других;
- 4) глубочайшее духовное единение со всем сущим;
- 5) развитое чувство сочувствия, единство с растениями и животными;
- 6) осознание невозможности использования этого дара ради собственной выгоды.

Швейцарский социальный педагог Д. Еггенбергер в работе «Основы и аспекты педагогической теории интуиции» рассматривает интуицию как принцип воспитательной работы и социально-педагогической деятельности. Он детально останавливается на анализе диагностической, прогностической,

мотивационной функций интуиции. По его мнению, будущая социально-педагогическая теория интуиции должна исходить из признания равноценности как логических, так и интуитивных принципов познания.

Как же развивать интуицию и как научиться пользоваться ею? Современные ученые А. Акимов и Г. Шипов утверждают, что энергоинформационный барьер, который существует между человеком и информационным полем Земли, Вселенной, т.е. между сознанием и сверхсознанием, можно преодолеть при наличии огромного уровня духовности.

Духовное развитие человека приводит к раскрытию интуиции, преодолению на этой основе субъективной разъединенности людей и формированию чувства всеединения, связи со всем окружающим миром.

Какие существуют пути развития человеческой духовности? В обзоре, представленном Т. Тюриной, к таким путям относятся, прежде всего:

- 1) создание в семье, школе такой валео-психологической атмосферы, которая будет способствовать формированию в душе ребенка открытости, искренности, любви, доброты, радости, доверия в отношении ко всему окружающему миру;
- 2) обращение особого внимания на развитие у ребенка способности к эмпатии, т.е. восприятия мира на уровне сердца;
- 3) формирование у ребенка внутренней потребности к самопознанию и самосовершенствованию, особенно в моральном и духовном планах;
- 4) воспитание понимания того, что человек является одновременно жителем Земли и Вселенной, что он является частицей Космоса, которая развивается по его Законам, что между человеком и Вселенной существуют глубинные энергоинформационные взаимосвязи, взаимовлияние, взаимозависимость, взаимообусловленность;
- 5) воспитание осознанного стремления человека сделать Божьи заповеди внутренними законами своей жизни.

6.7. Духовное здоровье

*Единственная власть, к которой
человек должен стремиться, -
это власть над самим собой.*

Эли Визель

В исследованиях последних лет значительное внимание уделяется духовной составляющей здоровья (Ю. А. Андреев, Л. М. Анисимова, В. А. Лищук, Е. В. Мосткова; Ю. М. Иванов, В. Т. Лободин, А. П. Шульга и др).

По мнению В. А. Лищука, духовная составляющая здоровья остается в тени при разработке научных основ социальных программ здоровья и отчетов о состоянии здоровья народа. Так, в самой большой программе ВОЗ «Здоровье для всех к 2000 году», содержащей 38 задач, решение которых необходимо для обеспечения здоровья, нет ни одной, относящейся к духовной жизни человека. Не рассматриваются компоненты духовного здоровья (творческое и гуманное отношение к себе и своим ближним, отношение к работе, отдыху как альтернативе обогащению, карьере и почестям) и в Государственных отчетах и в обзорах ВОЗ.

Д. Чопра дает такое определение духовного здоровья: «Состояние, в котором индивид чувствует в каждый момент радость и интерес к жизни, гармонию с окружающим миром; состояние, в котором индивид чувствует себя всегда молодым, счастливым, жизнерадостным». Бездуховного человека нельзя признать здоровым. Духовное здоровье зависит от максимального раскрытия духовного, нравственного потенциала человека, его сознательной устремленности к реализации высших светлых свойств личности, приобщения к культурным ценностям.

Психическое (или душевное) здоровье может рассматриваться как часть духовного. Оно является частью духовности, обязательной для общества с точки зрения обеспечения адекватного социального поведения, определяющей процессы созидания субъективного мира и его полезной реализации в

жизни. Анализируя сложившуюся ситуацию, В. А. Лищук и Е. В. Мосткова предлагают понимать под духовной составляющей здоровья способность использовать творчество и самосозидание. Чем больше свободы, чем большую часть себя и среды вы осознаете и, наконец, чем обоснованнее выбор, тем выше уровень духовного здоровья и тем адекватнее поведение человека. Духовно здоровый человек лучше осознает свою ответственность, соблюдает грань между правами и обязанностями, свободой и творчеством. Поэтому нет большей ценности, более адекватной меры индивидуального и обобщенного благополучия, чем духовное здоровье.

Развивая тему духовного аспекта здоровья, В. А. Лищук выделяет три области приложения (проявления) духовных качеств личности:

- область социального научно-технического прогресса;
- область семейных отношений, продолжения рода;
- область осознания себя.

Составляющими духовного здоровья являются:

- 1) психическое состояние человека,
- 2) уровень становления его мировоззрения,
- 3) свобода совести.

Духовное здоровье характеризуется уровнем духовного бытия: предназначением духовных потребностей (в познании и самопознании, самосовершенствовании и гармонизации окружающего мира), отсутствием эгоизма, т.е. способностью жить и действовать ради других, «отдавать», а не «брать», способность к альтруистической любви, стремление к высоким идеалам, осознанное стремление жить по законам мироздания.

По мнению О. Вишневского, духовное здоровье является главным источником силы и энергии человека. В работе «Теоретические основы педагогики» он рассматривает взаимосвязь, которая существует между физическим и духовным здоровьем человека. По его мнению, человеческий организм имеет три уровня структуры: морально-духовную, психическую и материально-физическую. Они составляют целостную систему, которая стремится к

чистоте, гармонии и равновесию. Болезнь – это нарушение гармонии и равновесия в этой системе, и лечить ее следует, исходя из целостности организма, т.е. учитывая уровни развития духовности, психики и физического состояния. Так, например, морально-этический негатив превращается в негатив эмоциональный, а он – в негатив телесный, т.е. происходит саморазрушение человека, инициированное на духовном уровне. Здоровый человек объединяет в себе черты любви, мудрости, правды, творчества. Отсюда можно сделать вывод, что человеческий организм – это целостная и взаимосвязанная система, равновесие в которой поддерживается благодаря высокому духовному уровню, являющемуся иерархически главным.

Моральность и здоровье

Доброта гармонирует с природой человека. Зло непременно приводит к смятению души и болезни тела. Проблемы морали, добра и зла становятся центральными, когда речь идет о здоровье, болезни и долголетию. В проблеме моральности особенно звучит тема совести. Не случайно народная мудрость гласит: «Лучше в обиде быть, чем в обидчиках», «Беда – не беда, если бы совесть была чиста», «Руку, ногу сломаешь – заживет, а душу сломаешь – не заживится никогда». Совесть у человека врожденная, поскольку врожденный инстинкт альтруизма, чувство правды и стыда появляются у ребенка на неосознанном уровне задолго до того, когда это можно объяснить другими причинами.

Владимир Даль характеризует совесть как «прирожденную правду на разных ступенях развития». Современное определение этой категории такое: *совесть – категория этики, которая выражает неразрывную связь морали и человеческой личности, характеризует высшую норму способности человека к моральному самоосознанию, самостоятельному определению для себя моральных обязанностей, самооценки и самоконтроля совершенных поступков.* Как внутренний моральный судья, совесть олицетворяет неразрывное единство самоосознания личности и ее эмоциональных переживаний (моральных чувств). Воспитание развивает совесть к высшим ее степеням, когда для че-

ловека лучше не жить, чем жить не по совести. И наоборот, соответствующее воспитание может заглушить альтруизм, совесть, стыд.

Табу, касающиеся моральности, возникли исторически как принципиальное условие выживания людей как сообщества и самосохранения каждого. В культуре всех народов, как заповедь, как непреложный закон морали звучало и звучит, хотя и выраженное разными словами, единое требование: не делай другому того, чего не хочешь для самого себя. Нарушив закон морали, переступив через него, человек способен на искажение самого себя. Он может даже не осознавать, что нарушил, но несознательное мгновенно зафиксировало нарушение и сразу же откликнется на него, так как механизм самонаказания в несознательном запускается несознательно. Проступок против морали, против совести, таким образом, фиксируется в несознательном и остается, живет в нем как комплекс вины и стыда.

В ситуации снижения внутренней психологической защиты неосознанное проникает в сознание, влияет на ход мыслей человека, на его действия и может, в конце концов, привести к психосоматическим заболеваниям различной этиологии (язвы, болезни сердечно-сосудистой системы, неврозы и др.). Особенно болезнетворна для отягощенной комплексом вины человека такая ситуация, когда против него совершилось то же, что он когда-то аморально осуществил против других. В этом более всего раскрывается мудрость призыва не делать другому того, чего не хотел бы, чтобы сделали тебе.

Чтобы встать на путь здоровья и дойти до истинной нравственности, необходимо сделать первый принципиальный шаг – прощение. Иногда даже кажется, что простить нельзя, что прощение аморально. Но тот, кто простил, во всех случаях лишается озлобленности в своей душе. Жить со злобой очень тяжело, это приводит к другим чувствам: подозрению, недоверию, злости, агрессивности. Древние утверждали, что человек, который не умеет прощать и живет с грузом ненависти, разрушает себя изнутри, приближая себя к болезни и смерти. То же касается и покаяния, которое во всех религиях и мировых концепциях совести рассматривается как высшая форма очищения души. В

сущности, простить и покаяться – значит жить мудро и морально, в благополучии и здоровье.

Что же ведет к болезни? Нет заповеди "не унижай другого", но унижение другого человека – один из наиболее аморальных поступков, самый тяжелый из грехов. Грех гордости – самая большая его разновидность.

Достаточно тяжелая вина для моральности – воспользоваться честностью, щедростью, добротой другого в корыстных, эгоистических целях. Это то же самое, что воспользоваться наивностью, необразованностью человека, который поверил тебе, чтобы предать его. Нет заповеди «не проклинаяй», но, проклиная другого, ты проклинаяешь себя. Страшный грех – неблагодарность. Быть неблагодарным – это то же самое, что украсть, обмануть, предать, воспользоваться добротой в эгоистических целях. Трусость, отчаяние и капитуляция перед трудностями – аморальны, и, прежде всего для самого человека, который предает себя, свою цель, свое жизненное предназначение. Аморально не подать руки тому, кто в ней нуждается, быть равнодушным к страданиям другого человека. Не зря великий Данте сказал: «Самые горячие места в аду для тех, кто в минуты моральных испытаний сохраняет нейтралитет».

Главными жизненными ориентирами являются мораль и нравственность. Рассматривая эти понятия, необходимо помнить, что мораль – это наставление о поведении, этика ума. Это критерии общественного сознания.

Выделяют следующие свойства морали: мораль от ума, она всегда целесообразна, относительна. Мораль не имеет совести.

Нравственность – это индивидуальная этика, этика сердца. Этика ума и этика сердца не всегда совпадают.

Поэтому законопослушный гражданин всегда морален, но не всегда нравственен.

Необходимость морального и нравственного поведения сопровождает каждый шаг человека.

Подводя итог сказанному, отметим, что понятия моральности и здоровья тесно связаны между собой. Начиная работу над собой, разрабатывая

стратегию и тактику самооздоровления, надо позаботиться о своей моральности, осмыслить свои действия, отношение к самому себе, другим, к миру.

Проявление духовных качеств личности на общественном и личном уровне определяется степенью самосозидания каждого человека индивидуально. В это понятие входит поддержание физической формы, физического здоровья, сохранение доброты души, в которой должны оставаться хозяевами любовь, справедливость и свобода. Люди не могут позволить ей зачерстветь, потерять активность, а затем и жизненную силу. Необходимо поддерживать психическое здоровье, справедливый обмен между вами как гражданином и обществом в той мере, в какой это необходимо для выполнения ваших общественных функций (социальное здоровье). И, наконец, – это созидание своего духовного мира. Лишь самая малая толика в нем отражает объективную действительность. Большую долю составляет духовный мир других людей, выраженный материально в виде вещей, искусственной среды цивилизации и идеально – в виде систем знаний, произведений искусства, мировоззрений, верований и способов превращения идеального, виртуального мира в действительный, реальный. Таким образом, духовное здоровье – это ваша потенциальная и актуальная способность к созданию нового. Акцент на первичность духа над телом служит основанием того, что духовность является собственно человеческой составляющей здоровья. Именно духовность – существенное отличие человека от иных живых существ.

В нашем мире, где социальный детерминизм борется с личной свободой, именно духовность определяет индивидуальное здоровье человека как личности и как свободного субъекта (рис. 25).

Постигая исторический опыт, человеку необходимо не забывать о векторе развития самого человека – развитии по образу и подобию, векторе духовности, векторе управления здоровьем.

Исходя из современного представления о человеке, для формирования здоровья необходимо освоение главных элементов воспитания культуры здоровья:

- расширения сознания;
- культуры мышления;
- культуры эмоций;
- культуры поведения.

Эти знания необходимо формировать в определенной последовательности, переходя от простого к сложному.

При изучении духовной составляющей здоровья необходимо, чтобы обучающиеся (школьники и студенты) получали знания согласно следующей программе:

- понятие о духовном здоровье человека;
- здоровье и проблемы предназначения, духовного самоопределения личности;
- связь духовных аспектов здоровья с духовными технологиями и практиками.

Критерии духовного здоровья:

- осмысленность и наполненность бытия;
- осознанное, ответственное, творческое отношение к своей жизни;
- понимание своего пути и предназначения;
- вера и религиозные переживания;
- видение перспективы, оптимистический взгляд в будущее;
- гармоничность отношений с собой и окружающим миром;
- стремление к самоактуализации;
- приоритет духовных потребностей и ценностей;
- достижение оптимального баланса между «сиюминутным» и «вечным», индивидуальным и коллективным, материальным и духовным.

Если путь выбран правильно, об этом будет свидетельствовать состояние здоровья. Уровень здоровья определяется творческим развитием личности и степенью развития духовности, выполнением ею своей миссии, своего пред-

назначения, направленностью и скоростью продвижения по своему пути, то есть гармоничностью развития.

В соответствии с вышеизложенным, основные положения стратегии здоровья включают:

- 1) формирование приоритета здоровья среди других социальных ценностей человека;



Рис. 25. Взаимосвязи здоровья и гармоничного развития человека и общества

- 2) ответственность за свое здоровье: «я хочу», «я знаю», «я могу», «я делаю»;
- 3) валеологическая образованность, превентивность знаний;
- 4) управление здоровьем:
 - а) определение уровня здоровья;
 - б) формирование оздоровительной программы;
 - в) реализация программ, оценка их адекватности и эффективности;
- 5) признание того, что человек – триединая, сложная система, состоящая из 3-х иерархических уровней, включающая духовную, психическую и физическую составляющие.

Методы формирования духовного здоровья в образовательном процессе подробно рассматривались в работах М. С. Гончаренко, Э. А. Помыткина, Т. Г. Тюриной и др.

Среди множества факторов, формирующих духовное здоровье, хочется обратить внимание исследователей на фактор пути. Это важнейший фактор духовного мира, принцип духовного развития. Движение по «пути» характеризуется скоростью внутренних изменений. Необходимо постоянное движение в направлении настройки сознания, очищения души, налаживания правильных отношений с окружающим миром. Это и есть содержание пути, которое начинается с выбора.

Обязательным является прохождение четырех ступеней: дело, вера, познание, со-творчество.

Задача духовных поисков человека заключается в том, чтобы от жизни физи

Рис. 25. Взаимосвязи здоровья и гармоничного развития человека и тран общества

новой не только его здоровья, но и благополучия окружающих его людей и природы.

Понимание духовной жизни находится в осознании своего «Я» в системе «человек - Вселенная». Для этого человек должен выполнить большую внутреннюю работу:

- сделать выбор (выбрать путь) духовного совершенствования;
- очистить все тела;
- наработать сознание, которое является местом действия духа;
- проявить последовательность, верность и устойчивость в пути (некоторые этот путь называют «правилом трех «п» – постепенность, последовательность, постоянство);
- охватить при этом основные аспекты духовного развития: веру, познание, творчество и путь.

Духовное здоровье реализуется путем:

- достижения определенного уровня становления мировоззрения;
- формирование смысловой сферы – цели жизни;
- формирование жизненных принципов и общечеловеческих ценностей;
- формирование интеллектуальной сферы путем развития логики и интуиции, обеспечивающих культуру мышления на основе приобретенных знаний;
- формирование эмоциональной волевой сферы, обеспечивающей культуру эмоций, поведения, свободу совести.

Условия формирования духовности включают взаимосвязь позитивного мышления с позитивными действиями, мудростью, волей и любовью.

Пути духовного развития человечества должны включать:

- в образовании – преобладание духовной направленности во всех видах обучения;
- в самосовершенствовании и саморазвитии – последовательные морально-этические и нравственные ступени преобразования себя.

Если физическое здоровье зависит от природных и биологических ритмов, то духовное здоровье зависит от соблюдения морально-нравственных законов.

Как же функционирует организм человека? Как осуществляется реализация поставленной жизненной цели с позиции энергоинформационного обмена, т.е. с позиции взаимодействия физического и тонкого тела? При каких условиях эти процессы приводят к формированию здоровья?

Универсальная концепция здоровья В. А. Панова.

Среди проанализированных обзоров по проблемам понимания здоровья и, прежде всего, концепции стратегии его развития особое внимание привлекают работы научной школы универсологии, возглавляемой канд. пед. наук В. А. Пановым. К рассмотрению человека он подходит, исходя из холистического системного иерархического уровня его организации, что сближает его с валеологическими стратегиями развития человека, пониманием целей и задач его здоровья – основного предмета исследований этой интегральной науки современности. Универсальная концепция здоровья исходит из следующих десяти положений:

1. Здоровье – динамическое равновесие открытой системы жизни. Такой системой может быть клетка, человек, коллектив, общество, человечество, планета.

2. Жизнь – это процесс взаимодействия организма (системы) с окружающей его средой, обеспеченный сцеплением двух явлений – разрушения и созидания.

3. Любая система имеет надсистему (частью которой является данная система) и подсистемы (элементы). Поэтому здоровье определяется параметрами надсистемы и подсистемы, а также их взаимным влиянием друг на друга. Следовательно, здоровье характеризуется:

- наличием и выполнением своей функции в надсистеме;
- полнотой структуры системы – наличием и состоянием всех элементов, их согласованной работой;

- степенью гармоничности многоуровневого взаимодействия системы с окружающим миром, способностью системы сохранять динамическое равновесие при изменении параметров окружающей среды.

4. Человек (как система) представляет собой триединство формы (личности), взаимодействия (души) и управления (духа) (рис.26). Личность под управлением души и духа рождает свою тройственность.

5. Различают две основные категории здоровья – индивидуальное и общественное.

6. Общественное здоровье формируется посредством выделения групп населения по различным признакам: половым, возрастным, семейным, профессиональным, территориальным, национальным и др. Таким образом, появляется третья категория – коллективное (групповое) здоровье.

7. Составляющие здоровья представляют семь уровней здоровья (табл. 11).

Таблица 11. Составляющие здоровья

| Человек | Общество |
|----------------------------|---|
| Целеустремленность | Идеология |
| Нравственность | Иерархия ценностей |
| Креативность | Уровень социально-экономического развития |
| Адаптивность | Уровень развития науки и культуры |
| Трудоспособность | Занятость населения |
| Эмоциональная устойчивость | Уровень межколлективной интеграции |
| Физическая выносливость | Показатели здоровья населения |

8. Каждый из семи уровней (слагаемых) здоровья формируется под влиянием комплекса факторов (табл.12).

9. Образ жизни человека включает различные виды его деятельности в окружающем мире. Окружающий мир (как система) также имеет тройствен

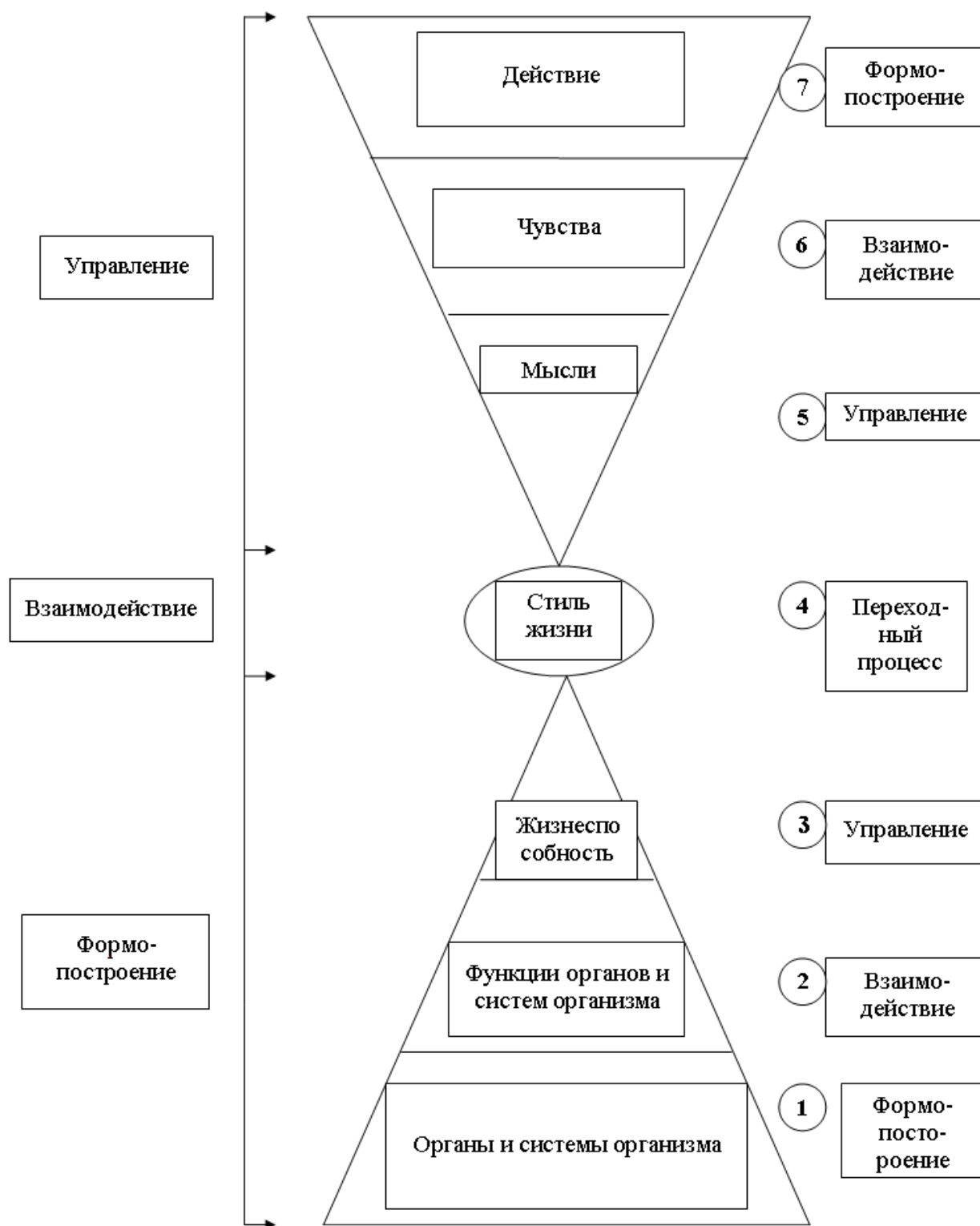


Рис. 26. Человек как единство формы

ную и в тоже время семиуровневую структуру. Деятельность человека в окружающем мире аналогична деятельности структурных элементов в его организме.

Таблица 12. Факторы формирования здоровья человека и их связь с составляющими здоровья

| Факторы | Слагаемые здоровья человека |
|---------------------------------|------------------------------------|
| Мировоззрение | Целеустремленность |
| Ценности | Нравственность |
| Традиции (стереотипы поведения) | Креативность |
| Условия жизни | Адаптивность |
| Интеллект | Трудоспособность |
| Психотип | Эмоциональная устойчивость |
| Генотип | Физическая выносливость |

Основные 7 элементов в организме человека – это 7 энергоцентров (и соответствующие им 7 желез эндокринной секреции) (табл. 13).

10. Образ жизни человека способствует сохранению и укреплению его здоровья – это здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Авторы данного направления исследований приходят к заключению, что здоровье определяется критериями качества и полноты связей человека и окружающей среды, что отражено в табл.15.

Причинно-системная профилактика. Причины болезней. Оздоровление. (Основные положения)

1. Профилактика – система мер, направленных на предупреждение возникновения и развития болезней.

2. Поскольку задача профилактики - предотвратить нежелательные явления (патологические процессы в организме человека), то важно в первую очередь знать причины возникновения таковых, а также факторы, способствующие появлению патологии.

Таблица 13. Основные элементы организма

| Железы | Деятельность желез | Деятельность человека – образ жизни | Окружающий мир |
|-----------------------|---|---|-----------------------------------|
| Эпифиз | Согласование биоритмов человека и окружающего мира | Поиск смысла жизни (целеориентация) | Природа |
| Гипофиз | Выбор приоритетов (делегирующие функции) | Воспитание ценностей (приоритетов) | Человечество |
| Щитовидная железа | Обмен веществ - управление и создание элементов организма | Созидание (создание продукта, необходимого обществу). | Государство |
| Тимус | Иммунитет (адаптация) | Обучение, культура | Общество (общественные институты) |
| Поджелудочная железа. | Энергоснабжение | Труд. | Коллектив. |
| Гонады | Воспроизводство | Создание семьи, межличностные отношения | Семья |
| Надпочечники | Мобилизация, минеральный обмен | Сохранение жизни | Материальные условия жизни |

3. Профилактика, как и любая система, должна иметь составляющие элементы, их взаимодействие и функции, подчиненные единой цели.

4. Причинно-следственная профилактика – это система взаимосогласованных мер, направленных на устранение нарушений гармоничного всестороннего развития человека.

5. Существует три группы факторов, формирующих здоровье человека: индивидуальные, факторы окружающего мира и образ жизни (табл.16).

Таблица 14. Главные условия ЗОЖ

| Уровень | Условия ЗОЖ |
|---------|--|
| 7 | Полнота проявления человека в окружающем мире |
| 6 | Правильное распределение приоритетов в соответствии с возрастом (циклом) |
| 5 | Участие в коллективном творчестве, профессионализм |
| 4 | Образованность |
| 3 | Обеспеченность |
| 2 | Коммуникабельность |
| 1 | Оптимизация потребностей |

6. Искажением является тот фактор, который проявлен недостаточно, в избытке либо дисгармонично (неадекватно).

7. Следствием искажения развития человека становятся нарушения в его энергосистеме, появление функциональных расстройств и органических заболеваний.

8. Причинно-системная профилактика предполагает:

- раннюю диагностику возможных заболеваний и определение внутренних резервов организма с помощью кардинальной психодиагностики;
- моделирование индивидуальной системы ЗОЖ на основе универсальных моделей развития систем;
- обучение навыкам ЗОЖ.

9. ЗОЖ – это единство и согласованность всех уровней жизнедеятельности человека, результатом которых является здоровье (табл. 17)

Таблица 5. Чакры человека

| Чакры | Цель (функция) | Ключевое слово | Зрелые качества | Незрелые качества | | Пер-со-наж |
|-------------|-------------------|-------------------|---|--|---|------------|
| | | | | «болото» | «зверик» | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Муладхара | Выжить | Труд | Жизнеутверждение, воин, труженик, мужество, самообладание, трудолюбие, добросовестность. | „Труд-ярмо“, трусость, небрежность, бездеятельность, самоуничтожение. | Трудоголизм, скупость, безразсудство | Пчела |
| Свадхистана | Наслаждаться | Процветание | Удовлетворенность, широта, щедрость, утонченность, профессионализм, самосовершенствование. | Узость, отсутствие такта и вкуса, дилетанство, неприятие дискомфорта. | Алчность, потребность острых ощущений, транжирство, ревность, нездоровые пристрастия. | Павлин |
| Манипура | Верховодить | Организованность | Лидерство, магнетичность, воля, порядок, целеустремленность, спокойствие, сила, справедливость. | Невыдержанность, боязнь ответственности, бессилие, страхи, конформизм. | Деспотизм, деструктивное давление, манипуляция, агрессия, демагогия, категоричность, властолюбие. | Пантера |

Продолжение таблицы 15

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|-----------------------------------|----------------------|---|-----------|--|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------------|
| Под- желу- дочная железа | Энерго- снабжение | Жизне- способ- ность | Интеллект | Труд | Обеспечен- ность | Трудоспособ- ность | Коллектив |
| Гона-ды | Воспроизвод- ство | Функции органов и систем организма | Психотип | Создание семьи, межличностные отношения | Коммуника- бельность | Эмоциональная устойчивость | Семья |
| Надпо- чечни- ки | Мобилизация | Органы и системы организма | Генотип | Сохранение жизни, удовлетворение потребностей | Оптимизация потребностей | Физическая выносливость. | Материаль- ные условия жизни |

Таблица 16. Универсальная концепция здоровья и причин болезней

| Индивидуальные факторы | Образ жизни человека | Окружающий мир |
|---------------------------------|--|-----------------------------------|
| Мировоззрение | Поиск смысла жизни (целе-ориентация) | Природа |
| Ценности | Воспитание ценностей (приоритетов) | Человечество |
| Традиции (стереотипы поведения) | Созидание (создание продукта, необходимого обществу) | Государство |
| Условия жизни | Обучение, культура | Общество (общественные институты) |
| Интеллект | Труд | Коллектив |
| Психотип | Создание семьи, межличностные отношения | Семья |
| Генотип | Сохранение жизни | Материальные условия жизни |

Таблица 17. Система здоровья человека

| Условия ЗОЖ | Слагаемые здоровья человека |
|--|------------------------------------|
| Полнота проявления человека в окружающем мире | Целеустремленность |
| Правильное распределение приоритетов в соответствии с возрастом (циклом) | Нравственность |
| Участие в коллективном творчестве, профессионализм | Креативность |
| Образованность | Адаптивность |
| Обеспеченность | Трудоспособность |
| Коммуникабельность | Эмоциональная устойчивость |
| Оптимизация потребностей | Физическая выносливость |

11. Понимание причины заболевания как нарушения причинно-следственных иерархических и синергетических связей в системных отно-

шениях человека с окружающим миром позволяет расставить приоритеты в профилактической и лечебной деятельности.

Причины болезней. Психосоматика

Заболевание – результат искажения или несбалансированности в отношениях человека с окружающим миром на том или ином уровне проявления, однородности развития.

С помощью универсальных моделей можно построить алгоритм взаимосвязей, существующих между процессами, происходящими в организме человека, и проявлением человека в окружающем мире.

Характер болезни указывает на акцент (доминанту) в сознании человека, а его серьезность и длительность – на давность проблемы.

Однонаправленность мыслей человека, сопровождающие их эмоциональные состояния и соответствующие односторонние действия создают «очаги» постоянного возбуждения в определенных зонах головного мозга (доминанты). Здесь же возникает адекватное физиологическое сопровождение наших мыслей, эмоций, поступков. Длительное время организм компенсирует разрушающий эффект однообразного воздействия и восстанавливает равновесие. Со временем функциональные расстройства становятся болезнью.

Все более популярным в медицине становится психосоматический подход. К настоящему времени психосоматические взаимоотношения – реальность в большинстве клинических дисциплин. Современная психосоматика базируется на том экспериментально и клинически доказанном факте, что эмоции могут определить функции органов и систем.

Человек, определяя для себя образ жизни как спектр деятельности в окружающем мире в каждый конкретный момент времени, тем самым регулирует уровень вероятности того или иного заболевания. Каждый вид деятельности человек сопровождает эмоциональной реакцией и волен «раскрашивать» свою жизнь в любые цвета. Не все обстоятельства жизни подвластны воле человека, а вот отношение к ним мы способны изменить.

Для каждого заболевания существует иерархия причин его проявления от наследственности до мировоззрения. Таким образом, в каждом заболевании можно выделить 7 уровней причин, степень их влияния на развитие болезни будет различна (табл.18).

Таблица 18. Взаимосвязь здоровья и причин болезней

| Факторы, формирующие здоровье | Слагаемые здоровья человека | Причины болезней |
|--------------------------------------|------------------------------------|---------------------------|
| Мировоззрение | Целеустремленность | Духовные |
| Ценности | Нравственность | Культовые |
| Традиции (стереотипы поведения) | Креативность | Групповые |
| Условия жизни | Адаптивность | Социальные |
| Интеллект | Трудоспособность | Ментальные |
| Психотип | Эмоциональная устойчивость | Психологические |
| Генотип | Физическая выносливость | Физические (материальные) |

Конечно, возраст, или жизненный цикл, в первую очередь влияет на степень проявления тех или иных причин. Так, на болезни детей влияют больше всего физические факторы – наследственность (внутренний фактор), переохлаждение, недоброкачественная пища и т.п. (внешние факторы). Более глубокие причины следует искать у родителей («ментальные проблемы родителей – физические проблемы детей»).

Но не всегда наш биологический возраст соответствует зрелости психических и духовных процессов, поэтому уровень сознания также определяет спектр причин, вызвавших имеющиеся заболевания. Какие проблемы вы решаете в жизни, где пребывают ваши мысли в течение дня, что тревожит вас и вызывает эмоциональные реакции – на этом уровне системных отношений проявится основная причина.

Кроме всего прочего, человек с момента рождения имеет набор уникальных характерных лишь для него, особенностей физического строения, черт характера, специфики интеллекта, запаса жизненных сил. Поэтому с ро-

ждения существует и предрасположенность к заболеваниям, которую можно реализовать (проявить) или нет. Индикатором выявления предрасположенности служит энергоемкость каждого энергоцентра, которую можно определить математически, используя лишь дату рождения, методом кардинальной психодиагностики. Избыток, недостаток или дисбаланс энергии на тех или иных уровнях будет свидетельствовать о наличии предрасположенности как к определенным психологическим, так и к соматическим (телесным) проявлениям.

Проекций энергоцентров в физическом теле человека являются эндокринные железы. Кроме желез, энергетические центры управляют работой определенного региона (органами и системами) в организме (табл. 19).

Все это поможет комплексно оценить вышеперечисленные факторы и раскрыть для человека тот потенциал имеющихся у него возможностей, который создаст баланс энергий и сил, необходимых для оздоровления и всестороннего развития.

Таблица 19. Взаимосвязь желез внутренней секреции с органами и системами организма человека

| Железы | Органы и системы |
|---------------------------|--|
| Эпифиз | Центральная нервная система |
| Гипофиз | Опорно-двигательный аппарат, органы чувств |
| Щитовидная железа | Дыхательная система |
| Поджелудочная железа | Пищеварительная система |
| Гонады | Половая система |
| Надпочечники | Выделительная система |
| Тимус (вилочковая железа) | Кровеносная, иммунная системы |

Одновременное формирование мировоззрения, влияние на правильный выбор представленных ценностей, развитие творческих способностей, а также поддержание физического состояния, управление эмоциями, совершенствование умений и навыков создаст условия для полноценной адаптации чело-

века в окружающем мире. По большому счету, все проблемы человека связаны с адаптацией, включая два этапа – этап приспособления к окружающему миру и этап изменения окружающего мира.

При анализе причин заболевания нужно помнить о неразрывной связи человека и окружающего мира. Главное – «НЕ НАВРЕДИ!»

В таблице 20 дается обобщенное представление о здоровье человека как критерии качества его взаимодействия с окружающей средой на разных уровнях организации живого.

Оздоровление человека – это процесс восстановления целостности: физической (в том числе физиологической и функциональной), психической и духовной. Это обретение баланса внутри организма и равновесия в отношениях с окружающим миром. Человечество накопило огромное количество методов и практик, способствующих сохранению жизни и восстановлению здоровья, а также предотвращающих появление болезней. Систематизируя оздоровительные практики, можно разделить их на следующие группы:

- 1) формирование полноты жизни;
- 2) системные программы оздоровления;
- 3) комплексные программы, групповые формы оздоровления;
- 4) сочетание различных практик 1, 2, 3 уровней;
- 5) аутотренинг, психотерапия, релаксация, тренинги;
- 6) телесно-ориентированные практики, однонаправленные (лекарственная терапия, БАД, фитотерапия, физиотерапия, различные виды физических упражнений, диетотерапия и др.).

Итак, пути формирования духовного здоровья включают:

- духовное очищение, обеспечивающее минимальное количество отрицательных эмоций;
- не совершение дурных поступков;
- приобретение навыков позитивного мышления и чистоты помыслов;

- знание и жизнь по Десяти Заповедям;
- слежение за сутью слов;
- избавление от вредных привычек;
- предупреждение сквернословия; сочетание гимнастики для тела с гимнастикой для души, которую необходимо тренировать свершением добрых дел и осмыслением своих поступков и действий.

Развитие духовного здоровья характеризуют такие качества и способности человека:

- способность к духовному общению и взаимодействию,
- гуманистическая направленность на гармоничное развитие и самосовершенствование;
- развитие черт характера целеустремленного, творчески развитого, высокоморального человека;
- развитие самосознания высокодуховного человека;
- развитие ответственного отношения к собственному организму.

Завершает главу «Духовное здоровье» наглядное изображение интегральной взаимосвязи духовных наработок человечества и уровня развития валеологической культуры личности (рис. 27).

6.8. Принципиальные и методические подходы к комплексной диагностике состояния духовного здоровья

Долгое время бытовало мнение, что уровень развития духовности человека определить невозможно. Но по мере углубления наших знаний о структуре сознания, энергоинформационном устройстве человека и иерархической роли духовности в механизмах формирования здоровья, стало понятно, что критерии оценки духовного и морального здоровья могут определяться отношением личности к Космосу, общечеловеческим, национальным и общественным ценностям. Главной из них является индивидуальная гармоничность человека относительно мировосприятия, понимания своего места в окружающей среде, характера взаимоотношений с другими людьми. Ведь гармо-

Таблица 20. Здоровье как критерий качества и полноты связей человека и окружающего мира

| Железы | Деятельность желез | Индивид | Факторы, формирующие здоровье человека | Образ жизни человека | Условия ЗОЖ человека | Слагаемые здоровья человека | Окружающий мир |
|---------------|---|------------------------------------|--|--|--|-----------------------------|-----------------------------------|
| Эпифиз | Согласование биоритмов человека и окр. мира | Мысли | Мировоззрение | Поиск смысла жизни, целеориентация | Полнота проявления человека | Целеустремленность | Природа |
| Гипофиз | Выбор приоритетов (делегирование функций) | Чувства | Ценности | Воспитание (выбор) ценностей (приоритетов) | Правильное распределение приоритетов | Нравственность | Человечество |
| Щитовидная | Управление созданием элементов организма | Действия | Традиции (стереотипы поведения) | Созидание (создание продукта, необходимого обществу) | Участие в коллективном творчестве, профессионализм | Креативность | Государство |
| Тимус | Иммунитет | Стиль жизни (индивидуальный) | Условия жизни | Обучение, культура | Образованность | Адаптивность | Общество (общественные институты) |
| Поджелудочная | Энергоснабжение | Жизнеспособность | Интеллект | Труд | Обеспеченность | Трудоспособность | Коллектив |
| Гонады | Воспроизводство | Функции органов и систем организма | Психотип | Создание семьи, межличностные отношения | Коммуникативность | Эмоциональная устойчивость | Семья |
| Надпочечники | Мобилизация | Органы и системы организма | Генотип | Сохранение жизни, удовлетворение потребностей | Оптимизация потребностей | Физическая выносливость | Материальные условия жизни |

ния являет собой наилучшее соединение и соотношение качественных и количественных признаков личности.

В процессе исследования здоровья индивида необходимо руководствоваться новыми представлениями о структурной организации человека с позиций холистического подхода, то есть развивать понимание механизмов функционирования и взаимодействия сознания, души и тела как целостной системы, изучать и оценивать состояние духовной, психической и физической составляющих здоровья.

На состояние духовного здоровья в значительной мере влияют позитивные и негативные факторы.

К факторам позитивного влияния можно отнести:

- наличие четко определенной цели жизни, к которой стремится человек;
- формирование менталитета, направленного на здоровье;
- уровень культуры – общей, моральной, духовной;
- социально полезная деятельность, высокий уровень профессионализма;
- удовлетворенность жизнью (ощущение счастья и благополучия).

Среди негативных факторов влияния на духовное здоровье следует отметить:

- отсутствие или неясность понимания смысла жизни;
- предоставление приоритетного значения в жизни материальным благам, вещам, карьере;
- отсутствие культуры здоровья;
- социальная изоляция, то есть отсутствие социальной поддержки;
- недостатки в организации службы валеологической диагностики детей, молодежи и взрослых, в частности недостаточная оснащенность ее современным инструментарием – методами оценки состояния духовного здоровья;

Э. А. Помыткин отмечает, что диагностика духовного здоровья и мониторинг роста его уровня будет способствовать сохранению, развитию и самореализации духовного потенциала молодежи, и подчеркивает, что формиро-

вание духовного нуждается в значительно больших расходах, чем подготовка специалистов в той или другой отрасли знаний, так как высокодуховные специалисты могут принести собственной стране намного более существенную пользу, чем специалисты, которые имеют недостаточно развитое духовное сознание.

Оценка качества духовного здоровья предусматривает использование средств и методов его диагностики, а также изучение оптимальных норм реакции на влияние окружающей среды, которые постоянно изменяются.

Рассматривая проблему диагностики показателей духовного развития личности, следует подчеркнуть, что более всего они коррелируют с уровнем духовного потенциала, являющимся отражением степени самоорганизации человека, уровня его сознания, направленности на общечеловеческие духовные идеалы и ценности.

Принципиальные особенности диагностики

Результаты теоретических и экспериментальных исследований методов диагностики морального и духовного состояния личности позволяют выделить главные **принципы** комплексной системы его оценки:

- **соблюдение этических норм**, то есть проведение диагностики только с согласия обследуемого с последующим ознакомлением его с результатами;
- **гуманизма**, который предусматривает выяснение влияния процессов развития общества на человека, приспособление среды к его потребностям, интересам, способностям;
- **экологичности**, который обеспечивает определение понимания личностью своего единства с природой, потребности в защите среды, в которой она существует, в тесной взаимосвязи с социальными условиями жизнедеятельности, специфики коллектива, семейных отношений и т.д.;
- **целостности**, который требует аналитико-синтетического изучения духовного развития личности в ее взаимосвязи с присущими ей чертами;

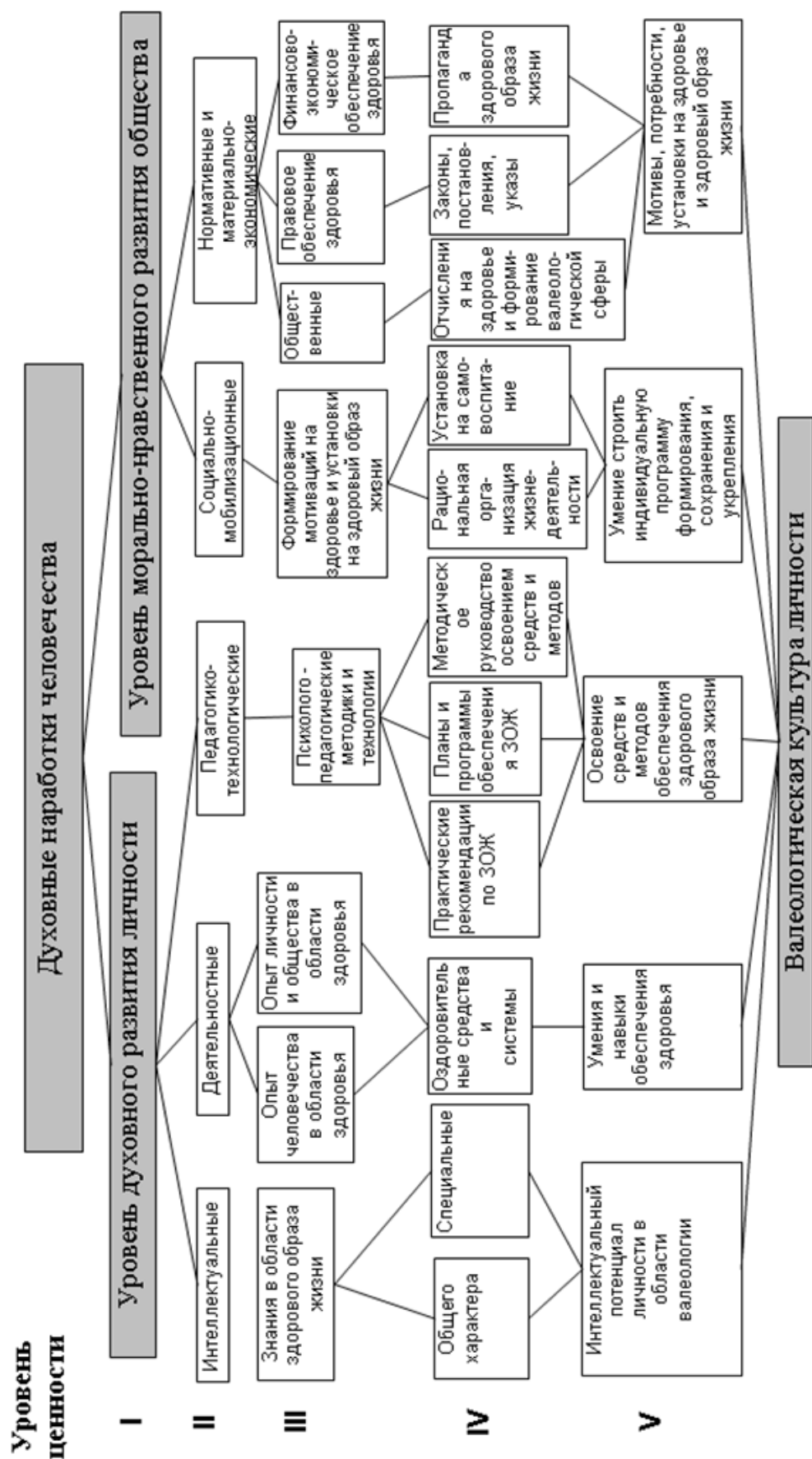


Рис 27. Структура ценностей здорового образа жизни и формирование валеологической культуры личности

- неудовлетворительная работа по подготовке специалистов в области валеологии.

- **индивидуальности**, которая воспроизводит зависимость темпов развития молодого человека от изменений, которые происходят в естественной, социальной, техногенной и информационной среде;

- **креативности**, которая связывается с последующим социальным, научным, культурным и экономическим прогрессом человечества и предусматривает выяснение и совершенствование творческой составляющей человеческой сущности;

- **всестороннего познания личности на основе объективного материала**, то есть на основании показателей и фактов, которые допускают их проверку. Этот принцип реализуется за счет теоретического анализа и обобщения существующих научных данных по вопросам духовного развития личности, а также разработки и апробации методов тестирования и анкетирования, наблюдения за поведением и деятельностью лица;

- **толерантности**, который дает возможность выяснить опыт общения и взаимодействия личности с представителями разных национальностей, религий, культурных традиций, профессий, образа жизни и тому подобное.

Как свидетельствует перечень основных принципов, духовное развитие может быть как объектом, так и субъектом научного познания, и отражаться в повседневном поведении и деятельности личности.

Именно этим принципам соответствуют избранные нами составляющие комплексной системы оценки морального состояния личности, которая даст возможность определить такие черты человека, как целенаправленность, самосознание, собственное видение жизненных ценностей, способность к общению, собственное видение себя как части Вселенной и тому подобное. Вышеуказанные вопросы освещены в методическом пособии, разработанном на кафедре валеологии философского факультета Харьковского национального университета имени В.Н. Каразина.

Диагностика духовного развития, воспитанности и культуры здоровья призвана определить эффективность воспитательной работы в школе, ВУЗе и семье, а также обеспечить успешное управление этими процессами. Использование самых простых диагностических методик в собственной практике и владение ими, навыки анализа и обобщения полученных данных обогатят человека, расширят диапазон его умений, а также обеспечат целенаправленность воспитания и самовоспитания, гуманизации и всестороннего развития личности.

Оценка духовного здоровья индивида не может базироваться на показателях, являющихся достаточно информативными для диагностики физического или психического здоровья. Методы определения его уровня должны включать тесты, нагрузочные пробы, специальные программы самоконтроля и самооценки.

Следует отметить, что комплекс специальных диагностических инструментов для оценки духовности личности, который оперировал бы средствами, способными обеспечить достоверные результаты, к сожалению, пока еще недостаточно разработаны. Сейчас главными методами оценки духовного здоровья, являются анкетирование, опрос и тестирование респондентов с использованием опросников, анкет и тестов, к которым, как правило, добавляются конкретные рекомендации относительно определения качества и количества этой составляющей здоровья.

Правильно проведенный опрос или анкетирование дадут возможность обнаружить знания опрашиваемых о культуре здоровья. Последующий анализ получаемых ответов поможет им сформировать сознательное и заботливое отношение к здоровью как наивысшей ценности, как условию реализации духовного, творческого и физического потенциала своей личности, предотвращения инфекционных, соматических и психических заболеваний, а также приобрести навыки безопасной жизнедеятельности, предотвращения действия неблагоприятных факторов окружающей среды, предупреждения травматизма и несчастных случаев, самооздоровления. Общие и индивидуальные

рекомендации студентам, ученикам, родителям и педагогам по результатам диагностики дадут возможность правильно организовать учебно-воспитательный процесс в школе, ВУЗе и дома, наладить взаимное общение, которое будет способствовать эффективному решению проблем морального и духовного совершенствования детей и молодежи. Результаты повторных исследований помогут определить степень эффективности проведенных мероприятий.

Методы, содействующие развитию духовности, а также некоторые психотерапевтические направления (аутогенная тренировка, дианетическая терапия) уходят своими корнями в древние системы (йога, религиозные символические обряды и другие практики). Поэтому валеолог должен обладать знаниями о главных идеях и практическом опыте духовного наследия человечества, используя эти знания в своей практической работе.

Оценивая уровень духовного здоровья и нравственности, следует выяснить, насколько расширено сознание человека. Это даст возможность внести в последующем коррективы на основе ознакомления детей и молодежи с духовным опытом человечества, а также с методами активного саморазвития. Для расширения сознания студентов и учеников можно использовать собеседования на фоне большой карты звездного неба. Это будет способствовать возникновению у детей чувства единства с Вселенной и восприятия ее как единого организма, а себя – как части космоса. Этот метод дает возможность показать, что последующее развитие человечества связано с раскрытием возможностей каждого человека, объединением усилий жителей всей планеты Земля в направлении безграничных возможностей совершенствования самого себя и внешнего мира, что обеспечит гармоничное развитие каждого индивида.

Суть метода трансформации характера заключается в том, что сначала каждый ученик в письменном виде фиксирует собственные позитивные качества, которые помогают ему в жизни, и негативные, которые мешают ему. На следующем этапе происходит коллективное изучение положительных и отри-

цательных черт каждого члена коллектива, которое дает возможность сравнить собственные представления о себе с представлением своих ровесников и внести в последующем определенные коррективы в самооценку и самоусовершенствование.

Как показатель духовного здоровья можно использовать наличие у человека цели и смысла жизни, его желания жить, его убеждений, черт характера, способности к творчеству и тому подобное. От осознанного выбора цели в значительной мере зависит внимание, которое человек уделяет своему здоровью. Именно ценность здоровья является главным проявлением его духовности, определяет образ и содержание его жизни.

Конкретными научными методами валеопсихологии, которые используются для оценки духовного здоровья личности, являются опрос (собеседования и беседы, интервью), анкетирование, тестирование, методы расширения сознания, трансформации характера, повышения культуры мышления и самоусовершенствования.

С целью диагностики показателей духовного развития личности Э. А. Помыткин предлагает четыре методических подхода.

Первый предусматривает осуществление анализа влияния на формирование духовного мира личности социально-психологических условий ее существования.

Второй базируется на определении ценностной ориентации и выяснении весомости духовных ценностей в общей системе ценностей личности.

Третий опирается на исследование поведения личности в условиях коллектива и создает возможности для обеспечения интеграции социометрических оценок и оценок духовной направленности поведения ученика или студента.

Четвертый подход к оцениванию степени духовного развития личности требует наличия эталонных показателей, которые свидетельствуют о стремлениях конкретного человека к духовному росту и самоусовершенствованию.

Ввиду отмеченного, приводим разработанную эталонную модель качеств и способностей высокоразвитого духовного человека.

Эта модель предусматривает квалификацию способностей высокодуховной личности к общению и межличностному взаимодействию, ее направленность на гармоничное развитие и самоусовершенствование, отмечаются черты характера, присущие такой личности.

Предоставленный перечень качеств и способностей действительно духовной личности может использоваться как своеобразный ориентир не только в процессе построения той или иной методики, но и в процессе оценивания состояния духовности и развития духовного потенциала субъектов исследований.

В качестве примера приводим данные мониторинга духовного здоровья участников образовательного процесса, выполненного на кафедре валеологии ХНУ имени В.Н. Каразина.

Методика «Оценка духовно - ценностной ориентации личности» позволяет выявить приоритетно значимые ценности, которые были разделены на



Рис. 28. Сравнительная характеристика приоритетов в структуре общечеловеческих ценностей у валеологов – слушателей ф-та ПДО и учителей

Таблица 21. Качества и способности, которые характеризуют высокий уровень духовности

| Потребно- стно-мотива- ционные компоненты деятельности. | Информационно- познавательный компонент (прием, поиск, переработка информации). | Целеобразующий компонент (принятие решения). | Результативный компонент (выполнение решения, достижение результата). | Эмоцио- нально- чувственные компоненты деятельно- сти. |
|--|---|--|---|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| А. Способности высокодуховной личности к общению и межличностному взаимодействию | | | | |
| А – I. Способность к духовному общению в литературной форме | | | | |
| 1. Потреб- ность в информации духовного характера. | 2. Способность к поиску и определению информации духовного характера и литератур- ных исследований. | 3. Способность к систематизации духовных знаний, разных философских и психологических подходов. | 4. Способность к письменной передаче своих мыслей, идей, духовного опыта, в литературных произведениях, письмах, стихотворениях. | 5. Любовь к чтению древней и современ- ной лите- ратуры духовного направления |
| А – II. Способность к вербальному и невербальному общению с высокодуховными личностями и людьми, которые нуждаются в духовной помощи. | | | | |
| 6. Потреб- ность в духовном общении . | 7. Способность к поиску новых форм общения, к восприятию духовного содержания в произведениях ис- кусства, в общении с высокодуховными личностями. | 8. Способность к восприятию нестан- дартных мыслей, идей партнеров и общения. | 9. Способность к передаче духовных знаний, опыта, к предоставлению духовной помощи нуждающимся в разных формах общения. | 10. Чувство уважения, проявление сочувствия, эмпатии в процессе общения. |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|--|---|--|---|
| А – III. Способность к духовному общению в коллективе. | | | | |
| 11. Потребность в духовном сотрудничестве с единомышленниками. | 12. Способность к восприятию духовных идей и проектов в процессе общения в коллективе. | 13. Способность видения ценного во взглядах каждого и создание единой цели, проекта. | 14. Способность создавать и поддерживать в коллективе атмосферу уважения, понимания. | 15. Чувство любви, общности, благодарности за сотрудничество. |
| А – IV. Способность к духовному усовершенствованию. | | | | |
| 16. Потребность в регулярном контакте с Вселенной. | 17. Способность в процессе созерцания, мотивации или медитации воспринимать бытие как живой целостный организм | 18. Способность относиться полученную в процессе контакта информацию с собственными взглядами, духовными идеалами, жизненной целью. | 19. Способность к расширению сознания, формированию нового мышления, новой картины мира. | 20. Ощущение единства с бытием, причастности к его жизни. |
| Б. Направленность высокодуховной личности. | | | | |
| Б – 1. Гуманистическая направленность. | | | | |
| 21. Желание приносить пользу миру, человечеству, стране, близким, проявлять мотивы гуманистического поведения | 22. Интерес к примерам гуманизма в истории человечества. | 23. Способность отличать настоящий гуманизм от показного. | 24. Способность беспокоиться о людях, отсутствие эгоцентризма. | 25. Чувство гуманизма, доброжелательность. |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|--|
| Б – II. Направленность на гармоничное развитие, самоусовершенствование | | | | |
| 26. Желание достичь и поддерживать гармонию во внутреннем мире, разносторонне улучшить себя. | 27. Интерес к собственным методам самопознания и самоусовершенствования, открытость внешнему и внутреннему миру, новым взглядам, опыту и образу жизни. | 28. Разработка плана самоусовершенствования, определение этапов достижения жизненной цели | 29. Создание собственной картины мира, целостность между телом, душой и духом, готовность изменять себя | 30. Чувство гармонии, удовлетворения от внутреннего прогресса, вера в себя |
| Б – III. Направленность эстетическая | | | | |
| 31. Желание воспринимать и создавать прекрасное. | 32. Интерес к проявлениям красоты в произведениях искусства, в природе, в душах людей. | 33. Склонность к отысканию прекрасного в явлениях мира, характера людей. | 34. Стремление к улучшению мира, выбор определенных видов искусства для реализации своих наклонностей. | 35. Чувство восторга, созвучия с прекрасным |
| Б – IV. Направленность экологическая | | | | |
| 36. Желание защитить живую и неживую природу от неразумной человеческой деятельности. | 37. Интерес к информации об экологическом состоянии природы, критическое отношение к науке и технике, которая используется для нарушения природы и манипулирования человеком. | 38. Склонность к поиску путей выхода из экологического кризиса. | 39. Стремление к участию в мероприятиях, которые направлены на улучшение экологического состояния природы (экологических рейдах и тому подобное). | 40. Чувство единства с природой, радость от осознания своей пользы. |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|--|---|---|---|
| Б – V. Направленность на духовную и творческую самореализацию | | | | |
| 41. Желание найти в социуме собственное место для принесения максимальной пользы, для выполнения жизненно важной миссии. | 42. Интерес к духовным ценностям, к примерам и самореализации высокодуховных людей, к особенностям их жизненных путей, безразличное отношение к богатству. | 43. Склонность к рассмотрению собственных идей, планов с точки зрения своей миссии в жизни. | 44. Стремление наполнять каждый день жизни содержанием, максимально полезным для себя и миру, реализация себя в разных видах деятельности, социального поведения. | 45. Чувство удовольствия, внутренней радости. |
| В. Характер высокодуховной личности | | | | |
| В – I. Черты характера целеустремленного человека | | | | |
| 46. Занятость в ценностях духовного характера | 47. Любознательность, открытость к новому | 48. Целенаправленность | 49. Терпеливость, выносливость | 50. Преданность цели, вера в нее |
| В – II. Черты характера творческого, оригинального человека | | | | |
| 51. Инициативность. | 52. Оригинальность, свежесть восприятия. | 53. Творческий поиск, жизненная мудрость, спонтанность. | 54. Ловкость, изобретательность. | 55. Остроумие, чувство фило-софского юмора (в отличие от насмешек). |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|--|---|---|--|
| В – III. Черты характера порядочного, высокодуховного человека | | | | |
| 56. Требовательность. | 57. Откровенность в общении, отказ от лицемерия, хитростей, соблюдения высоко нравственных норм поведения. | 58. Ответственность, старательность, совестливость, надежность. | 59. Смелость, склонность к героизму, готовность к риску ради своей цели. | 60. Чувство толерантности. |
| В – IV. Черты характера доброжелательного человека | | | | |
| 61. Доброжелательность. | 62. Отзывчивость, тактичность, чуткость, честность. | 63. Оптимистичность, жизнерадостность, внутренняя свобода. | 64. Верность, сердечность, великодушные, доброта. | 65. Чувство любви к близким. |
| Г. Самосознание высокодуховной личности | | | | |
| Г – I. Способность к адекватному самоосознанию | | | | |
| 66. Потребность в самоосознании своей природы, духовного «Я». | 67. Способность к самоосознанию собственных позитивных качеств и качеств, которые мешают процессу. | 68. Способность к осознанию зависимости между собственными качествами и жизненными успехами или неудачами. | 69. Способность объективно определять свои естественные наклонности и избирать родственную деятельность | 70. Уважение к себе как к части природы, Вселенной |
| Г – II. Способность к самоанализу личных качеств | | | | |
| 71. Потребность в самопознании себя в единстве мира | 72. Способность к интроспекции, созерцанию, самонаблюдению и адекватное самосознание. | 73. Способность к анализу ценностной направленности своих мыслей, слов и поступков, их сопоставления с идеалом. | 74. Способность контролировать свои мысли, состояния, слова, действия. Низкая степень внутренних конфликтов | 75. Удовольствие и осознание себя частью абсолюта |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|--|---|---|---|
| Г – III. Способность к самоорганизации духовной практики и деятельности | | | | |
| 76. Потребность в самоорганизации и духовной практике. | 77. Способность к оп-ределению и изучению ду-ховно направ-ленной ин-формации, ко-торая необ-ходима для духовно на-правленной деятельности. | 78. Способность к систематизации методов духовного роста, к предвидению духовных подъемов и кризисов. | 79. Способность к проявлениям воли и характера для систематической духовной практики и работы, которая не совпадает с собственными наклонностями. | 80. Чувство удовле-творен-ности от возмож-ности управлять своими желаниями и эмоциями |
| Г – IV. Способность к усоввершенствованию | | | | |
| 81. Потреб-ность в самосозидании | 82. Способ-ность к поиску и нахождению духовных идеалов (личностных и безличност-ных) образцов поведения. | 83. Способность соотносить свой духовный путь с путями высокодуховных личностей, разрабатывать реальный план самоусоввершенствования. | 84. Смелость, склонность к героизму, готовность к риску ради высокой цели. | 85. Чув-ство то-лерант-ности |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|--|--|---|--|
| Д. Духовный опыт личности | | | | |
| Д – I. Способность к приобретению духовного опыта | | | | |
| 86. Постоянное стремление к духовному развитию, приобретению духовного опыта. | 87. Способность распознавать отличие духовного опыта от псевдо духовного (магии, спиритизма). | 88. Способность к систематизации собственного и общечеловеческого духовного опыта, исследования преемственности духовных традиций. | 89. Способность к развитию существующих духовных учений и традиций, к выявлению новых закономерностей развития человека и человечества. | 90. Чувство удовлетворения от приобретения духовного опыта, от собственности собственного возноса в духовную казну человечества. |
| Д – II. Способность к реализации духовного опыта в повседневной жизни | | | | |
| 91. Желание вносить духовность в каждое мгновение своей жизни | 92. Способность воспринимать будничные жизненные ситуации как возможность получения духовного опыта. | 93. Способность доверять собственному опыту совместно с недоверием к псевдо авторитетам, которые навязываются извне. | 94. Готовность выносить самостоятельные моральные суждения, способность видеть ситуации извне, с позиции мудрости, любви | 95. Чувство удовлетворения от духовной самореализации. |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|
| Е. Интеллектуально-творческие способности, функции, процессы личности | | | | |
| Е – I. Вниманние и наблюдательность | | | | |
| 96. Интерес к духовным знаниям, традициям, духовным учениям. | 97. Способность в любых явлениях, пустяках замечать внутренний смысл, духовное богатство. | 98. Способность к концентрации внимания как на внешних объектах, так и на внутренних состояниях. | 99. Способность к сознательному управлению вниманием, постоянная «включаемость в жизнь», способность делать открытия. | 100. Эмоциональная устойчивость при напряженном духовном поиске, духовных кризисах, критике или успехе. |
| Е – II. Стратегическое мышление | | | | |
| 101. Установка на полную самореализацию, на достижение главных духовных целей. | 102. Способность отделять главное от второстепенного, учитывая жизненную цель. | 103. Способность предусматривать следствия своих действий, способ поведения, видеть перспективы начинаний | 104. Способность начать, продлить и завершить определенный этап духовного роста. | 105. Чувственность в успешном завершении действий. |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|--|---|
| Е – III. Полифоническое мышление | | | | |
| 106. Интерес к законам и законам внутреннего и внешнего мира. | 107. Способность к видению взаимосвязей, событий, к отслеживанию событийных внутренних состояний. | 108. Способность к творческому анализу проблем, ситуаций, событий жизни, собственного поведения. | 109. Способность к творческому синтезу, к учету разных точек зрения, взглядов. | 110. Чувство во гармонии, единства мира. |
| Е – IV. Память | | | | |
| 111. Установка на запоминание духовно весомой информации. | 112. Готовность памяти своевременно выдавать нужную информацию. | 113. Дар предвидения, пророчество на основе опыта, зафиксированного в памяти. | 114. Ясность мыслей благодаря структуризации в памяти основных принципов, законов бытия. | 115. Чувство во легкости, неперегрузки памяти неактуальной информацией. |
| Ж. Психовалеологические качества высокодуховной личности | | | | |
| Ж – 1. Ответственное отношение к собственному организму | | | | |
| 116. Интерес к собственному организму как средству самореализации. | 117. Самопознание особенностей, поиск методов физического самосовершенствования. | 118. Оздоровление организма средствами природы, соблюдение постов, вегетарианство, аутогенная тренировка и тому подобное. | 119. Усовершенствование психофизических свойств, здоровый образ жизни. | 120. Чувство уверенности в своих возможностях. |

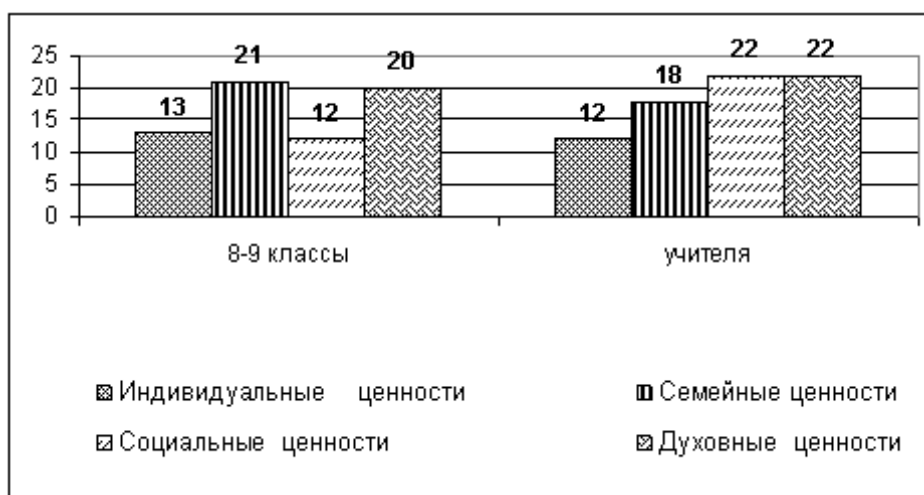


Рис 29. Сравнительная характеристика приоритетов общечеловеческих ценностей у учеников 8-9 классов и учителей

четыре блока: индивидуальные, семейные, социальные и духовные. Для сравнения опрос проводился среди различных категорий людей (слушатели последипломного образования кафедры валеологии г. Харькова и г. Одессы; учителя средних школ г. Харькова, студенты-валеологи, студенты радиофизического факультета, ученики старших классов средних школы г. Харькова) (рис. 28).

Из диаграммы, представленной на рис. 28, видно, для валеологов-слушателей ф-та ПДО духовные ценности являются более значимыми (33 балла у слушателей из г. Харькова, 30 баллов у слушателей из г. Одессы), для учителей средних школ духовные ценности менее значимы (22 балла) и имеют одинаковую величину с показателем для социальных ценностей, это говорит о том, что кафедра валеологии ХНУ им. В. Н. Каразина готовит учителей нового поколения. Это очень важно, так как эффективность работы с духовно-нравственным потенциалом ребенка зависит от педагога (рис. 29).

Опираясь на данные, представленные на рис. 29 и рассматривая связь приоритетного распределения общечеловеческих ценностей у учителей и учеников, можно говорить о высокой значимости систем ценностей у учителя и влияния этих приоритетов на воспитание молодого поколения. На диа-

грамме наглядно видна зависимость уровня ценностей, наблюдавшихся у школьников, от уровня, достигнутого учителем, как для индивидуальных ценностей (12 баллов у школьников и 13 баллов у учителей), и так и для среднего уровня духовных ценностей (20 баллов у школьников и 22 балла у учителей). Следовательно, первостепенной задачей валеологии должна стать подготовка учителей с новыми ценностными ориентациями, основанными на новых жизненных установках, на духовных приоритетах. Первые результаты в этом направлении уже достигнуты. На рис. 30 показано распределение общечеловеческих ценностей у студентов-валеологов и студентов радиофизического факультета (РФФ). У студентов РФФ уровень духовных ценностей находится на уровне учителей и учеников средней школы (23 балла), у студентов-валеологов этот уровень значительно выше (38 баллов).

Студенты-валеологи – это будущие учителя, они придут в школу с новыми ценностно-смысловыми ориентирами сознания, которые влияют на внутренние изменения личности: ее ценности, потребности, мотивы, интересы, установки, смыслы.



Рис. 30 Сравнительная характеристика приоритетов в структуре общечеловеческих ценностей у студентов валеологов и студентов радиофизического ф-та

Приведенные результаты доказывают необходимость переориентации образовательного процесса на духовно-нравственное воспитание, что поможет формированию в социуме таких ценностных ориентаций, как духовность, нравственность, культура, гуманность, долг, благородство, свобода, честь, совесть, что станет предпосылкой улучшения качества жизни.

6.9. Духовная эволюция человека.

Человек создан по образу и подобию Божьему. Его составляющими являются душевная и духовная. Конечная цель эволюции человека – подняться до уровня небесного совершенства – уровня сознания Христа, т.е. развить в себе духовную составляющую.

В соответствии с мировыми религиями и духовно-эзотерическими философскими учениями путь развития человека включает подъем и восхождение от человека духовного к божественному. Это путь познания себя и поиск Бога в себе.

Этот путь духовного роста содержит в себе три этапа: очищение, озарение и совершенствование.

Первый этап духовной эволюции человека – это очищение его душевной природы. Очищение имеет много типов и ступеней: физическая, моральная, ментальная чистота. Моральная и ментальная чистота являются составляющими душевной чистоты.

Процесс очищения – это осознанное стремление преодолеть свой эгоизм, свои моральные недостатки, вырабатывать в себе стремление жить и работать ради других.

Это непрерывный труд над собственным совершенствованием, над умением контролировать свои эмоции, чувства, мысли, осознанно культивировать в себе высшие чувства и стремления. Согласно с высшими законами, ни один человек не может приобщиться к высшим знаниям, если он не прошел перед этим испытаний, которые подтвердили бы его моральную готовность к дальнейшему обучению и овладению новыми таинствами.

Второй этап духовной эволюции – это озарение человека. Озарение происходит с человеком только в том случае, если человек имеет высшее духовное «Я», развитое до такого уровня, когда он становится способным вступать в энергоинформационное взаимодействие с духовными источниками, приводящими к раскрытию интуиции, т.е. внутреннего духовного видения. Высшее духовное «Я», согласно теософии, имеет в своем составе высшую волю (Атма), высшую любовь (Будха), высший разум (Манас). Каждый человек проходит свой собственный путь одухотворения.

Для многих процессу духовного роста способствует духовная литература.

Елена Рерих объясняла творческое взаимодействие человека с великими учениями таким образом: «Учения – это могущественная энергетическая структура, которая влияет на сознание человека, когда он соприкасается с ней. При погружении в учение происходит процесс изменения сознания человека, который вбирает в себя эту энергетику, заложенную великими творцами». Литературу духовного направления необходимо читать не глазами, а сердцем и духом. В процессе творческой переработки прочитанного развивается высшее духовное «Я» человека, раскрывается его интуиция, т.е. открывается канал связи сознание – сверхсознание с индивидуальными проявлениями «ясновидения», «яснослышания», «яснознания», «видения», «озарения».

Проблемой видения и озарения в мировой литературе занимался известный философ А.Ф. Лосев, описавший этот феномен на примерах Пифагора, Сократа, Аристотеля, Петрарки, Данте, Сведенборга, Жанны Дарк, Сергия Радонежского, Гете, Пушкина, Достоевского, Соловьева, Блока, Циолковского, Андреева и др.

В соответствии с духовными учениями, познание духовных истин может быть получено только изнутри, а не снаружи, не от внешнего учителя, а от божественного духа, который построил свой храм внутри нас. Высшая

(божественная) и внутренняя (индивидуальная) духовности могут взаимодействовать.

Расширение сознания путем синтеза сердца и разума выводит сознание на высшую ступень, позволяя видеть тайное.

Современная наука различает две формы познания: познание мистическое и познание чувственно-рациональное.

Познание мистическое своим объектом имеет мир духовный. Чувственно-рациональное познание – материальный мир, оно опирается на внешние чувства и не выходит за рамки этого трехмерного изменчивого мира. Итак, на втором этапе духовной эволюции человека – этапе озарения – у человека открывается духовное видение – интуиция.

Третий этап духовной эволюции человека – это его духовное совершенствование (трансформация его физической, психической и духовной природы), связанное с раскрытием центров высшего сознания человека (его чакр), которые вызывают изменения его психической и физической природы.

В соответствии с богословскими источниками внутренним механизмом духовного совершенствования человека являются Господние заповеди – главный закон внешней и внутренней жизни, выполняя которые человек достигает духовных вершин.

В течение веков религией были найдены разные способы развития духовности. Это – пост, чистота помыслов, слов и поступков, овладение нижними страстями и импульсами, полное отсутствие эгоистических намерений, творческая работа, развитие чувства единения со всем существующим и, главное – это любовь к людям и окружающему миру. Согласно рекомендациям учения Живой Этики причинами развития духовности в наше время являются нетребовательность, мера и сдержанность во всем, труд не на личное, а на общее благо, почтение и уважение к иерархии света. Все духовные учения, как и учение Христа, указывают на необходимость морального совершенствования и утонченности всех наших чувств, которые так необходимы для принятия благодати, которая посылается сверху.

Для этого необходима длительная подготовка организма, включающая физическую и духовную профилактику. Так необходимы очищение сердца и мышления, далее идет расширение сознания и утончение всех чувств, и воспитание сердца. Самое высокое создание космоса – человек – содержит в себе все. Человек является альфой и омегой всего сущего. Только нужно это в себе взрастить.

Для развития и воспитания духа восточная философия рекомендует следующие способы:

- 1) беседы с людьми, которые уже вступили на путь духовного совершенствования;
- 2) знакомство с духовной литературой;
- 3) сосредоточение, раздумья, медитации на высокие надличностные темы.

Анализ литературы по проблемам путей развития духовности, представленной в работе Т. Тюриной, позволяет дать следующие рекомендации:

- воспитание с раннего детства в семье и школе внутренней потребности в самопознании и самосовершенствовании, творческой работе, гармонизации окружающей среды – жить и работать ради других;
- систематическая непрерывная работа над самопознанием и самосовершенствованием своей физической, психической и духовной природы;
- осознанное очищение своей психики от негативных психологических проявлений: эгоизма, самости;
- формирование высоких чувств: конструктивного мышления, доброй воли, творческой интуиции;
- осознанное культивирование таких лучших душевных качеств как любовь, милосердие, сочувствие нуждающимся, чувства эмпатии, единения со всем миром, чувства ответственности не только за себя, но и за весь мир;

- формирование жизненного стремления жить и действовать по Заповедям Божиим, творить себя по образу и подобию Божьему;
- творческое духовное взаимодействие, сотрудничество с религиозной и духовно-эзотерической литературой.

Истинный путь духовного восхождения – это тяжелая горная тропа, где человека ожидают множественные испытания, соблазны. На пути духовной эволюции человека, согласно мнению ученых, выделяется ряд критических стадий, через которые он может проходить: кризисы, предшествующие духовному пробуждению; кризисы, вызванные духовными пробуждениями и спады, наступающие после духовного пробуждения; кризисы на стадии духовного переживания. Несмотря на все эти состояния, перевоплощения, движение вперед осуществляется, что требует от человека отваги, воли, умения делать выбор, силы.

Итак, система формирования биосоциодуховного феномена – целостного человека – содержит в себе духовное воспитание и самовоспитание тела, души и духа. Путь человека вверх по ступеням духовной эволюции должен начинаться, по мнению Сократа, с самопознания. Главным направлением самопознания являются самонаблюдение, самоанализ, самоконтроль физических качеств, мыслей, чувств, страстей, выявление светлых и темных сторон своей личности.

На следующем этапе необходимо очистить самого себя, гармонизировать и наладить свой физический проводник для формирования созвучия всего организма с высшими духовными космическими энергиями.

Таким образом, второй этап – это работа над своим духовно-физическим самосовершенствованием.

Третий этап – этап самореализации и самокоррекции, направленной на формирование позитивных качеств (конструирование мыслей, высших чувств, воспитание доброй воли). Необходимо изменить не только внешний образ жизни человека, а и все внутреннее направление мыслей, чувств для морального оздоровления своей психики.

Четвертый этап – это работа со своим высшим духовным «Я» в направлении выхода за границы своего собственного «Я» и соединения с Творцом.

Это самостоятельный и чисто индивидуальный путь творческого сотрудничества и взаимодействия с религиозной, философской и др. соответствующей литературой, духовным учителем.

Таким образом, духовный мир самоэволюции каждого человека является интуитивно-личностным, который происходит в направлении от познания себя к познанию Бога в себе.

Если на первых этапах, на уровне самопознания и самокоррекции происходит расширение и совершенствование собственной личности, то путь в вечность, к познанию Бога в себе совершается только через высшую любовь. Любовь и духовность, как пишет Т.Тюрина, тесно взаимосвязаны, и создают непрерывное единство, потому, что любовь – это божественная искра, заложенная в сердце.

Интересная типология любви была зафиксирована в древнегреческом языке, где различались слова «эрос», «филия», «строге», «агапе».

«Эрос» - любовь, или любовь – влюбленность, стихийная и страстная самоотдача ради кого-то или чего-то.

«Филия» - любовь – дружба, любовь – симпатия, обусловленная как социальными отношениями, так и личностным выбором человека.

«Строге» - любовь-привязанность, особенно в родственных связях.

«Агапе» - жертвенная, прощающая любовь к ближнему, наполненная жалостью к нему.

Христианская концепция любви соотносится с любовью-агапе, любовью смиренной, жертвенной, в то же время наполненной внутренними духовными потенциями, любовь, которая стремится всех простить и всех утешить. Именно в такой любви видится суть Бога.

Итак, суть эволюции человеческой любви состоит в самом процессе ее духовного роста от эгоцентричной любви к альтруистической – способности любить весь окружающий мир – любви божественной.

Таким образом, стремясь преобразить мир, каждый человек должен начинать с себя, потому что, совершенствуясь, изменяя личность, мы изменяем таким образом и окружающий мир, и саму планету.

Эту идею взаимообусловленности и взаимозависимости, совершенствования общества от духовного самосовершенствования каждой отдельной личности находим у многих мыслителей, философов. Об этом феномене писали Платон, Г. С. Сковорода, Шри Ауробиндо, Н. и Е. Рерихи, В. Аксенов и многие другие, именно они отмечали, что изменить коллективное сознание можно лишь при условии совершенствования индивидуального сознания каждого отдельного человека.

Все выше изложенное является серьезным теоретическим и практическим обоснованием необходимости включения вопросов воспитания духовности в образовательный процесс на всех стадиях его функционирования.

Особое внимание следует обратить на проращение этих знаний в валлеологию – науку о здоровье, так как именно наличие здоровья у человека обусловлено уровнем развития духовности и является показателем гармоничного развития его духа, души и тела.

Контрольные вопросы

1. Какие духовные законы выполняются вами?
2. Над какими духовными законами Вам еще нужно работать?
3. Взаимосвязь духа и материи
4. Что вы понимаете под религиозностью?
5. Как происходит деление всех существующих религий, религиозных учений и философских систем на три направления? Охарактеризуйте их.
6. Дух и его составляющие
7. Раскройте связь мысли и ощущений
8. Какие существуют типы мыслей?
9. Охарактеризуйте следующие понятия ум, интеллект, сила воли, привычка
10. Как превратить негативную привычку в позитивную?
11. Дайте определение термина «свобода»

12. Для чего необходимы духовные силы?
13. Охарактеризуйте несколько, на ваш взгляд, наиболее важных духовных сил.
14. Опишите составляющие духа.
15. Какого человека можно назвать здоровым?
16. Какие составляющие входят в понятие здоровья?
17. Охарактеризуйте понятие «духовное здоровье»
18. Что вы понимаете под словом «моральность»?
19. Дайте определение понятия «совесть»
20. Назовите и охарактеризуйте свойства морали
21. Что общего между моралью и нравственностью?
22. Как связаны между собой здоровье и моральность?
23. Объясните схему взаимодействия здоровья и гармоничного развития человека и общества
24. Какие элементы воспитания культуры здоровья необходимы человеку для формирования здоровья?
25. Что является показателем правильности выбранного пути и гармоничности развития личности?
26. Предложите свою программу правильного формирования ЗОЖ у школьников и студентов. Есть ли уже такая программа в школах и ВУЗах нашей страны?
27. Какие критерии духовного здоровья вы знаете?
28. Назовите и охарактеризуйте основные положения стратегии здоровья
29. Что такое фактор пути?
30. Какова концепция матрично–топологического подхода, разработанного профессором В. П. Гочем?
31. В чем заключается роль высших психических аспектов в контексте сохранения и восстановления здоровья?
32. Назовите принципы гармонизации.
33. Возможно ли управление здоровьем?

34. Охарактеризуйте 10 положений универсальной концепции здоровья

В.А.Панова:

- опишите человека, как триединство формы;
- назовите составляющие здоровья (семь уровней);
- факторы формирования здоровья человека и их связь;
- соответствие семи энергетических центров семи железам эндокринной секреции;
- главные условия здорового образа жизни.

35. Какие факторы влияют на состояние духовного здоровья?

36. В чем состоит актуальность проблемы диагностики духовного здоровья?

37. Расскажите о принципиальных особенностях диагностики морального и духовного состояния личности

38. Какие методические подходы в диагностике показателей духовного здоровья выделяет Э. А. Помыткин?

39. Оцените свой духовный потенциал с помощью таблицы «Качества и способностей, которые характеризуют высокий уровень духовности»

40. Предложите свою методику по оценке уровня духовного здоровья личности, опираясь на таблицу «Качества и способностей, которые характеризуют высокий уровень духовности»

41. Какова конечная цель эволюции человека?

42. Какие этапы духовной эволюции вы знаете?

43. Какие бывают способы развития духовности?

44. Что необходимо для развития духа согласно восточной философии?

45. Как рекомендует развивать духовность Т. Тюрин?

7. ДУХОВНОСТЬ И ОБРАЗОВАНИЕ.

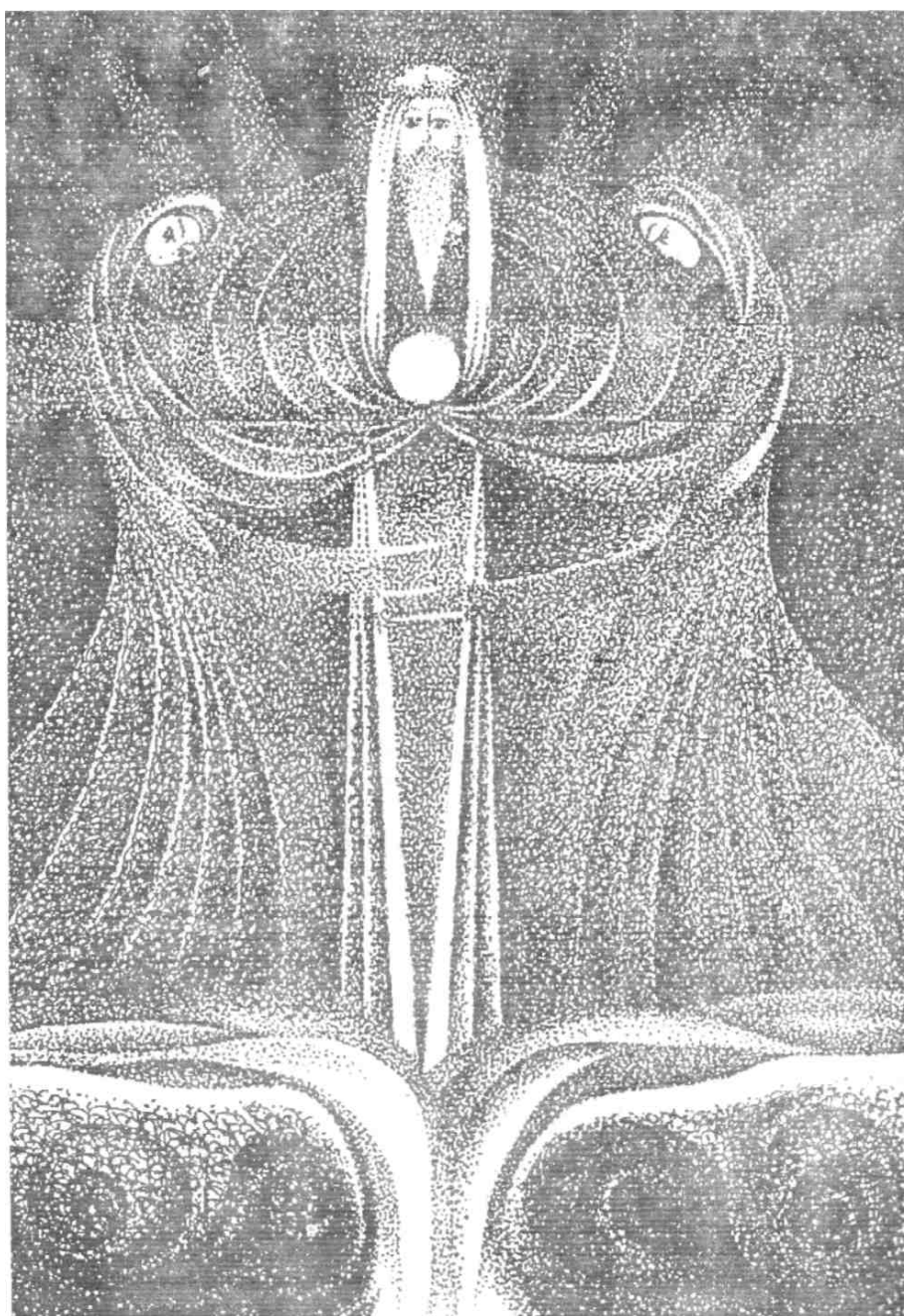
7.1. Гуманистическое преобразование педагогической парадигмы (принципы целостного интегрального образования).

7.2. Духовные ценности в системе воспитания и образования.

7.3. Пути духовного самосовершенствования.

7.4. Душевное воспитание и самовоспитание: составляющие и пути развития.

7.5. Пути духовного развития человечества.



7. ДУХОВНОСТЬ И ОБРАЗОВАНИЕ.

7.1. Гуманистическое преобразование педагогической парадигмы (принципы целостного интегрального образования).

Новый, XXI век начался в эпоху глубочайших революций: в молекулярной биологии, квантовой физике и в области средств мгновенных коммуникаций. Они изменили наши представления о мироустройстве, углубили наши знания о материи, энергии, информации и позволили по-новому – целостно, – посмотреть на человека.

В то же время новые знания вскрыли множество негативного. Прежде всего, рост невежества и бездуховности, а также несоответствие образования требованиям нынешнего времени: увеличение смертности, снижение рождаемости, выражающиеся в демографическом кризисе и грядущем вырождении нации. Выход из сложившейся ситуации видится, прежде всего, в изменении системы образования, которая должна формировать культуру здоровья населения и давать знания о здоровом образе жизни.

Мнения многих образовательных школ Европы сходятся на необходимости выработки единого гуманистического направления в системе образования.

Чрезвычайно важно, чтобы ведущим критерием грядущих преобразований являлось здоровье обучающихся на всех этапах учебно-воспитательного процесса. В Украине проблема здоровья населения является наиболее актуальной, что связано и с демографическим кризисом, и с ухудшением репродуктивного здоровья, и с низкой духовностью и т.д.

Главными причинами демографической катастрофы выступают факторы духовного свойства: рост агрессивности, тоски, тревоги, безысходности. Эти причины обозначены И. А. Гундаровым в качестве агрессивно-депрессивного синдрома.

Источником духовного неблагополучия служит нынешняя идеология, основанная на «смертных грехах»: зависти, скупости, блуде, объединении, гордости, унынии, гневе.

Но кроме того, следует помнить, что все это еще и приводит к увеличению количества инвалидов, т. е. нетрудоспособных лиц, приходящихся на душу трудоспособных, которые должны обеспечивать социально-экономическое независимое развитие государства, обеспечивать его будущее. Какой валовой национальный доход может иметь такое государство? Какое образование может давать такое государство своим специалистам, если за год на одного обучающегося расходуется около тысячи гривен, тогда как в Польше - 2 тыс. долларов, а в Японии - 13 тыс. долларов.

Вышесказанное усугубляется отсутствием должного внимания моральному воспитанию детей и молодежи. Так, например, мы проводим с молодежью работу по предупреждению ВИЧ-инфекции, но не воспитываем культуру половых отношений, не обращаем должного внимания на формирование знаний о гармоничной связи функционирования в человеке души и тела, на обучение ответственности за свои поступки, умению любить, применению этических норм поведения, которые являются регулятором взаимоотношений в обществе и фундаментальной основой ЗОЖ.

Такая ситуация способствует распространению аморального образа жизни, преступности, бандитизма и сексуальной распущенности, потере собственного достоинства, скромности, эстетических чувств и вкусов, которые характеризуют человека с высоким духовным уровнем. «Педагогическая драма воспитания, – по мнению академика С. И. Гончаренко, – стремительно перевоплощается в общенациональную трагедию».

Сегодня прогрессивное человечество понимает, что образование является интегральным фактором национальной безопасности. Если эта интеграция базируется на воспитании духовности, навыков ЗОЖ, то такое образование дает современные, прогрессивные знания, развивает творческое мышление, которое основана на современном мировоззрении, формирует духовную и моральную культуру гармонично развитой личности, гражданина-патриота Украины. И в этом свое слово должны сказать не

только педагоги, но и специалисты по общественной этике, морали, правоведы, представители государственной власти.

Давно пора руководителям СМИ, которые сегодня несут обществу деморализацию, дебилизацию и денационализацию, подумать об их роли в воспитании морали, этики, духовности, культуры здоровья, любви к национальному языку и национальной культуре у подрастающего поколения.

Поэтому вопросы здоровья детей и молодежи являются одновременно критерием и мерилom национальной безопасности и состоятельности развития нашего государства.

В целом, приведенные материалы свидетельствуют о необходимости пересмотра направления развития образования в Украине с акцентом на усиление духовно-морального воспитания детей и молодежи. Это вопрос не только качества жизни украинского народа, его здоровья и дальнейшего существования, это первоочередной вопрос национальной безопасности, и поэтому правительство Украины должно рассмотреть этот вопрос согласно его значимости. Новому времени необходимо новое мировоззрение.

Цель настоящего раздела состоит в рассмотрении необходимости развития валеологического подхода к формированию гуманистических преобразований системы образования.

Прежняя педагогическая парадигма привела к механистическому пониманию связи природы, человека, государства и общества. Она базировалась на Ньютоновско-Картезианском восприятии мира. Она углубила наше представление об окружающем мире, создала технологии по его использованию. В результате современный человек стал главной причиной нарушения мирового баланса. Это привело к серьезным нарушениям функционирования всего живого на Земле. Технократическое направление в развитии деятельности человека привело к нарушению законов развития Вселенной и к угрожающему ухудшению здоровья самого человека.

По мнению авторитетных специалистов, человечество стоит на пороге глобальной революции, которая должна вывести его на новую стадию

развития, и это возможно только в случае изменения парадигмы образования, которая будет базироваться на новых научных основах понимания мира, и человека, включающих современные представления:

- о голографическом механизме функционирования сознания;
- о дуальности материи, ее волновых и корпускулярных свойствах;
- об Эйнштейновском законе взаимодействия энергии и массы вещества;
- о новых формах взаимодействия веществ;
- о закономерности развития материи в пространстве и времени;
- о механизмах и особенностях развития материи в зависимости от гармоничности работы ее систем (уровня развития макро- и микромиров);
- о здоровом человеке, как о целостной триединой гармоничной полисистемной структуре, поддерживающей свое существование благодаря информационному, энергетическому и вещественному обменам.

Новые познания о человеке позволили сформулировать и новое представление о здоровье человека, как показателе правильности избранного им пути развития, и главном критерии выполнения норм морального и духовного общежития. Анализ нейробиологических, психологических, физиологических, физических и других научных разработок позволил представить механизм функционирования сознания как голографический процесс, являющийся составной частью голографической картины сознания мира. Анализ взаимодействия составляющих здоровья (физической, психической и духовной) подтвердил существующую с древности закономерность: познание человека осуществляется в направлении от физического к духовному, а управление здоровьем человека осуществляется в соответствии с иерархическим законом: от духовного через психику к физическому телу.

Таким образом, уровень современного физического, физиологического, психологического, религиозного, философского и других толкований

природы человека сводятся к определяющей роли духовности в формировании его здоровья.

Поэтому ведущими направлениями современного гуманистического образования должны стать формирование духовности и нового мировоззрения.

Сложившаяся на сегодня социальная и экономическая обстановка привела к пониманию необходимости качественного изменения системы образования.

Профессиональное образование характеризуется объективностью, общезначимостью и научностью. В то же время наука не содержит внутри себя этики, исчезло единство ценностей и норм культуры. Появился новый тип свободы – свобода вседозволенности, которая приводит к убийству, насилию, предательству, безнравственности. СМИ фокусирует внимание на насилии, вседозволенности и сексе, что способствует падению культуры современного общества. Забываются и отходят на второй план нравственные нормы и идеалы, общественные и национальные цели и ценности.

В современных условиях нестабильности украинского общества на образовании лежит особая миссия гаранта будущего, решающего фактора сохранения культуры и упрочнения мира. Сегодня же образование нацелено на продвижение в карьере, прогрессе, достижении материальных благ при отсутствии духовных ценностей.

Современному образованию не хватает стержневой основы, мировоззренческого ориентира, культуры.

Основываясь на глубинных познаниях природы человека, его организации, функционирования, взаимосвязи с окружающим миром, данная цивилизация должна стать действительно гуманистической. В этом отношении она более всего соответствует концепции ноосферной цивилизации, предложенной В. И. Вернадским. В поисках пути выхода из технократического тупика большая надежда возлагалась им на превращение цивилизованного человечества в новую геологическую силу, способную

перевести развитие человечества на качественно новый уровень, определяемый гуманистическими целями развития самого человека. Такой подход совпадает с общей тенденцией интенсификации гуманистической компоненты образования во всем мире.

В Украине эту функцию должны выполнять валеологи, именно у нас в стране официально существует профессия «валеолог»: в Государственный классификатор профессий Украины ДК 003-95 (изменения и дополнения № 4) внесены следующие профессии:

2359.2 - педагог-валеолог

3340 - ассистент педагога-валеолога

2359.2 - методист-валеолог

2359.1 - научный сотрудник (валеология)

А в Государственный стандарт базового и полного общего среднего образования введено новое направление «Основы здоровья» с духовной, социальной и физической компонентами.

Приказом Министерства образования и науки Украины №277 от 08.05.2003 г. в Перечень направлений и специальностей, по которым осуществляется подготовка специалистов в высших учебных заведениях, внесены следующие дополнения:

по направлению

0101 «Педагогическое образование»

введена специальность «**валеология**»

по следующим образовательно-квалификационным уровням:

6.010100 - «бакалавр»

7.010108 - «специалист»

8.010108 - «магистр»

В аналогичном перечне 2006-07 года выделена отрасль знаний «Физическое воспитание, спорт и здоровье человека» с направлениями подготовки для бакалавров 6.010201 «физическое воспитание», 6.010202 «спорт», 6.010203 «здоровье человека», а бакалавры по специальности

«здоровье человека» могут продолжать обучение в магистратуре по одной из следующих специальностей: 8.01020301 «Валеология», 8.01020302 «Физическая реабилитация», 8.01020303 «Фитнесс и рекреация».

Главная задача, стоящая перед нами, – наполнить это направление новым содержанием. К сожалению, нынешняя ситуация характеризуется переходом от чисто физического оздоровления к внедрению в образовательный процесс разнонаправленных инновационных технологий, здесь и

- демократизация;
- йододефицит;
- интерактивные игры;
- вредные привычки;
- борьба со СПИДом.

Однако, образовательный процесс должен быть систематизированным, гармонизированным и иерархичным.

Очень часто за новыми образовательными инновационными технологиями мы не видим главной идеи образования.

Образование должно давать целостное представление о мире и человеке – не обломки и кусочки зеркальных отражений, а цельное представление, в котором каждый должен найти свой путь к самоусовершенствованию. Поэтому, вводя очередную инновацию, мы должны помнить, что мы строим целостное здание познания, правильность которого проверяется через развитие здоровья.

Отсюда вытекают **принципы целостного гуманистического интегрального образования**, отражающие проявление всеобщих законов развития жизни, а именно:

- Закона единства и борьбы противоположностей;
- Закона преемственности и подобия;
- Закона ответственности;
- Закона ритма;

- Закона свободы выбора.

Рассмотрим кратко принципы, вытекающие из этих законов. Так, отражением **закона единства и борьбы противоположностей** являются:

- Принцип осознания иерархического управления;
- Принцип сотрудничества, который является проявлением вертикального взаимодействия сознания личности и коллектива, человеческого сообщества и планетарного разума;
- Принцип группового согласия, когда в коллективе через резонанс сознаний достигаются общие цели;
- Принцип группового взаимодополняющего творчества, проявляющийся через горизонтальное (синергетическое) взаимодействие.

Отражением **закона преемственности и подобия** являются:

- Принцип преемственности образования и аккумуляции знаний;
- Принцип фрактальности образования, предусматривающий, что структура каждого этапа познания подобна структуре любого другого этапа;
- Принцип нравственности и культуры образования;
- Принцип ментального различения.

Критерием, определяющим инволюционную и эволюционную направленность творчества, является качество достигнутого результата, определяемого уровнем сознания и способностью применения всеобщего закона развития.

- От разделения, анализа к объединению, синтезу.

Отражением **закона ответственности** являются:

- Принцип справедливости;
- Принцип осознанности;
- Принцип обязательного применения полученных знаний.

Полученные знания должны передаваться дальше для развития творчества людей в окружающем мире.

Применение знаний формирует расширенное сознание с его позитивными и негативными проявлениями, позволяющими корректировать программы развития.

Отражением **закона ритма** являются:

- Принцип цикличности развития, накопления опыта. Завершение каждого семилетнего цикла характеризуется повышенной стрессовостью и наличием кризисных ситуаций в жизни человека, что формирует программу дальнейшего развития.

- Принцип ступенчатости образования.

- Принцип системности и последовательности. Системность в образовательном процессе – это умение обобщать, осознавать внутреннюю связь между предметами, явлениями, способность формировать в сознании человека целостную картину окружающего мира.

Отражением **закона свободы выбора** являются:

- Принцип устремленности: через осознание необходимости, целесообразности – формирование устойчивого интереса к познавательной и преобразовательной деятельности.

Искажение или отсутствие этих убеждений приводит к потере смысла жизни, к болезням, порокам. Отсюда нарастание суицида, алкоголизма, наркомании и других девиаций как ухода от ответственности в реализации себя как личности. Задача образовательно-воспитательного процесса – через применение знаний развивать нравственное отношение к жизни.

Процесс реформирования образования в Украине является чрезвычайно важной проблемой. Выбор государственной инновационной стратегии развития украинского образования представляется сегодня в качестве важного признака ее вхождения в общеобразовательный европейский процесс.

Болонский процесс требует от нас прийти в Европу таким образом, чтобы обогатиться ее опытом и ничего не потерять из наших инновационных разработок. Развитие инновационной среды в образовательном секторе

касается не только разработки и внедрения нового содержания, новых педагогических технологий. Это, прежде всего, процесс реформирования системы качественных изменений в деятельности педагогов, стиля их профессиональной жизни, мировоззрения и мышления.

В III тысячелетии нельзя читать лекции с позиций устаревшего мировоззрения. Наука должна управляться нравственными законами – это заповеди, которые 2000 лет назад были сформулированы в Нагорной проповеди. Становление инновационной среды рассматривается как процесс появления новых признаков, форм, свойств, что приводит к переходу от одного качественного состояния образования к другому, более высокому.

Направленность изменений в рамках структуры инновационной среды выражается в:

- стратегической направленности инновационной среды;
- тактике инновационной среды;
- содержании инновационной среды;
- организации инновационной среды.

Уровнями развития инновационной среды, согласно Л. Г. Ващенко, являются: адаптивный, профессионально-репродуктивный, творческий и стратегически-целевой.

В настоящее время выделяется девять критериев инновационной среды, а именно:

- 1) стратегическая направленность,
- 2) широта распространенности,
- 3) интенсивность,
- 4) формализованность,
- 5) упорядоченность,
- 6) когерентность,
- 7) информационность,
- 8) профессиональность,
- 9) социально-культурная активность.

Образовательный процесс должен обеспечить гармоничное сочетание личных целей ученика и социально значимых целей общества во взаимодействии культуры и образования.

Недопустимо безоглядное копирование западных образцов. Необходимо сохранить традиции и национальные ценности украинского общества. Поэтому значительная роль в современном образовании должна отводиться познанию себя как единой структурной организации, включающей физическую, психическую и духовную составляющие, находящиеся в гармонии с окружающей средой.

Согласно Государственному стандарту базового и полного среднего образования Украины знания эти формируются последовательно, непрерывно усложняясь, позволяя человеку усвоить законы и закономерности ЗОЖ, культуры и нравственного поведения.

Показателем правильности выбранного пути и гармоничности развития является здоровье. Таким образом, уровень здоровья определяется степенью развития духовности и творческим развитием личности, выполнением своей миссии, своего предназначения, направленностью и скоростью продвижения по своему пути.

7.2. Духовные ценности в системе воспитания и образования.

7.2.1. Духовность в образовательном процессе. У каждого человека свое направление, свой путь, своя миссия. В отличие от других представителей живой материи, у человека есть право выбора пути, и в зависимости от этого выбора человек либо поднимается в своем развитии, находясь в гармонии с творцом, либо опускается, наработывая грехи, пополняя силы зла.

Что же является определяющим в этом процессе?

Какова роль системы образования?

Если говорить о начальном этапе становления человека и его здоровья, то это понимание того, что хорошо, а что плохо, что можно, а чего нельзя.

И воспитывать эти свойства должны родители, семья, далее школа. Первой духовной азбукой, первым уровнем приобщения ребенка к морально-нравственным принципам общежития должны быть знания десяти Господних заповедей и понятие о семи смертных грехах (табл. 22, 23).

Таблица 22. Библейские заповеди

| № | Содержание заповедей |
|----|---|
| 1 | Не сотвори себе кумира, служи и поклоняйся только Богу. |
| 2 | Не поминай напрасно имя Господа твоего. |
| 3 | Помни день субботний, чтобы праздновать его. Шесть дней работай и делай всякие дела свои, а день седьмой – субботу Господу Богу твоему отдай. |
| 4 | Уважай своих родителей, чтобы продлились дни твои на земле. |
| 5 | Не убивай. |
| 6 | Не прелюбодействуй. |
| 7 | Не кради. |
| 8 | Не говори неправды. |
| 9 | Не желай ничего, что есть у ближнего твоего. |
| 10 | Не судите и не будете судимы. |

Учебный процесс тесно связан с воспитанием, тем не менее, взгляд на процесс воспитания претерпел за последние годы кардинальные изменения. Для описания старого подхода определяющим может быть известное высказывание И. М. Сеченова о том, что в характере человека лишь 1/1000 зависит от природы человека и 9999/10000 – от окружающей среды. Соответственно и вся система воспитания строилась по принципу закрепления у человека определенных внешних установок, без учета характера, индивидуальных особенностей детей, к тому же приводило усреднение, наблюдавшееся в учебном процессе.

Учебный процесс обеспечивает развитие разума, получение знаний, воспитание тела через физкультуру и спорт. Воспитание же духовности включается в него между прочим, и никто не знает, кто должен этим заниматься, ведь педагогов этому не учат. Некоторые образовательные системы, например, американские и канадские, поручают изложение этих вопросов представителям различных религиозных конфессий.

Таблица 23. Семь смертных грехов

| Послание Иоанна | С. Н. Лазарев | |
|-----------------|---|---|
| | Очередность грехов в современных условиях | Дополнение к посланию Иоанна |
| 1. Зависть | 6 | 1. Прерывание беременности на 5-м месяце |
| 2. Скупость | 4 | 2. Убийство Божественных чувств в себе и других, предательство любви ради материальных благ |
| 3. Блуд | 7 | 3. Нарушения против времени: сожаление о прошлом, настоящем или будущем, желание ускорить или замедлить события |
| 4. Объедение | 2 | 4. Чувства ненависти и обиды, грубого отношения к людям. |
| 5. Гордость | 1 | 5. Злословие в адрес живых и неживых объектов |
| 6. Уныние | 5 | |
| 7. Гнев | 3 | |

Но у науки и религии разные предметы исследования: религия изучает отношение человека к Богу, а наука – законы сотворенного Богом мира. И методы исследований разные, хотя иногда и пересекаются.

Современная система образования всех ступеней (школа, ВУЗ, аспирантура) направлена преимущественно на развитие деятельности левого полушария, т.е. рационального логического мышления, аналитического восприятия действительности. В современных вузах готовят много

грамотных специалистов и значительно меньше – талантливых, способных оригинально мыслить специалистов. Наибольшее внимание уделяется наполнению студентов специальными знаниями, а не развитию общего творческого потенциала.

Традиционные методы работы системы образования преимущественно направлены на формирование адаптационных механизмов человека к социуму через усвоение им соответствующих социальных ролей, культурных образов, традиций данного этноса. Это способствует развитию левого полушария студента. Такая односторонняя направленность лишь на развитие механизмов левого полушария приводит к торможению правосторонних процессов, не способствует развитию творчества, раскрытию духовности, активизации интуитивных возможностей.

Проблема развития как левого, так и правого полушария, гармонизация их деятельности находится в центре внимания современных ученых, педагогов-новаторов.

Над проблемой раскрытия творческих возможностей детей, их развития, интуитивных способностей работают школы М. Монтессори, Живой Этики, Н. Щетинина, М. Чумарной (Львов), Вальдорфская школа, школа В. Бронникова.

Проблема раскрытия творческих возможностей личности, развития ее интуитивных способностей, становления ее в качестве духовной сущности стала одной из актуальнейших для системы образования.

Духовное развитие человека и общества станет возможным при условии высокого уровня образования каждого человека, знания мировой культуры, понимания своей роли в создании ноосферы на нашей планете, для чего не обязательно быть хорошим писателем или художником, можно быть и хорошим творческим читателем и зрителем, и именно этим сделать свой вклад в создание высокой культуры в каждом уголке нашей страны как в городах, так и в селах. Только высокая внутренняя культура позволит человеку помнить о правах человека, человеческом достоинстве, не даст

никому себя унижать, будет помогать власти в решении этих вопросов, создать развитое общество.

Интересные перспективы развития духовности в современном образовании видит А. Осипов.

1. На современном этапе развития человечества все более остро стоит вопрос изменения приоритетов в просвещенческой деятельности. Это изменение предусматривает переход от ориентации ученика на приобретение знаний (в данном случае подчеркивается «человек умный»), парадигмой, в которой есть научно-теоретическое постижение действительности – к пониманию природы человека как «человека духовного», где приоритетной целью становится воспитание личности, основу которого составляет духовно-практическая парадигма образования.

2. Современная методология воспитания большей частью ориентируется на приобретение знаний из области этики, права, философии, искусства. Духовность в этом случае отождествляется с их совокупностью, при акцентуации одного из аспектов: или рационального, логического, или художественно-эстетического, или морального. При формировании основ духовности следует иметь в виду, что: во-первых, определение как способ их конституирования по своей форме является логическим действием и потому принципиально не может быть инструментом постижения духовности. Во-вторых, признаком рационалистической процедуры есть ориентация на принципы объяснительных процедур, в то время как духовность конституируется процедурами понимания (по В. Дильтею – объясняющими и понимающими).

3. Духовность, как гармония между практическим и теоретическим пониманием действительности, конституируется на психосоматическом уровне антропо-бытия – телесности, где существует исходная тождественность субъекта и объекта, – которая в эпистемологической* парадигме разворачивается к их противопоставлению. Духовность – не эпистемологическая категория, а является самим бытием человека, т.е. имеет

*эпистемология – теория познания онтологический статус. Духовность является практикой жизни, на началах которой возрастают знания. Поэтому на смену парадигмы знания как формы познания действительности должна прийти парадигма воспитания как способа самосовершенствования личности и создание ею бытия.

Гуманизация образования допускает решительное изменение стратегии образовательного процесса, осуществление поворота высшей школы к субъектам обучения – студентам, – уважению их личности, доверию к ним, принятию их личностных целей, запросов и интересов, созданию благоприятных условий для раскрытия и развития способностей. Подобная задача может решаться лишь в условии адекватной личностно-ориентированной модели образовательного процесса, в котором овладение естественнонаучными, гуманитарными и профессиональными знаниями строится, исходя из логики развития личности и особенностей образовательных задач высшей школы.

Гуманизация воспитательного процесса наиболее эффективно осуществляется тогда, когда происходит развитие творческих способностей и гражданских качеств личности, создается комфортный нравственно-психологический климат, атмосфера взаимодоверия, взаимоуважения и взаимответственности, социокультурная среда, которая стимулирует к самопознанию и самосовершенствованию, при этом учитываются индивидуальные особенности студентов: происходит демократизация управления высшей школой; очеловечивание всего содержания учебно-воспитательной деятельности, всех видов и форм взаимоотношений между участниками учебно-воспитательного процесса.

Ведущим в деятельности педагогов в учебно-воспитательной работе вуза становится принцип культуuroтветственности, а сам образовательный процесс – личностно-ориентированным. Это означает, что культурное ядро содержания образования составляют универсальные, общечеловеческие, общенациональные и региональные ценности. На практике свое отношение к

студенту преподаватели стараются строить, вступая во взаимодействие с ним как со свободной личностью. Это выражается в том, что на лекционных, практических, семинарских занятиях происходит диалог по схеме «преподаватель- студент», что не является ничем иным, как прикосновением к душе воспитанника, проникновением в его мир, возможностью воспринимать, понимать, ощущать и откликаться на чувство другого человека, попыткой усовершенствовать, скорректировать и изменить что-то в нем на лучшее.

Миссия воспитателя, учителя, наставника, как утверждает С. Мухина, должна выполняться светло и бескорыстно, т. к. обучающий получает дополнительный приток чистой космической энергии и информации в качестве «поощрительной помощи».

Необходимо помнить и понимать, что, преломляя отдаваемые знания через свое эго, человек может загрязнить их мыслями тщеславия, гордыни, меркантильности, за что и получит наказание.

Постоянный и слаженный энергоинформационный обмен внутри физического тела служит человеку и помогает его духовному росту. Уровни– планы человеческой сущности взаимосвязаны с высшими космическими энергиями.

Пронизывающие человека волны окружающего мира (энергии космоса, объектов природы, людей) вызывают различные реакции взаимодействия, которые каждый раз заканчиваются соответствующими мыслями, ощущениями и поступками (рис. 31).

Воспитание будущего специалиста основывается на таких аспектах: самопознание, осознание своих чувств, качеств, формирование «духовного интеллекта», общности как основы украинского национального характера, соотнесение себя с требованиями общества, профессии, веры, семьи. И на этой основе – способность к духовному катарсису, очищению, раскаянию. Следующим аспектом воспитания должно быть: полное развитие творческих способностей, самоактуализация, которая ведет к личностному росту,

формированию собственных суждений, высокой ответственности, отсутствию конформизма.

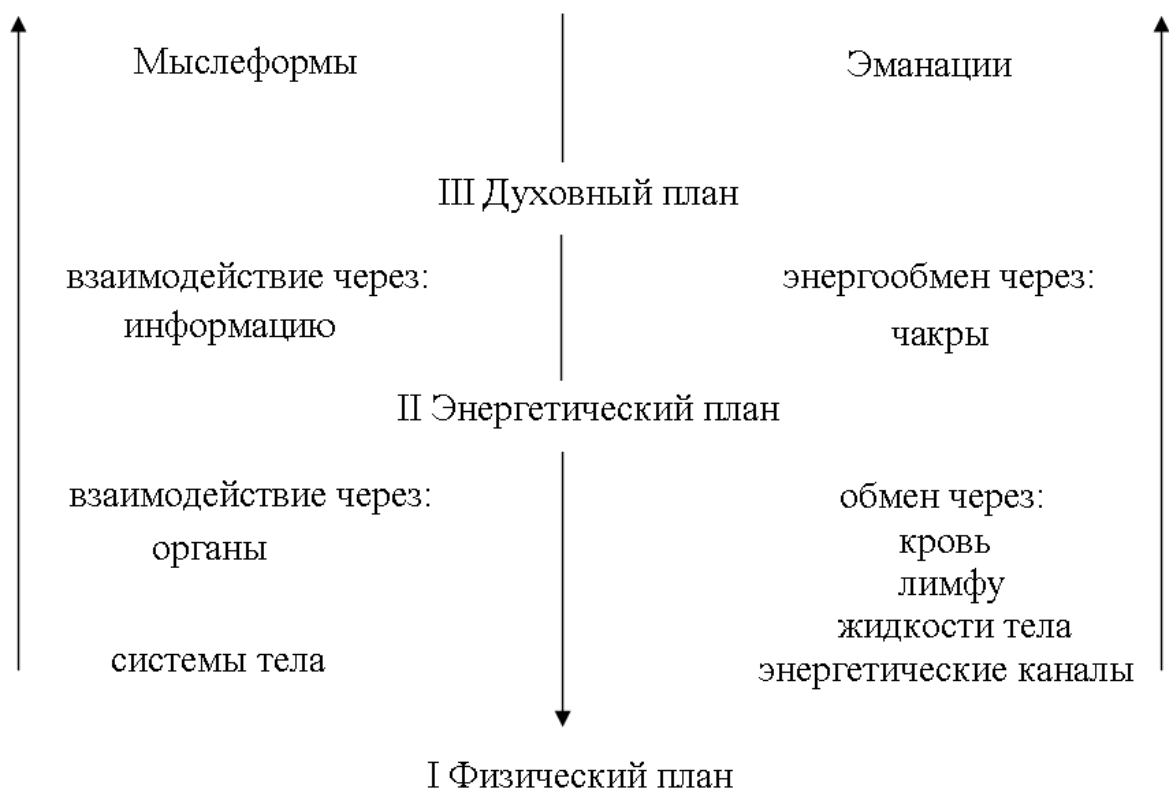


Рис 31. Схема энергоинформационного обмена на разных планах человеческой сущности.

Наиболее эффективными средствами стимулирования процесса воспитания студенческой молодежи, как утверждает Т. Кухтик, является работа в микрогруппах, дискуссии, турниры, дебаты, научные конференции, обсуждение произведений, размышления, проблемные задачи, использование образов произведений искусства, защита проектов будущего.

В инновационной методике учебно-воспитательного процесса ВУЗа, как утверждает А. Осипов, должен преобладать набор средств и приемов, из которых можно выделить черты, направленные на формирование внутреннего человека, ядра личности, основанные на личном духовном опыте, обращенном к целостному человеку – его разуму, воле, чувствам, к его сердцу и душе, разнообразию путей и форм духовной жизни. Педагоги учат

строить диалог с самым собой, другими людьми, миром в целом на основе общечеловеческих ценностей, наполнять свой внутренний мир новым содержанием, избирать высокие, гуманные жизненные цели, возрождая традицию педагогического диалога, основанного на глубинном, внутреннем взаимопринятии личности педагога и студента на основе общих ценностей, идеалов, содержаний, авторитетов. Ведь именно направленность педагога, имеющего выраженную творческую индивидуальность, характеризует наличие ценностей, убеждений и идей, которые составляют внутренний стержень личности и деятельности педагога: гуманистическая доминанта личностных целей, представление о цели своей деятельности как высокой миссии развития человека. Именно такой преподаватель способен создать условия, которые содействует раскрытию талантов и реализации способностей своих студентов, дают толчок к их общему творческому взаимодействию, которое имеет главное значение для духовно-морального воспитания, для духовной реабилитации всего общества.

Новое время, новые идеи, новые мысли. Предпосылкой к преобразованию должны стать изменения в науке, выражающиеся в этическом и нравственном возрождении.

«Есть одна основная наука – это наука о добре, все остальные без нее не имеют значения». Этически-нравственное воспитание – вот основа образования, а не только информационная загрузка, развивающая интеллект. Необходимо воспитание душевных, духовных качеств, именуемых в психологии высшим «Я» в человеке, или Христосознанием в религии. «Вы – храм Божий, и дух Божий живет в вас», – говорится в Библии. Открытия ученых в области энергии и информации (торсионные поля, лептино и т.д.) раскрывают нам огромные просторы в области знергоинформационного развития человека. Принцип анализа, присущий науке прошлого, переходит в принцип синтеза. В науке делили атом, в медицине – человека, в психологии существует психоанализ Фрейда. При новом подходе есть единая Вселенная, жизненные принципы в человеке, психосинтез в психологии. В науке о языке

мы изучали части слова, (приставка, корень и т.д.), но почему-то опустили самое важное – это воздействие слова. Ученые проводили исследования энергоинформационного воздействия на воду, и сделали вывод о молекулярном изменении воды после определенных воздействий: биополя экстрасенса, слова, музыки. Оказалось, что их действие может быть как разрушающим, так и созидаящим. Открытия в области энергоинформационных технологий и анализ результатов их внедрения являются доказательством необходимости совершенствования морально-этического самовоспитания. Невозможно научить человека против его воли, можно только помочь ему научиться, доказав прямое взаимодействие между нравственностью и здоровьем, счастьем человека. Воспитание человека как лидера своей судьбы, понимание лидерства как ответственности за себя и общество поможет раскрыть в себе внутренние богатства, присущие именно этому человеку. В природе никогда ничего не повторяется, в ней нет ничего одинакового, а только похожее. Нельзя найти на одном дереве двух одинаковых листьев, есть только похожие. Насколько важен и неповторим для общества каждый человек, сумевший раскрыть свое внутреннее «Я»!

Все это можно рассматривать как самосовершенствование и, конечно же, оно не может заканчиваться с окончанием школы или института. Это процесс, ради которого, возможно, живет человек. Это подтверждается тем, каким успехом пользуются такого рода тренинги и семинары среди людей различных возрастов, и с какой любовью и энтузиазмом рассказывают участники таких семинаров о своих личных победах и достижениях. Энергоинформационное воздействие связано с мыслями человека (как посыл, так и восприятие мыслей человека).

Зная это, понимаем, насколько возрастает ответственность не только за само действие учителя, но в гораздо большей мере – за его мысли и слова.

Основным качеством учителя должна стать любовь, умение видеть в ученике самое лучшее, что в нем есть, видеть в нем человека, его суть, а от

всего отрицательного, как от несовершенного мусора, необходимо помочь ученику очиститься.

Когда учитель несет в себе любовь, тогда ученик открывается навстречу любви учителя, и ученик воспринимает не только то, что говорит учитель, но и то, что он не досказал. Как сказал академик Щетинин: «В нашей «Школе радости» учитель даже не имеет права подумать, что ученик не знает, исключает слова «я не знаю», заменяя их на «не успел познать». Вера окрыляет. Критика убивает в человеке самое ценное, что в нем есть, – чувство собственного достоинства.

Как утверждает Т. В. Кухтик, общественное сознание в Украине конца XX века характеризовалось специфическим феноменом – новым подъемом и расцветом педагогико-гуманистической мысли. Она пришла на смену научному подходу, когда стало очевидным, что данная научная парадигма не способна дать исчерпывающий ответ на сущностные вопросы бытия. Такое явление периодически повторяется, когда в обществе нарастают деструктивные процессы, а традиционный тип мировоззрения, обеспечивавший социальную стабильность и преемственность, нуждается в переосмыслении.

Во время экономических неурядиц и кризисов мы все более ощущаем, что личность (особенно молодежь, которая еще формируется как личность) теряет духовные ориентиры и действительные жизненные ценности, неустанно двигаясь к моральной деградации.

- Среди причин деструкции, которая происходит в молодежной среде, исследователи отмечают важный недостаток аксиологических** и духовных моментов. Становление демократического общества происходит стихийно, без ориентации на ценностные приоритеты, неуправляемость этих процессов может вызвать тяжелые последствия.

* аксиология - философское исследование природы ценностей

Тенденции развития высшего образования в Украине отвечают таким общим образовательным направлениям:

- продуцирование новейших образовательных технологий, которые будут иметь значение для развития научно-технического, научно-технологического направления жизнедеятельности страны.

- подготовка специалистов, способных работать на стыке нескольких дисциплин или наук;

формирование системы непрерывного обучения и переподготовки кадров, что обусловлено необходимостью более быстрого усвоения объема

- информации.

Опираясь на разнообразные подходы к дискутированию по поводу просвещенческих проблем, связанных с глубинными, парадигмальными изменениями понимания самого смысла и возможностей образования как широкого социального явления, М. Яковенко считает необходимым выходить за пределы традиционных вопросов преподавательской деятельности и педагогических технологий.

Образование должно совершенствоваться с учетом мировых тенденций развития высшей школы. Оно должно в большей мере отображать именно научную картину мира.

Новые тенденции мирового развития, возрастающая роль личности в истории отражаются в трансформации системы образования.

Все больше осознается императив выживания и глобальной ответственности каждого человека; признается объективная необходимость многогранности, гибкости мышления в восприятии мира, изменяется роль образования как фактора формирования инновации - активной личности.

Традиционно просвещенческие инновации делят на дидактические, научно-просвещенческие и воспитательные. Научно-просвещенческие инновации возникают вследствие исследований, имеют непосредственное влияние на ход учебного процесса, являются его логическим продолжением и развитием, освещаются в содержании учебных курсов, стимулируют

творческий процесс и интерес к избранной профессии, развивают способности. Что касается воспитательных нововведений, то они направлены на разработку, внедрение и использование новых приемов, методов воспитания, изменение ценностных ориентаций студентов, связанных с формированием потребностей, установок личности, формированием жизненных позиций, которые принесут пользу за границами просвещенческой деятельности.

Высшее образование должно формировать духовные ценности, определенную культуру для полного адекватного самовыражения.

По результатам социологических исследований, проведенных среди студенчества, современный культурный человек олицетворяет:

- ЗОЖ (76,5%);
- культуру общения (72,4%);
- знание современной культуры (61,2%);
- знание культурного наследия других народов (59,7%);
- профессиональную творческую самостоятельность (37,2%);
- экологическую образованность (29%);
- политическую культуру (24,9%);
- культуру менеджмента (14,5%);
- культуру маркетинга (12,8%);
- владение моральной культурой (57,1%).

Фундамент этой пирамиды опирается на социальные и гуманитарные знания, знания о человеке, а все другое, в том числе и профессионализм, занимает менее значимые для культурного человека позиции.

Современное образование все более устремляется к гуманизации.

Лидер Римского клуба А. Печчеи утверждал: «Если мы хотим сегодня укротить техническую революцию и направить человечество к достойному будущему, то нам необходимо, прежде всего, подумать о революции в самом человеке». А это означает изменение системы образования. В традиционном смысле процесс образования осуществляет передачу определенных знаний и

опыта с прошлого в настоящее. Но образование, направленное в будущее, должно быть инновационным.

Президент АПН Украины, академик В. Кремень отмечает, что современное общество все более сознает необходимость формирования у людей нового, целостного миропонимания и научного мировоззрения, которые были бы адекватны последним достижениям фундаментальной науки.

Интересные предложения относительно инновационного развития образования Украины вносит В. Зубко: «Заложить необходимую интеллектуальную и моральную базу для плодотворной деятельности просвещенного человека, сформировать у него новые качества, а именно:

- готовность 3-5 раз изменять профессию на протяжении жизни;
- умение общаться, взаимодействовать с другими людьми, проявлять терпимость при расхождениях во взглядах;
- универсальность и гибкость профессиональной компетенции;
- инициативность, самостоятельность, соответствие, трудоспособность, дисциплинированность».

К инновационному аспекту просвещенческой деятельности необходимо отнести и систему дополнительного (второго и др.) профессионального образования. Специализация в конкретных областях деятельности – это движение в бездну.

Мы должны воспитывать новую элиту, умную, решительную, способную не только осмыслить сущность преобразований, но и грамотно внедрить реформы в жизнь.

Над повышением духовности должны работать образование, наука и само общество. Собственно, возрождению духовности в стране и посвящены последние инициативы правительства и МОН Украины.

7.2.2. Валеологические аспекты воспитания и перспективы развития духовности. Вопрос воспитания является одним из важнейших вопросов в развитии человека и человечества. Целью воспитания является выявление внутренней сути человека и формирование его характера. Фактически воспитание создает самого человека.

Этому вопросу уделялось и уделяется много внимания, так как государства, народы, семьи всегда желают в лице своих детей подготовить себе достойную смену для продолжения начатых дел. Поэтому от постановки этого вопроса зависит судьба как отдельного человека, так и всего человечества. Но из-за инертности мышления система воспитания отстает от требований времени. Иногда причиной этого является противоречие между отцами и детьми, так как сталкиваются два враждебных друг другу мировоззрения. Подобная ситуация сложилась и в настоящее время. Трагедия современного человечества состоит в том, что из поколения в поколение воспитывается ложное представление о Мироздании, о Боге, об устройстве самого человека, что не дает ему возможности выйти из круга заблуждений, которые так прочно вошли в сознание человечества и стали неотъемлемой частью его собственной сущности. Несмотря на видимый расцвет техники, научные открытия и изобретения, состояние здоровья человечества не улучшается. Смертность увеличивается, человечество не выходит из кризисов, которые достигают небывалых размеров. Стремление современного человека все чаще ограничивается накоплением материальных благ. Согласно данным И. А. Гундарова, все вышеописанные явления сопровождаются ростом бездуховности. Причина всего этого состоит в том, что из воспитания человечества изъят главный рычаг совершенствования, главный фактор развития жизни – воспитание духовности. Приостановка духовного развития, потеря духовных ценностей, духовное обнищание являются главной причиной и экономического обнищания. Спасение находится в сохранении и развитии духовных ценностей, которые составляют основу бытия.

Между тем, современный человек материалистического мировоззрения, не признает в себе существование духа, отождествляя себя со своим физическим телом, и только о развитии его и заботится. В то же время как часто сейчас встречаем мы слабоумных и душевнобольных со здоровыми физическими телами. Воспитание, которое ограничивается совершенствованием физического тела, истинного здоровья не принесет.

Двойственная природа человека, состоящего из грубой и тонкой материи, для своего развития требует гармоничного развития двух начал. Предпочтительное развитие одного начала в ущерб другому нарушает гармонию развития жизни. Необходимо также помнить, что согласно законам развития, духовное начало является определяющим в развитии других тел человека. Однобокое развитие только физической стороны человеческой сущности, в ущерб его духовной составляющей выражается в увлечении такими видами спорта, как футбол, бокс. Соответствующее однобокое воспитание привело к тому, что властителями умов и сердец подрастающего поколения являются не герои, не ученые и изобретатели, не художники и писатели, а рекордсмены, чемпионы, голкиперы и т.д. Увлечение кулачным боем есть крайняя степень огрубления нравов, показатель низкого уровня чувства красоты, предел регресса и духовного падения. И если проанализировать, какие спортивные мероприятия вызывают самый большой интерес населения, наиболее всего транслируются по ТВ и радио, вызывают самые бурные эмоции и более всего обсуждаются, то вышеназванные характеристики полностью соответствуют нынешнему состоянию человека.

В качестве альтернативы необходимо внедрять те виды спорта, которые развивают изящество и красоту, пластичность и грациозность движений, приучают к гармоничности и согласованности, приобщают и вводят в общий ритм жизни, ибо жизнь в мироздании зиждется на ритме и гармонии.

Платон в «Трактатах о государственности» пишет: «Трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и

проверен опытом веков: он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души».

Воспитание в музыке надо считать самым главным, благодаря ему ритм и гармония глубоко внедряются в душу, наполняют ее красотой, делают человека прекрасно мыслящим.

Например: у афинян музыка как служение всем музам включала не только гармонию тонов, но и поэзию, всю область высокого чувства, высокой формы и творчества, способствовала воспитанию вкуса. Примером из сегодняшнего дня является система образования в Дании, где уделяется огромное внимание физическому развитию, но еще более серьезное — духовному. Каждое утро в школах начинается с пения гимнов Грундвига, которые настраивают на ритм работы, гармонизируют, объединяют, формируют настрой коллектива на единое творчество, но главное — формируют позитивное мышление и единение с Богом.

Вторым узким местом, ошибкой нашего воспитания является стремление к удовольствиям и наслаждениям, благодаря чему создается чрезвычайно легкомысленное отношение к жизни и уклонение от ответственности, что приводит к широко распространяющемуся в наше время гедоническому сексу (евдемонизму) с его абортами и стремлением к прекращению воспроизводства.

Действительное назначение жизни есть созидательный труд, а не наслаждение, поэтому законы мироздания стремятся изъять из жизни и уничтожить личности, злоупотребляющие наркотиками, злоупотребляющие наслаждениями.

Многие панацеей для воспитания духовности считают преподавание в школах Закона Божьего. Современное человечество, утерявшее ключи к пониманию великих истин, находящихся в Законе Божьем, без знания этих ключей, каждой фразы и каждого слова понять Закона Божьего не в состоянии. Поэтому без указания на единство источника, без сравнительной истории религий всех народов, такой подход не даст нужного результата,

породит чувство обособленности и религиозной нетерпимости, что идет в разрез со всеми заветами Иисуса Христа.

Необходимо, чтобы светлые облики всех великих учителей и святых были известны детям, чтобы жизнеописания и жизненные советы их преподавались в школе, и, желательно, сопровождались научными интерпретациями. Такие сведения всегда найдут отклик в детских сердцах и посеют необходимое уважение к духовным ценностям и достижениям других народов. Кришна, Моисей, Зороастр, Будда, Христос, Мухаммед, Баб, Бахаула – каждый из этих посланцев Бога является совершенным зеркалом, отражающим божественные качества.

Знание божественных истин и законов дается человечеству постепенно в соответствии с его развитием. Каждое откровение посланцев Бога является развитием и основой для следующего.

По мнению И. Ф. Максимовича, для воспитания духовности необходимо ввести в образовательный процесс курс «Духовная валеология», изучающий мир человека, его роль и место в экологической цепи планеты, в Солнечной системе и Вселенной, теоретические и практические знания бытия и Вселенной. Понять и принять все это в свое сознание означает выйти из узкого тупика на простор беспредельных возможностей нового миропонимания. Разница между старым и новым миром не во внешних признаках, а в сознании. Поэтому основная задача воспитания видится в переносе акцентов с физического воспитания на духовное.

Каждый народ и каждая нация для развития духовности использует примеры отдельных людей, стремившихся к духовному совершенству, которые самоотверженным служением человечеству, любовью и помощью ближнему являются примером высокой духовности. В этом направлении задачи валеологии, православной церкви и других религиозных конфессий совпадают.

Наличие таких святых служит связью данного народа с высшим миром. Их необходимо знать, это наши корни духовности. Больше или меньшее

число таких заступников и покровителей является показателем духовного развития данного народа и уровнем устремления к совершенствованию. Но если в прежние времена человек, стремящийся к духовному совершенству, в большинстве случаев уходил от жизни, то в новую эпоху такой способ развития духовности не может иметь места. Также нет надобности ни в аскетизме и изнурении себя, ни в многочасовых молитвах и постах. Принципами развития духовности в наше время является умеренность и воздержание во всем, труд не на личное, а на общее благо. Великим примером высокой духовности служат Пифагор, Святой Николай, Сергей Радонежский, Леонардо да Винчи, Мать Тереза, Жанна Д'Арк, Е. П. Блаватская, В. И. Вернадский, А. Чижевский, семья Рерихов и многие другие. При обсуждении значения и роли религии для современного человека, И. Ф. Максимович отмечает несколько отрицательных моментов: а именно, отсутствие современного представления об устройстве Вселенной, о структурной организации человека, правильных представлений о жизни и смерти, аде и рае, что не позволяет христианину ориентироваться в тонком мире – мире четвертого измерения после смерти. Человеческое сознание должно развиваться в воплощенном состоянии.

Система воспитания должна давать возможность развивать уже имеющиеся в человеке полезные свойства и искоренять те, которые вредны и нежелательны. Истинная цель воспитания – развитие врожденных свойств. Необходимо помнить и развивать путь своего предназначения. Нельзя загружать память массой фактов, которые, хотя и имеют важное научное значение, но отнюдь не нужны. Память зависит от внимания, то есть от постоянной сосредоточенности на изучаемом предмете, от склонности и любви к нему. Воспитание должно вырабатывать привычку сосредоточенности и постоянного внимания, но должно согласовываться с индивидуальными свойствами характера и врожденными способностями каждого воспитанника.

Образование и воспитание будущих поколений должно начинаться с будущих родителей, переходя на воспитание младенцев: и чем раньше, тем лучше. После трех лет организм уже способен к осознанию воспринятого, что способствует формированию желательных и необходимых качеств ребенка. До семи лет память ребенка может вместить много полезных и ценных сведений, которые станут базой в дальнейшем развитии. После семи лет разрывается связь ребенка с тонким духовным миром. И, в зависимости от образа жизни родителей и его собственного, он может стать изощренно циничным или добродетельным. Формирование современных духовных основ воспитания ставит особые требования к педагогам, воспитателям. Родителям никогда не следует унижать ребенка. Насмешки, издевательства, глумление над детьми – самое вредное и недопустимое в педагогике.

Недопустима несправедливость по отношению к детям. Детские обиды – это самые горькие обиды, которые сулят обидчику самые тяжкие последствия.

Должны быть изгнаны ложь, недоверие и недоброжелательность в обращении с детьми. К высокому делу воспитания должны допускаться только чистые люди, которые не производили бы разлагающего влияния на восприимчивые детские души своими отрицательными поступками. Поэтому к педагогам-валеологам будут предъявляться особые требования: знание и соблюдение основ здорового образа жизни, законов Творца мироздания, обширные вселенские знания. В духовном воспитании не должно быть никаких запретов. Нужно указать, какие последствия произойдут от вредного и полезного поступка. Необходимо прививать стремление к добру и благу. Для того, чтобы принимаемое позитивное решение было осмысленным, детей с малых лет необходимо знакомить с эволюционными мировыми процессами. Необходимо, чтобы дети знали о высших руководителях жизни на Небе и Земле – об иерархии светлых сил мироздания. Необходимо, чтобы дети были знакомы с основными законами Творца мироздания: законами причинности, перевоплощения, единства, гармонии, сотрудничества и др.

Изучая историю, каждый должен знать истинную ценность своего Отечества, важность сотрудничества с другими народами. Педагог-валеолог должен работать не только с детьми, но и с родителями, чтобы это был единый процесс. По мнению многих валеологов, обучение в начальной и средней школах должно быть раздельным для мальчиков и девочек, а программа обучения – корректироваться с акцентом на дарования учащихся. Таким образом, задача истинной школы – направить развитие сознания в будущее, для этого необходимо развивать в детях искусство мышления и способность наблюдать. В этом случае нельзя придерживаться одной системы. Различные подходы позволяют по желанию одному развивать терпение, другому – мужество, третьему – умение самовыражаться. Категорически запрещается насиловать волю ученика.

Следующим и одним из главных аспектов духовного воспитания является обучение правильно мыслить. Во Вселенной действует закон притяжения подобного подобным. Каждая мысль в определенных слоях тонкого мира объединяется с подобными мыслями других людей. Таким образом, образуются сгустки энергии – так называемые эгрегоры. Мысль бессмертна и живет, создавая новые сочетания. Осознание того, что мысль вечна и непобедима, даст человечеству зарождение творчества. Если мысль есть сила и она не разлагается, то сколь ответственно должно быть человечество за каждую мысль. Добрая, сильная мысль дает радость, может привлечь только прекрасные токи; злая – посылает на Землю безжизненные флюиды. Негативная мысль, посланная сознательно человеку, у которого нет тождественной вибрации, может возвратиться к пославшему. Таким образом, человек является фабрикой добра и зла. Негативное мышление отравляет его здоровье, губительно действует на окружающих людей и среду обитания.

Научиться мыслить правильно – это огромный труд. Прежде всего, необходимо разрушить невежество мышления, вызванное малыми знаниями о себе, о человеке, о мироздании, существующее в данном периоде развития человека.

Повысив уровень сознания, человек уже не сможет мыслить отрицательно. Следует научиться создавать мысли крупные, яркие, добрые, устремленные в будущее. Начинать надо обязательно с дисциплины мысли: осознав, что такое негативное мышление; необходимо себя контролировать, мысль отрицательную заменять на положительную. Важно, чтобы процесс совершенствования мышления продолжался постоянно и непрерывно, то есть вошел в привычку. Упражнять мышление нужно не разумом, а душой, пока всякая двойственность не исчезнет. Тренировать мышление необходимо путем развития воображения. Помогать этому будут природа и художественные произведения. Научиться позитивно мыслить практически невозможно без познавательных действий. Преодолев негативные мысли, человек становится созидателем, сознательным творцом. Искусство мышления нужно рассматривать как залог здоровья народа. Необходимо научиться в плохом видеть хорошее.

Мысли должны очищаться духом. Полезно видеть лучшее во всем происходящем. Это породит приливы признательности и дружелюбия. Существует такая ежедневная практика: помолчать и направить мысли на самое высокое; помыслить о мире высшем – лучшее лекарство. Пример: духовные минутки оздоровления.

В разработанном в Харьковском национальном университете имени В.Н. Каразина «Паспорте здоровья», существует раздел, в котором студенту предлагаются мысли на каждый день. Через мысль можно оказывать помощь нуждающимся путем объединения единомышленников в мыслительном процессе. Мыслить нужно о будущем.

Кроме того, студентам предлагается вести духовный дневник, в котором каждый может отследить для себя соблюдение добродетелей и их нарушения (рис. 32).

Одно из распространенных заблуждений, в которых воспитывается современный человек – это ощущение безответственности за свои поступки,

Месяц _____ Год _____

| | |
|-------------------------|------------------------------|
| Соблюдение добродетелей | Нарушения |
| Не навреди | В мыслях |
| | В словах |
| | В поступках |
| Правдивость | Ложь |
| | Хитрость |
| | Лицемерие |
| | Противозаконное приобретение |
| Целомудренность | В мыслях |
| | В словах |
| | В поступках |
| Скромность и смирение | Гордость знанием |
| | Гордость имуществом |
| | Гордость влиянием |
| Бескорыстное служение | Физически |
| | Финансово |
| | Попусту растраченное время |

Рис. 32. Духовный дневник (образец)

желания и мысли. Возможность грешить и каяться и легкость, с какой человек освобождается от всех своих преступлений и грехов, создала несерьезное отношение к исполнению своего долга, легкомысленное отношение к правам другого человека, небрежное отношение к нравственным нормам поведения.

7.3. Пути духовного самосовершенствования

Главной задачей жизни каждого человека является самосовершенствование, а здоровье в этом случае выступает в качестве

индикатора правильности выбранного пути и гармоничности развития. С «причинной» точки зрения, понятие «здоровье» неотделимо от организации тонких тел (полей) человека и его сознания. Нормой духовного здоровья является очистка полевых структур от искажений и подъем человека своим сознанием в более тонкие вибрации.

Философ Н. Л. Мальцева предложила гипотезу генетической трансформации человечества, выраженную через меру соответствия нравственных принципов человека эталонной системе нравственности человека, выраженной в Нагорной проповеди, которая обуславливает духовное, физическое и социальное благополучие человека и способность к его самореализации. Таким образом, уровень духовного развития является критерием и мерилom здоровья человека, а выраженность соответствия между здоровьем и болезнью – показателем верности выбранного пути.

Причины нарушения здоровья могут быть внутренние и внешние.

Внутренние факторы формируются на следующих уровнях:

I. Социальный уровень:

- 1) нарушение природных ритмов,
- 2) курение, алкоголь, наркотики, т.е. вредные привычки.

II. Физический уровень:

- 1) увлечение лекарствами,
- 2) неправильное питание, плохой сон,
- 3) недостаточная физическая активность.

III. Психический уровень:

- 1) отсутствие любви (неумение любить),
- 2) пессимизм,
- 3) безверие,
- 4) безответственность,
- 5) стресс,
- 6) чрезмерные эмоции,
- 7) неумение расслабляться.

IV. Духовный уровень:

- 1) бездуховность.
- 2) отсутствие творчества.
- 3) низкий уровень развития сознания.
- 4) отсутствие культуры мышления.
- 5) алчность.

Внешние факторы нарушения здоровья включают:

- 1) загрязнение окружающей среды,
- 2) электромагнитные излучения,
- 3) шум,
- 4) радиацию,
- 5) социальную нестабильность,
- 6) геопатогенные зоны,
- 7) информационные воздействия (СМИ).

Многие из этих факторов являются следствием невежества, обусловленного недостатками образовательной системы, влиянием семьи и уровнем развития социума.

Такое мнение согласуется с древневосточным высказыванием из книги тибетской медицины «Чжуд-Ши»: «Все болезни имеют одну-единственную причину – невежество!»

Анализ имеющихся на сегодня механизмов нарушения здоровья человека выявил, что в их основе лежат следующие факторы:

- космический,
- фактор взаимодействия,
- фактор пути,
- духовные факторы,
- физические,
- энергоинформационные,
- экологические,
- иррациональные.

Роль многих из перечисленных факторов уже неоднократно обсуждалась. Хочется обратить внимание на фактор пути. Это важнейший фактор духовного мира, выбор пути – основополагающий принцип духовного развития. Движение по «пути» характеризуется скоростью внутренних изменений. Необходимо постоянное движение в направлении настройки сознания, очищения души, налаживания правильных отношений с окружающим миром. Это и есть содержание пути, которое начинается с выбора.

В дальнейшем обязательным является прохождение следующих четырех ступеней: дело, вера, познание, сотворчество.

Задача духовных поисков человека заключается в том, чтобы от жизни физического тела перейти к жизни духа в физическом теле, что выражается трансформацией последнего. Духовная составляющая человека является основой не только его здоровья, но и благополучия окружающих его людей и природы.

Понимание духовной жизни находится в осознании своего «Я» в системе «человек-Вселенная». Для этого человек должен выполнить большую внутреннюю работу:

- сделать выбор (выбрать путь) духовного совершенствования;
- очистить все тела;
- наработать сознание, которое является местом действия духа.
- проявить последовательность, верность и устойчивость в пути.

Некоторые эту работу называют «правилом трех «П» – постепенность, последовательность, постоянство.

- охватить при этом основные аспекты духовного развития: веру, познание, творчество и путь.

Духовно развитый человек — это личность с высоким уровнем самоконтроля, владеющая саморегуляцией своих телесных ощущений, мыслей и состояний, это личность, способная к самопрограммированию.

Самоконтроль помогает точно знать, что с тобой происходит, а саморегуляция помогает исправить то, что в твоём состоянии тебя не устраивает: настроение, направленность мыслей или здоровье в целом.

Самопрограммирование предусматривает высокий уровень самоконтроля и саморегуляции.

Самоконтроль – это умение четко отслеживать свое состояние и свою реакцию на взаимодействие с окружающей средой. Высокий уровень самоконтроля наблюдается, если человек выработал в себе умение не допускать возникновения вибраций (состояний) страха, агрессии. Достигается состояние высокого уровня самоконтроля приобретением навыков высокой сенсорной чувствительности, чувствованием течения энергии по каналам, нормализации их потока.

Задача управления здоровьем на уровне мысли вполне выполнима. Но для этого необходимы желание, терпение и знание приемов соответствующих методов оздоровления.

Процесс этот имеет определенную стадийность: вначале это – контроль эмоций, далее – контроль мышления. На третьем этапе самоконтроль осуществляется подключением сознания, души и духа, гармоничное взаимодействие которых достигается с освоением целенаправленных духовных практик и обеспечивает организму состояние здоровья. В последующем человек практически автоматически решает поставленные перед ним задачи.

Основные принципы духовного развития человека:

последовательность, постепенность и индивидуальность.

Приобретение повышенных возможностей психического восприятия должно базироваться на владении знаниями, основными философскими понятиями энергетического устройства мира. В противном случае невежда, владеющий технологиями, неосознанно может совершить зло вместо добра.

Невидимый мир – настоящий, и когда мы готовы исследовать невидимые уровни нашего тела, мы можем черпать неограниченную творческую

мощь, источником которой являемся.. Поэтому, если жизнь человека построена на соблюдении космических законов, то формируется гармонически развитая личность на всех планах бытия, а это, согласно учения Живой Этики, – здоровый и творчески развивающийся организм. Любое сопротивление высшему ритму вызывает десинхронизацию и болезнь, которая выходит за пределы отдельного индивидуума и распространяется на всю планету. Именно в наших руках находится ее судьба, и от того, как мы будем строить жизнь, зависит будущее. Мы должны четко осознать, что все – от мельчайших частичек материи до системы миров и галактик, подчиняется космическому магниту и пронизано токами космического сердца.

В. И.. Вернадский писал: *«Кругом нас, в нас самих, всюду и везде, без перерыва, вечно сменяясь, совпадая и сталкиваясь, идут излучения различной длины волны – от волн, длина которых исчисляется десятиллионными долями миллиметра, до длинных, измеряемых километрами»*. Елена Ивановна Рерих писала: *«Космос существует лишь взаимопроникновением и взаимодействием пространственных энергий, исходящих из неисчислимых миллиардов фокусов или центров, наполняющих его и непрестанно образующихся в нем»*. *«Поймите, все держится на магните космоса»*,— призывает нас Живая Этика. Итак, космический магнит – это тот высший осциллятор, с которым мы должны согласовать свою жизнь, утверждая жизнь духа – психожизнь. Не к этому ли звали все мировые религии – к освобождению духа от земных оков. И к этому последовательно через неорганическую природу, клетку, растения, животных, *Homo Sapiens* к духу («лучистому человеку» по определению К. Э. Циолковского) ведет космический магнит.

Из всего вышесказанного становится понятно, что причина всех страданий и бед заключена в нас самих. Мы, наделенные законом свободной воли, можем избрать путь, начертанный светилами, и восходить, совершенствуя себя и планету под руководством высшего космического разума. *«Дух, отвечающий на притяжение притяжением, будет той частью Космического Разума, которая*

утверждается как веление бытия! Красота в этом велении, и веление, освобождая дух от планеты, дает озарение, уносящее на высшие сферы». Но точно так же, как вверх, мы можем идти вниз, обрекая себя на неудачи, болезни, страдания и разрушение. Не зря говорится, что человек, наклонивший голову вниз, увидит землю, поднявший кверху – небо. Наклон головы зависит от воли. Мир высший всегда открыт человеку, но не всегда он хочет смотреть вверх. Надо понять, что люди сами себя отсекают от высшего мира, предпочитая не видеть ничего, кроме земли. Вот почему тибетская медицина утверждает, что невежество – основная причина болезни. Схема возникновения ее может быть представлена так:

- 1) нарушение космических законов;
- 2) нарушение связи с космическим магнитом;
- 3) десинхронизация организма;
- 4) дисциркуляция тока психической энергии;
- 5) болезнь тонких структур организма (тонких тел);
- 6) действие неблагоприятных факторов внешней среды: физических, химических, биологических и социальных;
- 7) болезнь физического тела;
- 8) болезненные флюиды и мысли.

Итак, как видно из этой схемы, не факторы внешней среды, как утверждает официальная медицина, способствуют возникновению болезни, а сам человек. Они лишь способствуют переходу болезни тонких тел на уровень физического тела. Отсюда – возможность диагностики будущего заболевания по снам за несколько дней, месяцев и даже лет до его проявления. Отсюда – утверждение врачебной науки Тибета, что здоровый организм вообще не подвержен инфекции. Отсюда – кратковременность успехов представителей официальной медицины и биоэнерготерапевтов, т.к. их действия ограничиваются воздействием лишь на 7-е и 4-е звено цепи.

Для того, чтобы помочь страдающему вырваться из "circulus vitiosus" (порочного круга), необходимо пройти следующие этапы:

1. Расширение и очищение сознания.

«Помните, что возможности носят вас, но только когда сознание уловит их, они примут форму». «Решить проблему жизни можно только расширением сознания».

«Велико творчество очищения сознания. Всюду такие нагромождения. Ведь без очищения сознания невозможно человечеству продвинуться. И спастись мы можем, лишь когда очищено будет сознание. Потому мы так напрягаем все наши энергии».

2. Очищение мыслей.

«Тот, кто думает о болезнях или о них любит говорить, будет болеть. Мысль — это сила, это энергия, имеющая тенденцию порождать следствия». Е. И. Рерих писала: «Твои мысли — это твои дети. Каждую из них ты должен сделать прекрасной... Постарайся свои мысли держать в абсолютной чистоте и много думать о том, что ты можешь внести для улучшения жизни людей и для облегчения их страданий».

3. Воспитание сердца.

Врачебная наука Тибета утверждает, что «сердце - царь органов, опора жизни, опора возраста, т.е. от состояния сердца зависит продолжительность жизни и состояние духа». А папирус Эберса, первая медицинская энциклопедия, сообщает: «Сердце разговаривает. Если положить пальцы на голову, на затылок, на обе руки, на ноги - повсюду встречаем сердце». Сердце — это орган, который всегда восхищал древних египтян. Об этом свидетельствует одна из надписей, сохранившаяся со времен XXII династии: «Сердце — это бог, часовня которого — желудок». В учении Живой Этики мы находим следующее: «Прежде всего, нужно понять всю центральность сердца. Само солнечное сплетение будет прихожей для храма сердца. Сам кундалини будет лабораторией для сердца. Мозг и все центры будут усадьбами сердца, ибо ничто без сердца не может жить... сердце стоит, как храм человечества», «...нам нужно обратить внимание на развитие нашего сердца, на этот изумительный орган, вмещающий в себе, в своих

многочисленных центрах, все творчество и всю психожизнь». «Сердце есть величайший космический магнит. К сердцу притягиваются все космические энергии, сердце ассимилирует все устремленные к нему энергии». Понимая всю значимость сердца, мы должны с благоговением принять те дары, которые дает нам владыка – красоту, любовь и знание. Е. И. Рерих писала, что жизнь и любовь – это могущественная сила, благодаря которой все существует во вселенной. Любовь – это сила, правящая миром; все, что делается ради нее, обладает силой мирового закона. ...Будь чист, и пусть любовь изливается через тебя, как аромат струится из цветка.

В итоге, для достижения конечной цели, нам необходимо восстановить утраченные нити связи с духом, одухотворить психоэнергетические центры и через сердце присоединиться к току космического сердца. При этом возможны два пути: обычный, медленный, когда человека развивают удары, наносимые жизнью, и ускоренный, который предусматривает сознательную работу над собой, а она начинается от мысли – от углубленной работы мышления, от глубокого осознания происходящего. *«Довольно изображать из себя беспомощных овечек, гонимых судьбой. Мыслью творится судьба человека».* Такая сознательная работа мысли называется медитацией. Медитация открывает безграничные возможности для самосовершенствования, ибо дает власть над невидимой и мощной силой – мыслью. *«Человек – владыка собственной мощи. По космическому праву дана ему власть над своим телом и всем микрокосмом своим. Без осознания нет овладения».* Но такая сознательная работа над мыслью требует самопожертвования, высокой внутренней культуры и чистого сердца.

Итак, в данном разделе дан анализ методов духовного самосовершенствования, которые рекомендуются преподавателю (учителю) в качестве главных педагогических технологий формирования здоровья современного поколения.

Материал должен излагаться (даваться) по мере его усложнения и творческого осмысления. Так, метод расширения сознания, используемый в качестве ведущего в системе развития духовности и способствующий росту сознания, базируется на принципе холизма (целостности) всего живого. Последовательно формируется представление о Вселенной как едином организме и ответственности человека не только за свое здоровье, но и за здоровье планеты. Появляется понимание ответственности за жизнь космического организма и осознание задач самоочищения как экологического, так и морального.

Решение этих задач необходимо начинать с себя. Поэтому задача педагога – обучить учащихся технологиям трансформации характера, что достигается путем концентрации внимания в стремлении к постоянному сознанию. Работа над отрицательными чертами характера ведется как на индивидуальном уровне, то есть самостоятельно, так и в коллективе. Результат – овладение методом самосовершенствования через самоосознание, выработку познавательной мотивации. Данная ступень духовного совершенствования позволяет воспринимать внешние проблемы как необходимые испытания с четким разделением положительных и отрицательных аспектов влияния. Безусловно, это процесс длительный и требует подробной педагогической проработки, позволяющей из класса в класс и далее в вузе совершенствовать духовную составляющую здоровья. Исходя из валеологического принципа иерархичности, ведущей составляющей здоровья человека является его духовность. Поэтому формирование навыков ЗОЖ учащихся, базирующихся на морально-нравственных принципах, будет весомым аргументом преодоления бездуховности и повышения здоровья населения в целом.

Среди современных педагогических технологий, способствующих гармоничному развитию духовной, психической и физической составляющих здоровья, ведущее место занимает метод повышения культуры мышления. Анализ различных технологий по формированию культуры мышления в

течение учебно-воспитательного процесса является завершающей частью данной главы. Особое внимание уделяется позитивному мышлению, как ведущей технологии духовного оздоровления.

7.4. Душевное воспитание и самовоспитание

– составляющие и пути развития.

*Благодаря воспитанию в отдаленном
будущем несовершенно человечество
превратится в новую расу людей –
таково могущество воспитания.*

Роберт Оуэн.

Определяющей составляющей формирования целостного человека является воспитание и самовоспитание его моральных и духовных качеств.

Согласно работам Т. Тюриной, моральность и духовность человека – это отображение разных уровней развития человеческой сущности. Так, моральность предполагает ориентацию человека на социально-исторические нормы и ценности, на конкретные оценки окружающих. Основным заданием морального воспитания является: научить человека жить среди людей, выполняя определенные нормы и правила, которые приняты в данном обществе. В целом, главная задача морального воспитания состоит в адаптации человека (ребенка) к социуму. Духовность – это способность человека быть свободным, независимым, самостоятельным. Понимая относительность моральных критериев, действующих в обществе, высокодуховный человек принимает решения, выходя из высшего понимания добра, блага, истины, ориентируясь на свое высшее духовное «Я», осознавая свое назначение и смысл жизни.

Поэтому цель духовно-нравственного воспитания заключается в том, чтобы найти, поддержать, развивать человека в человеке, способность достижения им полной человечности, самореализации своего человеческого потенциала.

Необходимо понимать, что вопросы духовного воспитания базируются на целостном представлении о человеке, включающем гармоничное взаимодействие духа, души и тела.

В валео-педагогической литературе понимание человечности связывают с душевностью человека, которая проявляется в сердечности, чуткости, открытости, искренности, доброжелательности, сочувствии и других качествах. В валеологическом наследии известного отечественного мыслителя, педагога и богослова И. Огиенко особое внимание уделяется необходимости обучения человека умению дисциплинировать свою душу, что должно проявиться в способности любить, прощать, творить добро, находить радость в труде, быть милосердным, уметь бороться со злом.

По утверждению И. Огиенко «любить – значит служить», «служить – это делать ближнему или народу добро». Далее автор объясняет, как любить ближнего – любить мыслью, словом, делом.

Особое внимание в педагогических трудах И. Огиенко о процессе душевного становления человека уделяется формированию умения прощать, быть милосердным, направляя себя на творение добра.

«Воспитание и развитие души является сердцевиной самостановления человека, главный стержень ее самосовершенствования», – утверждал О. Вишневский. Эти ступени педагогических подходов к духовному воспитанию во многом заимствованы у христианской антропологии, в которой душевные явления делятся на мысли, чувства и желания.

Органом, с помощью которого душа вырабатывает свою умственную деятельность, является мозг. Органом чувств принято считать сердце, которое является центром жизни человека. Желаниями человека управляет воля. Поэтому, согласно христианскому учению, душевное воспитание – это развитие чувств, разума и воли.

Близким к христианскому являются духовно-эзотерические философские учения, согласно которым человеческая душа содержит в себе

страсти, эмоции, чувства и разум. Соответственно, душевное воспитание трактуется как воспитание чувств, разума и воли.

Современная педагогическая наука душевное воспитание связывает с формированием эмоционально-волевой и интеллектуальной сфер человека, т.е. с моральным, этическим, интеллектуальным воспитанием личности. Для раскрытия данной проблемы огромная работа проделана Т. Тюриной, которая обобщила накопленный человечеством опыт по вопросам роли воспитания сердца в процессе душевного становления. В работе «Пути духовного формирования личности» она анализирует взгляды Будды, Г. Гегеля, Г. Сковороды, П. Юркевича, А. Клизовского, Е. Блаватской и др. авторов о роли сердца в становлении и развитии духовности личности.

Гете назвал душу «мыслящим сердцем» и признавался, что перед великим разумом он склоняет голову, а перед великим сердцем – колени.

Сковорода считал: «Глубокое сердце – источник всех других сторон душевной жизни, место расположения человеческого духа, центр развития духовной жизни». Эти мысли бытия творчески развиты П. Юркевичем – известным украинским мыслителем и педагогом. Он сформулировал необыкновенно важную для педагогической науки мысль о том, что знания только тогда усваиваются человеком, когда они согреты его чувствами, переживаниями, т.е. «лягут на его сердце». Только такие знания могут стать действительной силой духовного мира человека. А. Клизовский писал: «Мозг и сердце – это материя и дух, это два полюса человеческого развития. Первый приобщает человека к материи, второй – к духу, и ведет к вершинам духовности. Один дает познание и овладение физическим миром, другой – познание духовных законов бытия, и вместе они дополняют друг друга».

В христианском учении, изложенном в «Добротолюбии» подчеркивается, что чистоты сердца можно достичь только путем его очищения от страсти (грехов). Выделяется восемь главных страстей (грехов): объедание, гордость, любовь к деньгам, гнев, печаль, неверие, блуд, чванливость.

По мнению Е. Блаватской, чистоты сердца можно достичь двумя путями: во-первых, настойчиво отгонять от себя любые плохие мысли, во-вторых, сохранять равновесие разума при любых условиях, никогда не допускать возбуждения или раздражения. Фактически, это – программа современной педагогической технологии воспитания культуры эмоций и позитивного мышления.

Важный опыт по вопросам формирования культуры сердца изложен в бесценном труде К. Антаровой «Две жизни», в котором автор поднимает актуальный вопрос современности: «Может ли привести к гармоничному развитию человека культура разума и дары цивилизации? Нет такого знания, которое могло бы привести к гармонии. Другая сила, другая культура приводит человека к гармонии – это культура сердца». К. Антарова, сравнивая и анализируя культуру сердца и культуру разума, приходит к выводу, что все несчастья происходят из-за разногласий во взаимодействии разума и сердца. В чем же различие культуры разума и культуры сердца? Разум, как всеядное животное, подбирает весь опыт чужих достижений. И чем меньше творчества в собственном разуме человека, тем больше он сияет эрудицией чужих достижений. Разумы–творцы всегда достигают гармонии. Культура же сердца – это индивидуальная неповторимость человека. Чужой опыт не может помочь в достижении этой культуры. Первый этап – это выполнение заповеди: «Любить ближнего своего как самого себя». Культура сердца начинается с доброжелательности, переходит в сочувствие, становится молитвой сердца. Невозможно представить себе культурного человека, который бы не владел лучшими свойствами сердечности: терпимостью, доброжелательностью, мягкосердечностью, уравновешенностью, сочувствием, гуманностью.

Культурное состояние человека, безусловно, зависит от культуры сердца каждого. Культура сердца не отрицает культуры разума, она лишь указывает на его ограниченность в случае, если он лишен сердечного закала.

Таким образом, под воспитанием чувств следует понимать, прежде всего, воспитание собственного сердца, т.е. осознанное культивирование в

себе таких сердечных качеств, как любовь и уважение к людям, вежливость, благодарность, доверие, открытость, верность, искренность, совестливость, благородство, великодушие, оптимизм, чувство прекрасного, терпимость, необидчивость, немстительность, дружелюбие, желание помочь, сочувствие и др. Для самовоспитания сердца необходимы: самоконтроль и самокоррекция своих страстей, желаний, чувств с целью очищений их от всего негативного, низкого, эгоистичного:

- стремление к прекрасному, высокому, доброму;
- готовность к служению;
- сочувствие и любовь к ближнему.

Это так называемый «путь восхождения», который, согласно учению Живой Этики, учит видеть мир глазами сердца, слушать мир ушами сердца, видеть будущее разумом сердца. Итак, сердце – это сфера духа человеческого, которая является источником самоотверженной любви, сочувствия, прощения. Поэтому сегодня осознанное воспитание и самовоспитание сердечных качеств является одной из важнейших задач современной школы.

Следующей составляющей душевного воспитания является воспитание разума. В соответствии с определением «Украинского педагогического словаря», воспитание разума – это развитие мышления и познавательных способностей человека, направленных на овладение учеником основными умственными операциями, логическими приемами, методами научного познания (анализ, синтез, индукция, дедукция, сравнение, обобщение, конкретизация, умение видеть главное, создавать оценочные суждения и т. д.).

Как древние, так и современные мыслители особое внимание в процессе воспитания разума уделяют качеству и чистоте человеческой мысли.

Еще в Древней Индии считали, что мысль – это первоисточник миронастроения. Подобное мнение высказывали Александрийские философы, которые считали, что наш мир создан великой мыслью. В соответствии с учением Живой Этики, мысли – это такая материя, которая создала вокруг Земли особую духовную атмосферу и которая активно влияет на жизненные

процессы на планете. Подобное мнение высказывают и отдельные современные ученые, которые наделяют мысль огромной энергией и творческой силой, никогда не исчезающей, существующей вечно в ноосфере, т.е. информационном поле Земли.

Эта точка зрения наиболее ярко выражена в трудах В. Вернадского, который рассматривал мысль как планетарное, космическое явление, создающее сферу разума – земную оболочку (ноосферу).

Доктор физико-математических наук Мейланов трактует мысль как проявление энергии духовного плана. Современные ученые, исследуя свойства мысли и воли, показали наличие искривлений, которые одновременно фиксируются на энергополевого уровне хромосомного аппарата и могут передаваться по наследству. Исследования П. Гаряева также подтверждают, что мысль, выраженная через слово, может стать или разрушающей, или созидательной силой. Г. Шипов, поддерживая представления об энергии человеческой мысли, утверждает, что она может легко передаваться от одного человека к другому, неся негативный или позитивный заряд энергии. Поэтому каждый человек должен осознавать высокую ответственность за свои мысли, слова, поступки.

Таким образом, воспитание разума, как одной из составляющих душевного развития человека, включает:

- 1) осознанный самоконтроль, самоанализ и самокоррекцию собственного мышления с целью очищения его от негативных, разрушающих, нигилистических, деструктивных мыслей;
- 2) культивирование позитивного, конструктивного мышления;
- 3) формирование воли – сознательной саморегуляции человеком своего поведения и деятельности, регулируемой функцией мозга.

Воля выполняет две взаимосвязанные функции – активации и торможения, в зависимости от цели. На высших уровнях проявления воля предполагает духовные цели, убеждения и идеалы. На пути духовного самосовершенствования человек должен научиться преодолевать преграды не

только внешние, но, прежде всего, внутренние, контролировать собственные склонности, чувства, мысли, поступки.

Антоний Великий различал три вида воли: первая – Божья, совершенная; другая – собственная, личная; третья – бесовская, уничтожающая. По мнению С. Лазарева: «Сильная воля является результатом соответствующего уровня развития сознания, глубокого понимания окружающего мира, правильного отношения к нему и ориентации в нем».

Одним из важнейших заданий душевного воспитания и самовоспитания является формирование моральной воли человека, когда каждое чувство, мысль, слово находятся в гармонии с окружающим миром. В этом отношении педагогическая наука дает следующие рекомендации:

- стремиться стать саморегулируемой, самоуправляемой личностью;
- сознательно воспитывать в себе такие волевые качества, как целеустремленность, инициативность, выдержка, самостоятельность, решительность, самодисциплинированность, организованность, терпимость, терпение, самообладание, бесстрашие в преодолении препятствий, стойкость перед испытаниями, страданиями;
- научиться подчинять свои интересы интересам выбранной цели, обществу.

Душевное развитие человека обязательно предполагает и такие качества как любовь к труду, творчество.

Также большое значение в воспитании души имеют духовные методы.

К духовным методам О. Вишневский относит участие в различных торжественных событиях, обрядовых действиях, религиозных праздниках и т.д.

К другой группе духовных методов относятся различные виды и формы искусства, религиозная музыка, классическая музыка. Пифагор трактовал эстетические переживания во время прослушивания музыки как способ очищения души. Воспитательную и катарсисную роль искусства отмечал Аристотель.

Творчество истинного художника излучает особенную энергию, которая влияет на энергетику человека, изменяет, трансформирует и уточняет его. Так, например, икона, написанная истинным художником в процессе активного взаимодействия с высшим миром, отражает роль посредника между нашим миром и миром духов – это двери в мир иной.

Важным инструментом в процессе душевного воспитания человека является знание моральных законов и заповедей и их исполнение. Серьезной помощью в борьбе между добром и злом являются молитвы, с которыми человек обращается к Богу.

Молитва очищает душу человека и окружающий мир. Р. Штайнер писал, что молитва – это способ проложить в себе божественные потоки света, слиться с ним и жить в них. Она не должна просить что-либо у Бога. Главным ее настроем должен быть: «Пусть будет воля Твоя».

Огромное значение в процессе душевного самосовершенствования играют знания, даваемые духовно-эзотерическими философскими учениями, использование различных методик саморегуляции для оздоровления психики и формирования позитивного мышления.

Подводя итог сказанному о душевном воспитании, следует обратить особое внимание на систему душевного самосовершенствования человека, предложенную современными учеными-педагогами В. Галузинским и М. Евтухом, состоящую из трех взаимосвязанных процессов:

- 1) самопознание, включающее самоанализ и сравнение себя с другими, более совершенными людьми; наблюдение за собой со стороны; вечернее подведение итогов дня;
- 2) сдерживание от негативных мыслей, действий, поступков через самокритику, самоотказ, самозапрет, самонаказание;
- 3) самопринуждение к совершенствованию позитивных действий, поступков, добрых слов.

Педагогу при изложении этого материала следует обратить внимание, что особенно важным является осознание самим человеком того, что он,

являясь энергетической сущностью, излучает энергию, которая положительно или отрицательно влияет на окружающую среду. И поэтому современному человеку чрезвычайно важно понять необходимость контроля и коррекции своей эмоционально-волевой и интеллектуальной сферы с целью очищения своих чувств и помыслов от различных негативных проявлений.

И еще необходимо помнить о существовании взаимосвязи между морально-духовным самосовершенствованием человека, гуманизацией и одухотворением всего общества в целом.

Изменяя себя, мы тем самым изменяем окружающий мир, потому что все в мире находится в энергоинформационном взаимодействии, и очень важно то, какую энергию и информацию человек посылает другим: гармонии, любви, радости или темноты, ненависти, зла. Современные ученые В. Аксенов, И. Медина, К. Молчанов, В. Лищук и другие считают, что социальный прогресс возможен лишь при условии морального самосовершенствования и духовного роста каждого отдельного человека, что совершается по закону: «Совершенствуется часть – совершенствуется целое».

Для системы образования это – одна из самых сложных и болезненных тем, так как решение проблемы душевного воспитания и морального здоровья должно базироваться на новом мировоззрении, новом представлении об биоэнергоинформационном устройстве человека. Это решение не терпит отлагательства. По мнению Т. Тюриной, через «одухотворение» образовательного процесса мы сможем постепенно изменить характер взрослого общества: сделать его более человечным, гуманным и демократичным. Результаты процесса «одухотворения» могут проявиться через такие жизненные ориентиры, как мораль и нравственность.

Необходимость морального и нравственного поведения сопровождает каждый шаг человека, и необходимо стремиться, чтобы они жили в согласии.

В соответствии с холистическим подходом к организации человека схема процесса творчества (созидания) включает алгоритм образования материи.

Одним из основополагающих законов Вселенной является алгоритм образования материи, который состоит из семи пунктов. Кратко алгоритм образования материи можно представить в следующем виде:

1. Идея.
2. Знание.
3. Главное направление, т.е. образное представление.
4. Качественный анализ будущего творения (проект).
5. Формирование событий (цель) или причинно-следственных связей.
6. Творчество, желание творить.
7. Плоды (получение непосредственной материи, соответствующей первоначальной идее).

В этом алгоритме есть эталон для каждого проекта:

1. Эталонем всех идей будет идея любви, любви Божественной.
2. Эталонем знаний – истинные знания, т.е. Божественные знания и Мироздание.
3. Эталонем главного направления (формирования образа) – стремление к любви, гармонии, к равенству, Богу.
4. Эталонем для проведения качественного анализа может служить раскрытое сердце, способное любить Бога, людей и ощущать равенство во всем.
5. Эталонем цели (целеполагания, развития причинно-следственных связей) – формирование событий с учетом свободной воли своей и каждого человека в направлении любви, добра, гармонии.
6. Эталонем творчества и желаний будет желание творить через любовь к людям гармонию и добро.
7. Эталонем плодов является любовь во всех ее проявлениях в материи, т.е. плоды добра, приносящие счастье и радость всем людям, их создателю.

Нарушение последовательности семи пунктов алгоритма образования материи недопустимо, т.к. приводит к образованию не добрых (некачественных) плодов (результатов).

Поэтому следует научиться организовывать свою деятельность согласно этому алгоритму. Самое главное, уметь по любым плодам видеть (читать), какая идея была заложена в этом творении.

Пути формирования духовного здоровья включают:

- духовное очищение;
- обеспечение минимального количества отрицательных эмоций;
- не совершение дурных поступков; приобретение навыков позитивного мышления, чистоты помыслов;
- знание десяти заповедей и жизнь по ним; слежение за сутью слов; избавление от вредных привычек; предупреждение сквернословия;
- сочетание гимнастики для тела с гимнастикой для души, которую необходимо тренировать свершением добрых дел и осмыслением своих поступков и действий.

Развитие духовного здоровья характеризуют следующие качества и способности человека:

- способность к духовному общению и взаимодействию,
- гуманистическая направленность на гармоничное развитие и самосовершенствование,
- развитие черт характера целеустремленного, творчески развитого, высокоморального человека,
- развитие самосознания высокодуховного человека,
- развитие ответственного отношения к собственному организму.

Развивать эти качества и способности духовного здоровья должна наша система образования, реализуя гуманистическое преобразование обучения, воспитания и просвещения. Как было ранее указано, в Государственном стандарте образования Украины эти вопросы призваны освещать такие курсы, как «Основы здоровья», «Физическая культура и физическая реабилитация», «Репродуктивное здоровье», «Валеология» и другие, что в целом является разветвлениями валеологии. Результатом валеологического воспитания и обучения должно стать формирование знаний о теоретических и

практических вопросах здоровья, осознанность и одухотворенность индивидуальной программы жизнедеятельности, которая выражается:

- умением определить место здоровья и духовных ценностей в системе жизненных ценностей;
- способностью нести ответственность за свое здоровье;
- способностью осознать себя личностью, адекватной своему биологическому полу, возрасту, индивидуальным особенностям;
- умением выбирать;
- формированием умений адекватного самоанализа и самоконтроля;
- умением планирования и прогнозирования;
- умением правильно поставить цель и выделить «ступеньки» личностного роста;
- умением выделять главное, быстро принимать адекватные решения, оказывающие влияния на эффективность жизни человека;
- формированием чувства личной значимости в семье, на работе, среди друзей;
- умением владеть технологиями позитивного мышления;
- умением владеть технологиями культуры эмоций.

В целом валеологическое воспитание должно сформировать у обучающихся:

- способность к сохранению своего здоровья в напряженных условиях учебного процесса;
- чувство ответственности за свое здоровье;
- чувство радости бытия и ценности жизни;
- устойчивую мотивацию к ЗОЖ;
- стремление к созданию и реализации индивидуальной программы жизнедеятельности;
- умение регулировать свой режим труда и отдыха; сохранять дееспособность, эмоциональную выдержку;

- культуру эмоций;
- умение укреплять силу духа;
- знание, выполнение законов духовного развития;
- соблюдение закона иерархии развития человеческого организма и жизни на Земле;
- культуру и иерархию жизненных ценностей;
- культуру позитивного мышления.

7.5. Пути духовного развития человечества.

Духовное развитие и приобретение знаний — это развитие сознания до уровня сверхсознания. Оно должно осуществляться кропотливым трудом. Существенная роль в этом процессе отводится образованию. Духовное развитие должно занимать достойное место среди других дисциплин во всех видах обучения, а также быть гармонично нашему ритму жизни. Кроме общественной системы образования, духовное развитие — это самоусовершенствование, включающее многие последовательные морально-этические и нравственные ступени преобразования себя. Это полное понимание того, чего хочет достичь человек и чем он должен пожертвовать. У каждого свой путь восхождения, но существуют и общие для всех этические условия саморазвития. Эти условия и есть та норма, которую каждый должен соблюдать, и за выполнением которой строго следит закон кармы и реинкарнации. Человек должен пройти путь к осознанию преимуществ альтруизма. Добродетель, милосердие и любовь должны стать потребностью каждого. Какие качества должен развивать педагог-валеолог для формирования норм морально-этического и нравственного развития и какова последовательность этого процесса?

Самое **первое** и самое трудное условие — победить себя. Ибо велик не тот, кто победил тысячи на поле брани, а тот, кто победил себя. Судьей всем нашим помыслам, действиям может быть только закон кармы и закон

свободы воли. Поэтому не искупление грехов, а отработка их может быть принята этими законами.

Второе условие – искать свой путь.

Третье условие – стараться рассмотреть слабо мерцающую искру души своей. Следует научиться различать голоса низшего и высшего эго. Низшее – это устремление к комфорту, ублажение физического тела. Надо учиться слышать высшее эго.

Четвертое условие – отыскивая свой путь, не поддавайтесь соблазнам чувств. Все соблазны не от жизни, а от владыки смерти, у которого в арсенале разрушения личности главное искушение – всяческие материальные приманки, похоть и развлечения. Хороший способ борьбы с соблазном – сосредоточение на помощи близкому другу.

Пятое условие – при каждой маленькой победе над собой не следует мнить, что мы уже готовы к пути.

Шестое условие – смотреть с вниманием на жизнь, окружающую тебя.

Седьмое условие – на пути к знаниям надо контролировать желания. Власть денег и накопление материальных средств своими вибрациями засоряет наше сознание и очень тяжело преодолевается. Доза вещей, воплотившая алчность и агрессивность, становится смертельной.

Восьмое условие – правдивость в мыслях, словах и делах. Мы развили в себе осуждение всего, что попадает в поле зрения. Если осуждение направлено на человека, то можно переключить внимание на себя, выискивая подобные недостатки в себе. Это лучший из способов очищения. Гнев легче всего остановить, подумав, как мы выглядим на тонком плане и со стороны. Не следует также участвовать в чужой отрицательной информации, пересудах и др.

Девятое условие – развитие в себе бескорыстия вместо сребролюбия.

Десятое условие – удерживай себя от гордости, будь активным в совершении добрых дел, не упускай возможности кому-нибудь помочь. Тот, кто ищет путь и становится на путь, живет уже не для себя, а для других.

Одиннадцатое условие – мудрость, дающая силу помогать, воля, направляющая мудрость, любовь, вдохновляющая волю, – вот главные качества стремящегося к духовному развитию. Активность физического ума, не одухотворенная высшей этикой, ведет к разрушению внутреннего храма в человеке, ко всяческой распущенности, уничтожению духовных достижений предыдущих поколений. Дисциплина, чувство долга и обязанности, милосердие и сострадание – основные черты характера, нужные для реализации личности и роста ее духовности.

Проведенная внутренняя работа обеспечит преображение человека по образу создавшего его, т.е. человек начнет по-новому видеть, слышать и ощущать реальность.

Для проведения такой работы требуются соответствующие методы оценки взаимодействий и работы в духовном теле человека. Наиболее разработанным методом в этом отношении является матрично-топологический метод исследования любого процесса посредством динамической системы координат, привязанной к руке, который позволяет определить направление действия сил – к духу или к падению.

Применение матрично-топологического подхода, разработанного В. Гочем, позволило ускорить процессы очистки духовного и энергетического тел, повысить их эффективность.

В духовном мире нашими глазами являются знания.

Горизонтальный трехмерный стереотип мышления обеспечивает знания только твердо-материального (клеточного) уровня, это дает локальные знания. Глобальные знания определяются объемным мировоззрением, вследствие этого человек постоянно пребывает в единении с Вселенной. Локальные знания наблюдаются преимущественно у людей с ограниченным трехмерным мышлением. У таких людей преобладает убежденность в абсолютности имеющихся материалистических знаний. Они выявляют привязанность к материальным (телесным) ценностям, более недоверчивы и агрессивны.

Преображенный знаниями, человек сможет войти в вибрации духовного мира, где, действуя сознанием, становится со-работником Бога. Знание ведет к преобразению и должно содержать в себе не просто веру, а доверие.

«Приобретение знаний осуществляется через энергоинформационный обмен, ведь жизнь – единая энергетическая совокупность трех потоков: вещества, энергии, информации». Информационные излучения от различных объектов представляют собой один из общих принципов энергоинформационного взаимодействия в природе, под которым понимается специфическая реакция системы на слабый энергетический стимул, воспринимаемый как сигнал в форме кода. Функционирующая клетка является источником и носителем сложного излучения. Структура клетки может меняться в зависимости от характера и частоты ритма того или иного излучения. Структура – мгновенный снимок внутренних взаимодействий в любой системе. Академик В. И. Астафьев подчеркивает, что все процессы во Вселенной пронизаны информацией и подчинены двум фундаментальным законам: гомеостаза и блочного принципа устройства всех процессов управления (от клетки до социума). Гомеостаз представляет собой динамическое постоянство состава и свойств внутренней среды и устойчивость физиологических функций организма. С одной стороны, человеческий организм представляет собой приемник и анализатор различных информационных потоков окружающего мира, с другой, сам человек является носителем информации. По мнению академика В. П. Казначеева, эту информацию выполняет полевая форма жизни. Эта форма жизни представляет собой ту организацию материально-энергетических потоков, когда идет сохранение и накопление информации на уровне микрочастиц, микрополей. Такой полевой сгусток может воспроизводить, сохранять и умножать информацию, он связан с другими материальными телами как активное образование, способное вписываться в другие образования и воздействовать на них, на окружающее пространство.

Любая информация (позитивная или негативная) взаимодействует с

вакуумом, поляризуя его. Таким образом, происходит полевой процесс передачи информации, формирование причинно-следственных связей, как пространственно-временного образования – голографического образа, по которому протекает энергия. От качества потока зависит благополучие и целостность объекта.

Физическим механизмом энергоинформационного воздействия являются процессы интерференции и резонанса когерентных волн. Поэтому развитие валеологии будущего связано с изучением закономерностей протекания волновых процессов, их взаимодействия и управления.

Все вышеизложенное очерчивает перспективные проблемы развития будущей системы образования.

В настоящее время общая характеристика целей и задач образования сводится к обобщению опыта прошлого: человеческих мыслей и накопленных человеческих знаний. Развитость ребенка оценивается его реакцией на накапливаемую информацию и тренировкой памяти. Ребенку приходится усваивать факты, в истинность которых человечество верит, поскольку проверила их в прошлом и полагает убедительными. Но в каждом веке критерии убедительности разные. Образование - нечто большее, чем тренировка памяти, и большее, чем информирование ребенка о прошлом с его достижениями. Из прошлого должно вырасти новое будущее.

В конце XX века проходила конференция «Образование в демократическом обществе», где обсуждалась проблема гуманитарного образования и рассматривались вопросы духовного состояния нашей цивилизации. Единогласным было мнение, что образование должно удовлетворять потребностям человеческого духа. Оно должно помогать людям вырабатывать собственную философию и чувство ценностей, воспитывать вкус к литературе, музыке и искусствам, возвращать способность анализировать проблемы и приходить к разумным выводам.

В соответствии со сложившейся ситуацией и требованиями времени необходим пересмотр теории и практики нашего образования. В новой философии образования должны сочетаться три основных момента:

- новая холистическая теория о человеке, базирующаяся на единстве и гармоничном взаимодействии физического, психического и духовного тел структурной организации человека;
- социальная теория об обществе, которое должно быть вместилищем распространяемых идеалов культуры;
- мировоззрение, определяющее место человека во Вселенной.

В работе «Образование в новом веке» А. Бейли отмечает, что задача образования будущего состоит в подготовке человечества к своему ментальному развитию в новой эпохе Водолея.

Обучение, если оно правильное, должно отталкиваться от методов прошлого, обеспечивать сферу для приложения усилий в настоящем, а также формировать почву для дальнейшего развития с акцентом на духовное будущее. Всякая активность, ведущая человечество вперед, к каким-либо формам развития – физического, эмоционального, ментального, интуитивного или общественного, по существу, духовна и указывает на жизнеспособность внутренней божественной сущности. Дух человека бессмертен, он пребывает вечно, прогрессируя от ступени к ступени по пути эволюции. Почему необходим новый подход в образовании? Что верно для индивидуума, то верно и для группы, т.е. какие мысли в душе группы, так она и реагирует. Когда групповые мыслеволны проникают в ментальную атмосферу человечества, люди приобретают убеждения, и новые пути жизни утверждаются легче.

Образование, с точки зрения человеческого развития, имеет три главных задачи:

- 1) сделать человека здравомыслящим гражданином, мудрым родителем и контролируемой личностью, выполняющей свою роль в

мировой работе, научить его проявлять миролюбие, сочувствие и жить в гармонии со своими ближними;

2) позволить человеку устранить разрыв между различными аспектами собственной ментальной природы;

3) установить гармоничные отношения между интеллектуальным и духовным развитием.

Таким образом, истинное образование - это наука единения составляющих человека с окружающей его средой.

Интересные соображения по поводу развития образования будущего высказывает В. Панченя, один из разработчиков педагогики эволюции разума. По его мнению, образовательная политика и управление будущим должны быть построены по очень простой схеме: мировоззрение → установки → иерархия потребностей → иерархия действий → иерархия результатов. Это – алгоритм управления будущим, который заключается в том, что наше мировоззрение определяет наши установки. Мировоззрение – начало начал. Наши установки определяют иерархию наших потребностей, (что первично), а иерархия потребностей определяет иерархию действий. Иерархия действий определяет иерархию результатов. Более подробно эти вопросы отражены в таблице 24.

Далее следует рассмотреть пути духовного развития человечества, и определяющим в этом вопросе является формирование духовности в процессе образования.

При углубленном рассмотрении различных аспектов формирования духовного здоровья нельзя забывать о целостном устройстве человека, включающего гармоничное взаимодействие физической, психической, духовной и энергетической составляющих (рис. 33).

Из этой схемы вытекают новые перспективные задачи валеологического образования: необходимость, на фоне имеющихся знаний о горизонтальных закономерностях развития – физической и психической

составляющих здоровья, – изучать вертикальные зависимости и закономерности гармоничного развития.

Данная схема демонстрирует ведущую роль духовности в иерархии путей становления и развития здоровья. Вначале происходит осознание потребности познать законы мироздания, согласно которым любые бездуховные поступки (аморальные, безнравственные, криминальные) необходимо отработать или тебе, или детям, или твоему роду. Если эти знания приобретаются как первооснова, как алфавит, то на этом фундаменте будет строиться и здоровый образ жизни, и гуманное общество, и высоконравственный профессионал, и любящий семьянин.

Для завершения рассматриваемого вопроса мы даем анализ предполагаемых методов управления здоровьем человека, которые включают методы оперативного и программного управления. Как следует из рис. 34, ведущим методом управления здоровьем человека является метод духовной регуляции, находящийся в тесном взаимодействии с другими методами.

Итак, в данной работе освещен валеологический аспект формирования гуманистических преобразований системы образования. Особое внимание уделяется рассмотрению духовной составляющей, являющейся определяющей культуры здоровья и образ жизни. В соответствии с развиваемыми в работе представлениями, завершить обсуждаемый вопрос необходимо формулированием требований к современному валеологическому образованию, которое можно представить в виде следующих обобщений- стратегий:

1. Формирование нового мировоззрения, базирующегося на новой платформе устройства мира.
2. Формирование нового представления о сложной многомерной холистической организации человека.
3. Формирование понимания ведущей роли духовности в процессе формирования здоровья как проявления высших законов мироздания.

Таблица 24 . Пути развития человека.

| 1-й путь развития человека – потребление внутренних потенций человека. | Алгоритм управления будущим. | 2-й путь развития – потребление внешних ресурсов природы. |
|---|--|--|
| Начало начал - нравственное ядро, нравственное здоровье. Нравственность – смысл жизни. Развитие внутренних потенций человека. Установки создающие. Удовлетворение базовых потребностей – внутренний комфорт. Стимулы развития – духовные. Гармония духовного, эмоционального и физического здоровья. | Миро-воззрение . | Основная цель – выживание. Борьба за ресурсы, прибыль. Источник – потребление внешних ресурсов. Внутренние ресурсы человека не развиваются. Иерархия базовых потребностей, а именно; поиск смысла жизни, потребность в другом человеке, творческая самореализация и страсть к взрослению, - уничтожается. Собственное материальное благополучие. Внешний комфорт. Стимулы развития – материальные: прибыль, конкуренция, агрессивность. |
| На здоровье и долголетие На развитие разума. | Установки | На выживание. На болезнь. На смерть. |
| Базовые: поиск смысла жизни. Потребность в другом человеке. Потребность к самореализации. Созидательная деятельность для себя, для других, для человеческой цивилизации, для планеты | Иерархия потребностей Иерархия действий | Искусственные заменители в соответствии с установками – защита от голода, от холода, удовлетворение плотских желаний, спасение от бессмысленностей жизни в наркотиках, алкоголе и т.д. Действия деструктивные. Крайняя степень проявления – преступность, насилие, терроризм, войны. |
| Самовозвышение, человек восходящий. Развитие по графику восходящей энергии. Гармония, резонанс внутренних и внешних проявлений. Высокая стрессоустойчивость, высокая нравственность. Конечный результат – высокая гармония с миром и активное долголетие. Это путь восхождения. | Иерархия результатов | Ущербный человек. Развитие по графику нисходящей энергии. Качества – самость, гордыня, энергия гнева, обиды, постоянный диссонанс между внутренним миром и страстями внешнего мира, постоянный рост застрессованности , в результате – болезни. Это – путь смерти. |

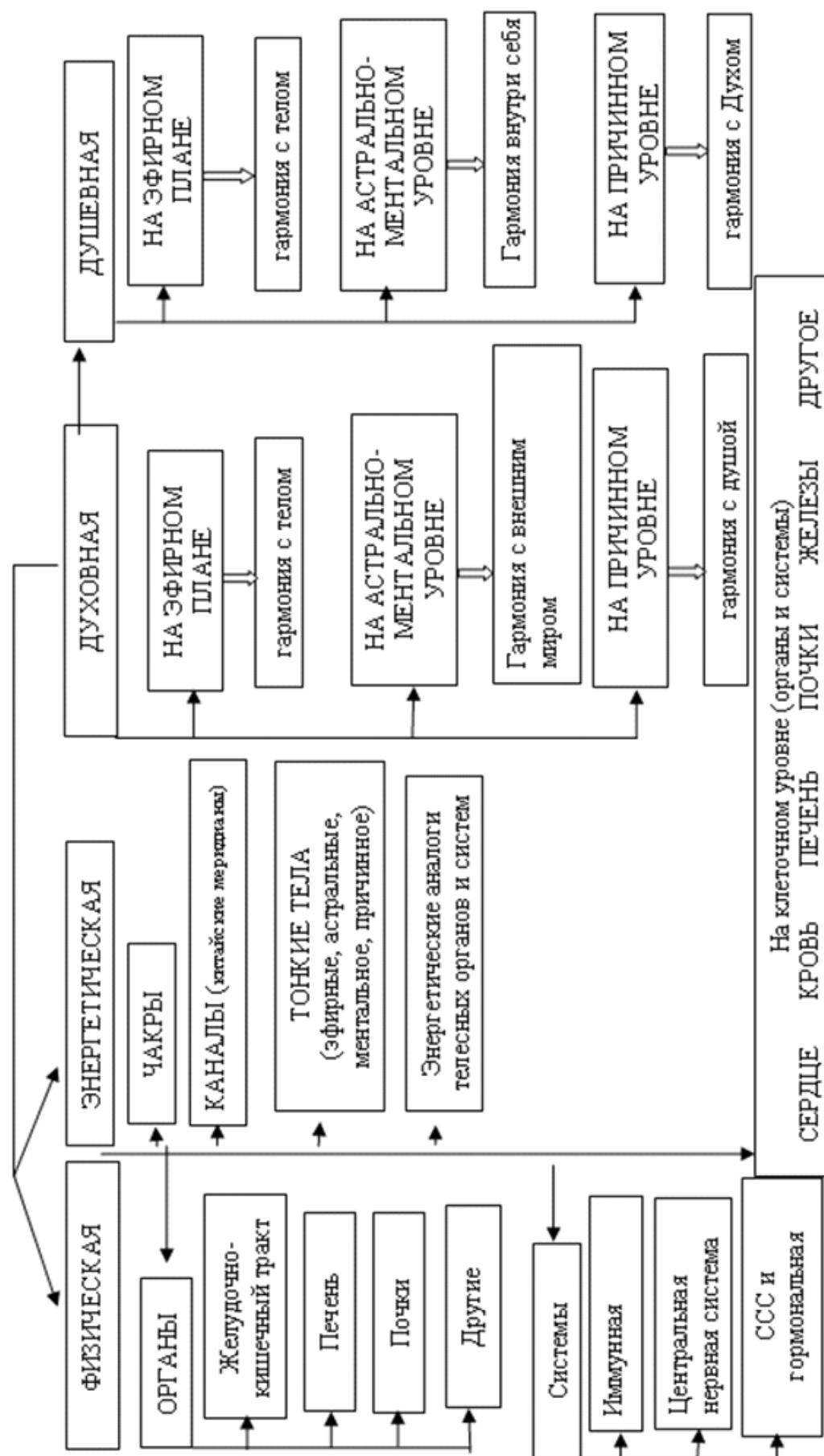


Рис. 33. Гармоничное взаимодействие физической, духовной и энергетической составляющих.



Рис. 34. Методы управления здоровьем человека

4. Воспитание навыков ЗОЖ и обучение реализации внутренней гармонии физической, психической и духовной составляющих человека, а также его гармонии с экологической и социальной средой.

5. Формирование приоритета оздоровительных мероприятий и ответственности за свое здоровье в течение всей жизни человека.

6. Обучение новым технологиям оздоровления, основанным на взаимодействии энергоинформационных и вещественных механизмов действия.

7. Подготовка к самореализации, самосознанию и сотворчеству.

Путь духовного развития для каждого имеет индивидуальный неповторимый характер, однако, существуют вечные общечеловеческие ориентиры на этом пути, помогающие им не заблудиться, не уйти от избранной высокой цели (рис. 35).



Рис. 35. Символические ступени духовного развития, изображенные в Софийском соборе

Наши предки заботились о своих потомках и оставили нам свои ориентиры в письменах, символах, архитектуре. Возле алтаря Софийского собора в Киеве хранится одно из таких посланий – картина с изображением семи символических ступеней на пути духовного усовершенствования (рис. 35). Именно эти семь ступеней должен пройти каждый: и педагог, и учащийся, чтобы вырасти здоровой гармоничной личностью, способной к реализации своей духовной цели на благо Отечества.

Контрольные вопросы:

1. Обоснуйте важность создания новой образовательной программы, призванной формировать культуру здоровья населения, давать знания о духовности и прививать навыки здорового образа жизни.

2. Какова роль СМИ в формировании здоровья человека (в т.ч. и духовного)?
Правильно ли это? Какие пути решения Вы можете предложить?
3. Охарактеризуйте целостное гуманистическое интегральное образование и его принципы
4. Дайте толкование термину «инновационная среда» и охарактеризуйте ее критерии.
5. В чем заключаются стратегии здоровья в нынешний период развития человечества?
6. Правильно ли сформировано мировоззрение основной массы людей?
7. Поможет ли повсеместное введение уроков Закона Божьего в школах воспитанию духовности у молодежи?
8. Какова роль педагога-валеолога в жизни ребенка?
9. Объясните, что такое эгрегор.
10. Как вы относитесь к мнению о том, что мысли бессмертны и могут притягиваться и объединяться?
11. Какие причины нарушения здоровья бывают, на каких уровнях они возникают?
12. Какого человека можно назвать духовно развитым?
13. Дайте определение термина «самоконтроль»
14. Назовите и охарактеризуйте основные принципы духовного развития человека.
15. Раскройте смысл утверждения тибетской медицины, что невежество – основная причина болезни?
16. Как вырваться из «circularis vitiosus»?
17. Что включает в себя воспитание разума как одной из составляющих душевного развития человека?
18. Каким образом реализуется духовное здоровье?
19. Какие составляющие пути духовного развития человека?
20. Охарактеризуйте эталон алгоритма образования материи.
21. Чем определяются индивидуальные принципы жизнедеятельности?

22. Какие качества должно сформировать валеологическое воспитание учащихся?
23. Какие главные задачи стоят перед современным образованием?
24. Проанализируйте таблицу «Пути развития человека».
25. Посмотрите на рисунок «Символические ступени духовного развития», изображенный в Софийском соборе. Стремитесь ли вы к верхней ступени? Какие ступени уже пройдены вами?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Здоровье человека – не самоцель, а средство его рационального использования для своего восхождения и блага эволюции всего человечества.

И. Ф. Максимович

В нынешнем веке новый подход к миропониманию интенсивно проникает во все сферы человеческого бытия. На основе этой парадигмы преобразуются традиционные и развиваются новые научные направления. Примерами этого является формирование таких областей знания, как валеофилософия, валеоэтика, валеоэкология, медицинская валеология, валеопедагогика, что обусловлено как социальными, так и гносеологическими причинами. С одной стороны, интерес к валеологии обусловлен поисками выхода из демографического кризиса. С другой – потребностью развития холистического представления о человеке, включающем его духовную, психическую и физическую составляющие и его гармоничное взаимодействие с окружающим миром.

Успешное развитие новых научных направлений и повышение качества нашей жизни возможно только при прорастании валеологического мировоззрения, базирующегося на иерархической роли духовности, в образовательный процесс и формировании на его основе новой, гуманистической педагогики.

Освещение этих вопросов является в высшей степени актуальным и имеет важное теоретическое и практическое значение. Развитие этих проблем в Харьковском национальном университете им. В. Н. Каразина осуществляется десять лет силами кафедры валеологии философского факультета и межфакультетской научно-исследовательской валеологической лаборатории. Этот период развития отечественной валеологической школы ознаменовался выполнением двух научно-исследовательских тем в рамках

национальной программы «Дети Украины», трех – прикладных и двух – фундаментальных, созданием Всеукраинской общественной организации «Украинская ассоциация валеологов», ежегодным проведением международных конференций (на сегодняшний день – пяти) «Валеология, современное состояние, направления и перспективы развития».

Именно благодаря ходатайству Харьковского национального университета им. В. Н. Каразина в Государственный классификатор профессий Украины ДК 003-95 (изменения и дополнения № 4) внесены следующие профессии: 2359.2 – педагог-валеолог, 3340 – ассистент педагога-валеолога, 2359.2 – методист-валеолог, 2359.1 – научный сотрудник (валеология). Кафедра валеологии Харьковского национального университета им. В. Н. Каразина первая в Украине получила лицензию на подготовку студентов специальности «валеология» по направлению 0101 «Педагогическое образование» образовательно-квалификационного уровня 6.010100 – «бакалавр» и переподготовку образовательно-квалификационного уровня 7.010108 - «специалист». В 2007 году здесь состоялся первый в Украине выпуск двух групп специалистов с квалификацией «Педагог-валеолог».

Наряду с изучением физической и психической составляющих здоровья, ведущим научным направлением харьковской валеологической школы, является изучение духовности и духовного здоровья. По этому направлению выполняются две темы фундаментальных исследований: «Розробка комплексної системи оцінки морального стану особистості та механізмів утвердження здорового способу життя», «Розробка педагогіко-валеологічної програми формування духовного здоров'я молоді».

На кафедре впервые разработан дневник духовного здоровья, вводятся новые инновационные технологии обучения, такие как акметехнологии, тренинги повышения мотивации на здоровый образ жизни, тренинги переосмысления ценностей и качеств личности, помогающие росту сознания

человека, позволяющие оценить и раскрыть духовный потенциал личности, способствующие духовно-нравственному совершенствованию студентов.

Сотрудниками кафедры разработаны тестовые системы для оценки духовного здоровья, апробированные в школах и ВУЗах Украины. Полученные материалы нашли отражение в учебном пособии «Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості», рекомендованном Министерством образования и науки Украины как учебное пособие для студентов высших учебных заведений.

Учебное пособие «Валеопедагогические аспекты духовности» ставит перед собой цель обобщить имеющиеся теоретические и прикладные научные исследования в области духовности, здоровья и образования; показать зависимость здоровья человека от уровня развития его духовности, поставить задачи, определить пути и методы их реализации в современном педагогическом процессе.

В целях упрощения чтения и усвоения материала в учебнике специально упущены ссылки на первоисточники, вошедшие в этот учебный материал, а вся использованная литература приведена в конце издания.

В целом данное издание посвящено анализу существующих валеопедагогических технологий духовного оздоровления современного общества.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Абд-Ру-Шин*. В свете истины. Послание Грааля. В 3 т. Т. 3. – Штутгарт: Изд. фонд «Послание Грааля», 1990. – 550 с.
2. *Агаджанян, Н. А.*, Учение о здоровье и проблемы адаптации. (Теория и практика валеологических исследований) / Н. А. Агаджанян,
3. Р. М. Баевский, А. П. Берсенева – Москва-Ставрополь, 2000.- 203 с.
4. *Азроянц, Э. А.* Архитектура внутреннего мира человека. – М.: Полигнозис, 1998. – № 1. – С. 59 – 72.
5. *Азроянц, Э. А.* Новая мировоззренческая парадигма: ориентиры будущего // Современная картина мира. Формирование новой парадигмы: Сб. ст. – М., 1997. – С. 4 – 30.
6. *Акимов, А. Е.* Наука об энергетической сути мировоззрения. Физические модели мира // Ступени грядущего синтеза. Современное состояние культуры и проблемы духовно–нравственного воспитания человека. Мат. межд. общ.–практ. конф. – Минск: ИП «Лотаць», 1998. – С. 30 – 47.
7. *Акимов, А. Е.*, В. Н. Бинги Свойства сложных физических решеток и пространственных структур торсионных полей/ А. Е. Акимов, В. Н. Бинги // Сознание и физическая реальность, 1998. – Т. 3, № 3. – С. 24—32.
8. *Акимов А. Е.* Отражение духовной жизни России в развитии земной цивилизации / А. Е. Акимов, Г. И. Шипов // Духовный образ России в философско–художественном наследии Н.К. и Е. И. Рерихов: Мат. Межд. Общ.–науч. Конф., 1996. – М.: Изд-во Межд. Центр Рерихов, 1998. – С. 251 – 260.
9. *Акимов, А. Е.* Торсионные поля Тонкого Мира // Терминатор, 1996. – № 1-2. – С. 10–13.
10. *Акимов, А. Е.* Физика признает сверхразум // Чудеса и приключения. – 1996. – С 24 – 27.

11. *Акимов, А. Е.* Эвристическое обсуждение проблемы поиска новых дальнодействий EGS–концепции // Сознание и физический мир. – М.: Агентство «Яхтсмен». – 1995. – С. 70–84.
12. *Акимов, А. Е.* О физике и психофизике / А. Е. Акимов, В. Н. Бинги // Сознание и физический мир. – М.: Агентство «Яхтсмен», 1995. – Вып. 1 – С. 105 – 125.
13. *Акимов, А. Е.* Торсионные поля как космофизический фактор / А. Е. Акимов, В.Я. Тарасенко, Г.И.Шипов // РАН. – Т. 40. – Вып. 4. – М.: Наука, 1995. — С. 938–943.
14. *Акимов А. Е.* Пятое фундаментальное взаимодействие // Терминатор. 1994. – № 2-3. – С. 21–23.
15. *Амонашвілі, Ш. О.* Школа життя / Пер. з рос. – Хмельницький: Подільський культурно–просвітницький центр ім. М. К. Еріха, 2002. – 172 с.
16. *Амонашвили, Ш.* Идеи гуманной педагогики и Живая Этика // Рериховские чтения: Мат. межд. общ.-науч. конф. 1997. – М.: МЦР. – 1999. – С. 41–45.
17. *Амонашвили, Ш.* Размышления о гуманной педагогике. – М.: Изд. Дом Шалвы Амонашвили. – 1996. – 496 с.
18. *Амонашвили, Ш.* Творящая сущность мысли и педагогическая наука // 36. матер. конф.: «Культура і освіта проблеми, пошуки, творчі знахідки». – Вінниця, 15–17 травня 1995 р. – С. 8–9.
19. *Амосов, Н. М.* Раздумья о здоровье. – М., 1978.–178 с.
20. *Андреев, Д. Л.* Роза Мира. Метафилософия истории. – М.: Изд-во «Прометей», 1991. – 288 с.
21. *Анохин, П. К.* Очерки по физиологии функциональных систем. –М.: Изд-во «Наука». – 1972
22. *Антарова, К. Е.* Две жизни. В 3 книгах. Ч.1. –М.: Изд-во «Сиринь», 1996. – 544 с.

23. *Антарова, К. Е.* Две жизни. В 3 книгах. – Часть 2. – М.: Изд-во «Сиринь», 1996. – 526 с.
24. *Антарова, К. Е.* Две жизни. В 3 книгах. – Часть 3. – М.: Изд-во «Сиринь», 1996. – 475 с.
25. *Апанасенко, Г. Л.* Медицинская валеология. / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова – К.: Вид-во «Здоров'я», 1998. – 248 с.
26. *Апанасенко, Г. Л.* Охрана здоровья здоровых // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – СПб., 1993.
27. *Апанасенко, Г. Л.* Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. – СПб.: Изд-во «Петрополис», 1992 – 123 с.
28. *Аристотель.* «О душе». Соч. в 4 т. Т. 1. – М.: Изд-во «Мысль», 1976. – 550 с.
29. *Архиепископ Лука.* Дух, Душа и тело. – М.: Изд-во Православного Свято – Тихоновского Богословского ин-та, 1997. – 138 с.
30. *Ассаджоли, Р.* Типология психосинтеза: семь основных типов личности // Пер. с нем. Т. Дробкиной. — М.: Урания, 1996. – 124 с.
31. *Ассаджоли, Р.* Психосинтез: теория и практика. – М.: Изд-во «REFL – book», 1994. – 314 с.
32. *Аюрведа.* Наука самооздоровления. – СПб: Изд-во «Паблишинг», 1998. – 337 с.
33. *Банкова, В. В.* Биоинформация и здоровье. Удивительные информационные приборы. – М., 2000 – 136 с.
34. *Безант, А.* Братство религии. – М., 1994. – 80 с.
35. *Безант, А.* Древняя мудрость. – М.: СП «Интерграф Сервис», 1992. – 222 с.
36. *Безант, А.* Эзотерическое христианство. – М., 1991. – 195 с.
37. *Бекк, Р. М.* Космическое сознание.— М.: Золотой век, 1994.— 100 с.

38. *Белов, В. И.* Валеология. Здоровье, молодость, красота, долголетие. / В. И. Белов, Ф. Ф. Михайлович – М.: Изд-во «Недра Коммуникайшен», Лтд, 1999. – 664 с.
39. *Белостоцкий, Ю. Г.* Физическое определение времени // Мат. IV конф. 16–21. 09. 1996. – СПб.: Изд-во «Политехника», 1997. – С. 248 – 257.
40. *Бенедиктов, Д. Д.* Общественное здоровье: пути оценки и прогнозирования// Общественные науки и здравоохранение. — М., 1990.
41. *Бердник, О.* Песнь Надземная. – К.: Вид-во «Софія», 1996. – 272 с.
42. *Бердник, О.* Пора звести Блакитний Храм. – Київ; Нью-Йорк: Изд-во «Рух», 1989. – 22 с.
43. *Бердник, О.* Терновий вінець України. – Лондон: Укр. видав. «Спілка», 1985. – 251 с.
44. *Бердяев, Н. А.* Философия свободного духа. – М.: Изд-во «Республика», 1994. – 480 с.
45. *Бердяев, Н. А.* О назначении человека. – М.: Изд-во «Республика», 1993. – 383 с.
46. *Бердяев, Н. А.* Судьба России. – М.: Изд-во «Советский писатель», 1990. – 346 с.
47. *Бердяев, Н. А.* Философия свободы: Смысл творчества. – М.: Изд-во «Правда», 1989. – 607 с.
48. *Березиков, Е. Е.* Этюды о неопознанном. – М.: Изд-во «Физкультура и спорт», 1991. – 107 с.
49. *Бех, І. Д.* Деякі аспекти нової виховної парадигми (в контексті творчості А. С. Макаренка) / І. Д. Бех, О. В. Вознюк, М. В. Левківський // Педагогіка і психологія. – 2001. – № 1 (30). – С 5 – 17.
50. *Бех, І. Д.* Виховання підростаючої особистості на засадах нової методології // Педагогіка і психологія. – 1999. – № 3. – С. 5 – 14.
51. *Бех, І. Д.* Особистісно зорієнтоване виховання – нова освітня філософія // Психолого–педагогічна наука і суспільна ідеологія: Мат. Метод.

- семінару Акад.. Педагог. наук України, 12 листопада 1998 р. – К.: Вид-во «Гнозис», 1998. – С 33 – 36.
52. *Бех, І. Д.* Духовні цінності в розвитку особистості // Педагогіка і психологія. – 1997. – № 1. – С. 124 – 125.
53. *Бехтерева, Н. П.* Магия мозга и лабиринты жизни. – СПб.: Изд-во «Нотабене», 1999. – 298 с.
54. *Бехтерева, Н. П.* Зазеркалье – по ту сторону? // Невероятное, любопытное, очевидное. 1996. – № 13. – С. 10—11.
55. *Библия.* Книга священного писания Ветхого и Нового Завета. – М., 1994 – 1000 с.
56. *Библия.* Книги священного писания Ветхого и Нового Завета. – М.: Изд-во «Библейские общества», 1994. – 1376 с.
57. *Бичев, Г. Н.* Теория триединства строения мира. – М.: Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2001. – 160 с.
58. *Блаватская, Е. П.* Ключ к теософии. – М.: Изд-во «Сфера», 1993. – 320 с.
59. *Блаватская, Е. П.* Практическое сокровенное учение. – Рига: Изд-во «Виeда», 1992. – 60 с.
60. *Блаватская, Е. П.* Тайная доктрина. В 4 т. Т. 1. Книга 1. – М.: Изд-во «Прогресс–культура», 1992. – 384 с.
61. *Блаватская, Е. П.* Свет на пути. Из сокровенных индусских писаний. Книга золотых правил. – К., 1991. – 64 с.
62. *Бобров, А. В.* Полевая концепция механизма сознания // Сознание и физическая реальность. – 1999. – Т. 4, № 3. – С. 47 – 58.
63. *Бондарев, Г. А.* Триединый человек тела, души и духа: опыт осмысленной методологии науки о духе. – М.: Ин-т общегуман. исслед. при участии изд-ва «Университетская книга», СПб, 1999. – 688 с.
64. *Бондарчук, Н.* Школа радости М. Щетинина (видеокассета). – Москва, 1996.

- 65.Бороздин, Э. К. К вопросу о сущности сознания // Сознание и физическая реальность. – 1999. – Т. 4, № 2. – С. 16 – 21.
- 66.Бороздин, Э. К. О свойствах Живого / Э. К. Бороздин,
- 67.А. Ю. Мартынова // Сознание и физическая реальность. – 1997. – Т. 2, № 34. – С. 53 – 63.
- 68.Боуэн, М. Духовность и личностно–педагогический подход // Вопр. Психологии – 1992. – № 3, 4. – С. 24 – 33.
- 69.Бренн, Б. Руки света / Пер. с англ. – М.: ООО «Изд-во АСТ», ООО Изд-во «Астрель», 2001. – 288 с.
- 70.Брехман, И. И. Валеология — наука о здоровье. – М: Изд-во «Физкульт. и спорт», 1990. – 207 с.
- 71.Брехман, И. И., Нестеренко И. Ф. Природные комплексы биологически активных веществ. / И. И. Брехман, И. Ф.Нестеренко – Ленинград: Изд-во «Наука», 1988. – 93 с.
- 72.Будда и Его учение. – М.: Изд. Дом Ш. Амонашвили, 1999. – 224 с.
- 73.Букалов, А. В. Квантомеханический подход к описанию языка и его эволюции // Физика сознания и жизни, космология и астрофизика. – 2001. – № 3. – С. 5 – 7.
- 74.Буліч, О. Г. Валеологія. Теоретичні основи валеології. / О. Г.Буліч, І. В. Муравов.– Київ, 1997. – 224 с.
- 75.Буровский, А. М Концепция ноосферы В. Вернадского и создание новой школы // Педагогика. – 1993. – № 6. – С. 13 – 17.
- 76.Валентинов, А. Зловредное действие бранных слов // Невероятное, любопытное, очевидное. – 1998. – № 3. – С. 7.
- 77.Валеологические и культурологические основы петербургской школы. – СПб.: Изд-во «Ретрос», 1995. – 281 с.
- 78.Ващенко, Г. Вибрані педагогічні твори. – Дрогобич, 1997.
- 79.Ващенко, Г. Роль релігії в житті людства і релігійне виховання молоді // Вибрані педагогічні твори. – Дрогобич: Вид-во «Відродження», 1997. – С. 128 – 142.

80. *Ващенко, Г.* Виховний ідеал. – Полтава: Полтавський вісник, 1994. – 191 с.
81. *Введение в Агни-Йогу.* Основы научного, философского и религиозного мирозерцания. Ключ к пониманию новой эпохи / Сост. С. Стульгинскис. – Рига, 1995. – 190 с.
82. *Вейник, А. И.* Хрональная симфония мира в исполнении мыслителя А. Вейника // На грани невозможного. 2000. № 18. С. 8 – 9.
83. *Вейник, А. И.* Почему я верю в Бога // Целительные силы. – 1997. – Вып. 2 (14). – С. 19.
84. *Вейник, А. И.* Термодинамика реальных процессов. – Мн.: Изд-во «Наука і техніка», 1991. – 576 с.
85. *Вейник, А. И.* Термодинамика. – 3-е изд-е, перераб. и доп. – Минск: Изд-во «Высш. Школа», 1968. – 464 с.
86. *Вентцель.* – Антология гуманной педагогики. М.: Изд. Дом Ш. Амонашвили. – 216 с.
87. *Вернадский, В. И.* Биосфера и ноосфера // Биосфера: мысли и наброски: Сб. науч. работ. – М.: Изд-во «Ноосфера», 2001. – С. 159 – 177.
88. *Вернадский, В. И.* Биосфера: мысли и наброски. – М.: Изд-во «Ноосфера», 2001. – 244 с.
89. *Вернадский, В. И.* Научная мысль как планетное явление. Кн. 2. – Москва: Изд-во «Наука», 1991. – 271 с.
90. *Вернадский, В. И.* Философские мысли натуралиста. – М.: Изд-во «Наука», 1988. – 520 с.
91. *Вернадский, В. И.* Химическое строение биосферы Земли и ее окружения. – М.: Изд-во «Наука», 1987. – 340 с.
92. *Вернадский, В. И.* Биосфера. – М.: Изд-во «Наука», 1967.
93. *Вершинская, В. С.* Педагогическая деятельность К. Э. Циолковского и его «космическая философия» // Педагогика. – 2000. – № 3. – С. 49 – 52.
94. *Вивекананда, С.* Вдохновенные беседы. – М.: Изд-во «Беловодье», 1993. – 152 с.

95. *Вишневський, О.* Григорій Ващенко на тлі актуальних завдань сучасної української педагогіки / Етюди до системного аналізу // Григорій Ващенко: повернення в Україну. – Львів: Львів. обл. організ. Всеукр. педагог. тов-ва ім. Г. Ващенка, 2003. – С. 14 – 42.
96. *Вишневський, О. І.* Теоретичні основи педагогіки: Курс лекцій. / О. І. Вишневський, О. М. Кобрій, М. М. Чепіль– Дрогобич: Вид-во «Відродження», 2001. – 268 с.
97. *Вишневський, О.* Сучасне українське виховання. Педагогічні нариси. – Львів: Львів. обл. наук.–метод. ін-т освіти. Львів. обл. педаг. тов-во ім. Г. Ващенка. – 1996. – 238 с.
98. *Владимиров, Ю. С.* Соотношение фундаментальной физики, философии и религии // Взаимосвязь физической и религиозной картины мира. Вып. 1. – Кострома: Изд-во МИИЦАОСТ, 1996. – С. 21 – 31.
99. *Водопьянова, Н. Е.* Опросник потерь и приобретений // Практикум по психологии здоровья / Под ред. Г. З. Никифорова. – М.; СПб.: Изд-во «Питер», 2005. – С. 119-126.
100. *Водопьянова, Н. Е.* Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления // Психология здоровья / Под ред. Г. З. Никифорова. – СПб.: Изд-во «Питер», 2003. – С. 548-572.
101. *Волков, И. П.* Телепсихика человека: Синтез научных, философских и религиозных знаний. – СПб: Изд-во «Вестник БПА», 1999. – 144 с.
102. *Волченко, В. Н.* Информационные модели сознания в номогенезе: философский, естественнонаучный и социально–психологический аспекты // Сознание и физическая реальность. 1999. Т. 1. № 4. С. 19 – 27.
103. *Волченко, В. Н.* Духовная экоэтика в мире сознания и в Интернете // Сознание и физическая реальность. – 1997. – Т. 2, № 4. – С. 1 – 14.

104. *Волченко, В. Н.* Принятие творца современной наукой // Сознание и физическая реальность. – 1997. – Т. 2, № 1. – С. 1 – 7.
105. *Волченко, В. Н.* Неизбежность реального и постижимость тонкого мира // Сознание и физическая реальность. – 1996. – Т. 1, № 1 – 2. – С. 2 – 12.
106. *Вредные привычки и их профилактика* / Сост. Гончаренко М. С. Рожкова Л. И., Арина Н. В. – Киев, 2002. – 120 с.
107. *Гавриш, О. Г.* О физической природе биологического поля // Сознание и физическая реальность. – 1999. – Т.4, № 2-3. – С. 51 – 55.
108. *Галицкий, А.С.* Психолого-педагогическая квалиметрия здорового образа жизни школьников / Галицкий А. С, Березняк Е. Ю. // Психология здоровья / Под ред. Г. З. Никифорова. – СПб., 2003. – С. 164-192.
109. *Гаркави, Л. Х.* Адаптационные реакции резистентность организма. / Л. Х. Гаркави, Е. Б.Квакина, М. А.Уколова. – Ростов н/Дону, 1990. – 224 с.
110. *Гаряев, П. П.* Волновой геном // Энциклопедия русской мысли. Т. 5. – М.: Изд-во «Общественная польза», 1994. – 280 с.
111. *Гербер, Р.* Вибрационная медицина. Перевод с англ. – М.: Изд-во «КОР», 1997. – 320 с.
112. *Гончаренко, М.С.* Основное задание гуманистического образования состоит в формировании и воспитании современного мировоззрения и духовности. // Матеріали VII міжнародного форуму „Етичні та духовні аспекти розвитку людини та суспільства”. – Київ 25-26 травня 2007 р.
113. *Гончаренко, М. С.* Духовный мир человека // Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Збірник наукових праць/ Гол. ред. Г.П.Шевченко . – вип. 3(16). – Луганськ: Вид-во СЛУ ім. В.Даля, 2006. – С. 41-49.

114. Гончаренко, М. С. Валеологічна культура харчування: Навч. пос. – Харків: Вид-во Харк. нац. ун-ту. В.Н.Каразіна, 2006. – 368 с.
115. Гончаренко, М. С. Духовные аспекты образования и воспитания современной молодежи. // VI Международный форум «Этический и духовные аспекты развития человека и общества». – Харьков, 2006. – С. 11.
116. Гончаренко, М. С. Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості: Навчальний посібник. / М. С. Гончаренко, Е. Т. Карачинська, В. Є. Новікова – Х.: Вид-во Харк. нац. ун-ту імені В.Н. Каразіна, 2006.– 156 с.
117. Гончаренко, М. С. Опыт Дании по формированию духовности в учебно-воспитательном процессе // Демократизация образовательного процесса – 21-27 октября Москва, 2004 — С. 27-32.
118. Гончаренко, М. С. Коррекция энергоинформационного обмена человека // Эниология. – 2003. – № 3. – С. 30-34.
119. Гончаренко, М. С. Основные направления развития валеологического образования // Концептуальные и практические аспекты применения теории причинности: Сб. научных статей I Междунар. н.-пр. конференции.– Тюмень, 2-9 марта 2002г. – С. 104-105.
120. Гончаренко, М. С. Валеологические аспекты современного представления о структурной организации человека // Інформаційні технології в охороні здоров'я та практичній медицині: Наукові праці II конференції з міжнародною участю. – Київ, 19-21 червня 2002р. – С. 68-69.
121. Гончаренко, М. С. Стратегія і тактика організації валеопідготовки кадрів системи освіти // Актуальні проблеми фізичної культури та спорту в сучасних соціально—економічних умовах. Матеріали міжнародної наукової конференції, присвяченої 15-річчю створення Запорізького державного університету. — Запоріжжя: Вид-во Запорізьк. держ ун-ту, 2000. — С. 98—100.

122. Гончаренко, М. С. Валеологические аспекты современного представления о структурной организации человека, а также основные задачи периода развития и становления науки о здоровье // Материалы II-й междунаrod. науч. конф. «Вопросы валеологии и эниовалеологии», Севастополь, 24–26 сент. 1999 г. – Севастополь, 1999. – С. 24–28.
123. Гончаренко, М. С. Валеологический словарь // Харьков: Вид-во Харк. держ. ун-т, 1999. – 315 с.
124. Гончаренко, М. С. Медицинские аспекты валеологии // Журн. дерматол. и венерол. (Спец. вып.). – 1999. – № 1(7). – С. 54–63.
125. Гончаренко, М. С. Освітнянські проблеми валеології // Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти: Матер. Міжнародн. наук.-практ. конф. з валеол. – К., 1997. – С. 28-35.
126. Гончаренко, М. С. Педагогічні аспекти валеологічної освіти // Актуальні проблеми оздоровчої фізичної культури, фізичної реабілітації та валеології у сучасних умовах: Зб. наук. праць. – Кіровоград: Вид-во Кіровоград. держ. пед. ун-ту ім. В.Н. Вінніченка, 1999. – С. 3–14.
127. Гончаренко, М. С. Путь улучшения здоровья молодежи лежит через развитие валеологического образования // Эколого-физиологические проблемы адаптации: Междунар. симпоз. (27–30 янв., Москва). – М., 1998. – С. 90–92.
128. Гончаренко, М. С. Решение главных задач валеологии как один из путей оздоровления украинской нации // Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. Серія: Валеологія: Сучасність і майбутнє. Випуск 1. Валеологічні аспекти оздоровлення української нації — Харків, 2004 — С. 11-17.
129. Гончаренко, М. С. Стан валеологічної освіти в Україні // Екологія та очищення людини: Міжнарод. конгрес (14 вересня, м. Євпаторія): Тези доп. – К., 1998.

130. Гончаренко, М. С. Формирование валеологического мировоззрения – путь к созданию планетарного разума и общественного сознания нового периода эволюционного развития // Научно-практические аспекты народной медицины: (По материалам II Международного конгресса «Народная медицина России – прошлое, настоящее, будущее». Т.2. – М., 1996. – С. 26-28.
131. Гончаренко, М. С. Философские и духовные аспекты духовного здоровья / М. С. Гончаренко, Н. А. Березина // Валеология и эниовалеология – VII // Сборник научных статей в 2-х томах. Т. I — Севастополь, 2004 — С. 46-58.
132. Гончаренко, М. С. Оздоровительное питание. Пищевые биологически активные добавки. Методическое пособие. / М. С. Гончаренко, А. В. Гончаренко – Харьков, 2005. – 45 с.
133. Гончаренко, М. С. Формування еколого-валеологічної культури студентів вищих навчальних закладів як соціальна і педагогічна проблема / М. С. Гончаренко, Ю. Д. Бойчук // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. II міжнар. наук.-практ. конф. Т. II — Харків, 2-4 квітня 2004. — С. 42-48.
134. Гончаренко, М. С. Состояние и перспективы развития валеологии на Украине / М. С. Гончаренко, С. В. Кириленко, Е. А. Команева и др. // Здоровье и образование: Материалы Междунар. конгресса валеологов (30 марта 1999 г., Санкт-Петербург) и Третьей Всеросс. науч. - практ. конф. «Педагогические проблемы валеологии» (31 марта—1 апреля 1999 г., Санкт-Петербург). – СПб, 1999. – С. 60—62.
135. Гончаренко, М. С. Валеологічний аспект гуманітаризації освіти / М. С. Гончаренко, С. В. Кириленко // Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти: Матер. Міжнародн. наук. - практ. конф. з валеол. – К., 1997. – С. 60-65.

136. Гончаренко, М. С. Валеологія: програма для вищих закладів освіти / М. С. Гончаренко, О. Д. Міхільов // Програми з валеології / М-во освіти України; Ін-т змісту і методів навчання. – К., 1997. – С. 116-126.
137. Гончаренко, М.С. Соціальна та психологічна значимість вивчення валеології / М. С. Гончаренко, С. А. Руденко // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Між нар. наук.-практ. конф. Т.ІІ — Харків, 4-6.04.2003.— С. 35-46.
138. Гончаренко, М. С. Сучасні методи валеологічної профілактики та оздоровлення: Навчально-методичний посібник до розділу „Валеологічне розвантаження школярів” для студентів Спеціальності „Валеологія”. / М. С. Гончаренко, Н. В. Самойлова, Г. В. Ткаченко – Х.: Вид-во Харк. нац. ун-ту імені В.Н. Каразіна, 2006. – 72 с.
139. Гончаренко, М. С. Валеологічні аспекти духовного вдосконалення. / М. С. Гончаренко, Ю. М. Скоморовський // Актуальні проблеми валеологічної освіти, оздоровчої фізичної культури та фізичної реабілітації в навчальних закладах України: Зб. наук. праць. – Кіровоград.: Вид-во Кіровоград. держ. пед. ун-ту ім. В. Винниченка, 2000. – С. 29-41.
140. Гончаренко, М. С. До питання духовного вдосконалення. Валеологічні аспекти. / М. С. Гончаренко, Ю. М. Скоморовський // Науково-методичні підходи до викладання природничих дисциплін в освітніх закладах ХХІ століття. Зб. наук. праць Восьмих Каришинських читань. – Полтава, 2001. – С. 15-17.
141. Гончаренко, М. С. Стан та перспективи валеологічного виховання в сучасній школі / М. С. Гончаренко, Н. О. Березіна, С. В. Кириленко та інш. // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Міжнар. наук.-практ. конф. Т.І — Харків, 4-6.04.03 р.— С. 6-32.
142. Гончаренко, М.С. Підвищення духовності української нації через гуманізацію освіти. / М. С. Гончаренко, Л. В. Васильєва,

143. Е. Т. Карачинська та інш. // Сучасні проблеми гуманізації та гармонізації управління: Матеріали конференції — Харків – 2003. – С. 187.
144. Гончаренко, М. С. На шляху до гуманізації та підвищення духовності української нації / М. С. Гончаренко, С. О. Горбунова, Л. В. Васильєва та інш.// Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Міжнар. наук.-практ. конф. Т.ІІ — Харків, 4-6.04.2003.– С. 46-51.
145. Гончаренко, М. С. Стратегические проблемы образования / М. С. Гончаренко, В. Ю. Горчаков, С. В. Страшко и др. // Образование граждан мира: Тезисы докладов международной конференции – Москва, 1-5 ноября 2000г.
146. Гончаренко, М. С. О необходимости воспитания у подрастающего поколения ответственности за сохранение и укрепление здоровья с применением валеологических знаний / М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева // Современные проблемы науки и образования: Тез. докл. науч.-практ. семинара, 1-9 мая 2000 г. – Харьков, 2000. – С. 20–21.
147. Гончаренко, М. С. Валеологічна освіта в середній школі. Зміна парадигми в освіті: Метод. рекомендації. / М. С. Гончаренко, Г. М. Іванова. – Харків, 1999. -28с.
148. Гончаренко, М. С. Исследование влияния гармонизаторов и рунных текстов на организм человека / М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева, Н. В. Кобзарь и др. // Концептуальные и практические аспекты применения теории причинности: Материалы II-ой международной научно-практической конференции – Тюмень, 6-12 января 2003г. – С. 52-62.
149. Гончаренко, М. С. Исследование влияния работы в причинно-следственных связях на организм человека / М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева, Е. О. Коновалова и др.// Избранные труды – Тюмень, 2004.

150. Гончаренко, М. С. Исследование влияния энергоинформационного воздействия на организм человека / М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева, Е. О. Коновалова // Информоенергетика III-го тысячелетия: социолого-синергетичний та медико-екологічний підходи: Збірник наукових праць – Кривий Ріг, 21-22 березня 2003р. – С. 273-275.
151. Гончаренко, М. С. Актуальные проблемы непрерывного валеологического образования в Украине. / М. С. Гончаренко, Е. О. Коновалова // Методы совершенствования фундаментального образования в школах и вузах // Материалы IX международной научно-методической конференции преподавателей Украины, России, Беларуси – Севастополь, 22–26 сентября 2005. – Севастополь, 2005.- С. 15-19.
152. Гончаренко, М.С. Состояние и перспективы развития непрерывного валеологического образования / М. С. Гончаренко, Е. О. Коновалова // Научно-практические аспекты народной медицины // По материалам V юбилейного международного конгресса «Народная медицина России – прошлое, настоящее, будущее» – Москва, 2003. – Ч.3 – С. 14-16.
153. Гончаренко, М. С. Розробка концепції діяльності з підготовки та перепідготовки фахівців спеціальності “Валеологія” в Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна / М. С. Гончаренко, Е. О. Коновалова // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. II міжнар. наук.-практ. конф. Т. II – Харків, 2-4 квітня 2004. – С. 7-14.
154. Гончаренко, М. С. Розробка концепції діяльності з підготовки фахівців зі спеціальності „Валеологія” в Харківському національному університеті ім. В. Н. Каразіна / М. С. Гончаренко, Е. О. Коновалова // Біологія та валеологія // Збірник наукових праць Харківського Державного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди – Харків.: Вид-во Харк. Держ. пед. ун-ту ім. Г. С. Сковороди 2004. – С. 146-153.

155. *Гончаренко, М. С.* Безпека життєдіяльності та основи валеології.: Навч. пос. / М. С. Гончаренко, О. О. Коновалова, Л. В. Васильєва. – Х.: Вид-во Харк. нац. ун-ту імені В.Н. Каразіна, 2006. – 96 с.
156. *Гончаренко, М. С.* Досвід включення валеологічного компоненту в план удосконалення навчального процесу Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна / М. С. Гончаренко, Л. Ф. Крупська, Л. І. Рожкова // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Міжнар. наук.-практ. конф. Т.ІІ – Харків, 4-6.04.2003.– С. 156-162.
157. *Гончаренко, М.С.* Особенности психофизического статуса спортсменов при занятиях айкидо / М. С. Гончаренко, И. Г. Мартыненко, Е. О. Коновалова // Физическая культура и спорт в жизни общества и человека // Сборник матер. междун. научно-практ. конф. – Тула, 25-28.11.2002. – С. 113.
158. *Гончаренко, М. С.,* Концепція безперервного валеологічного виховання та освіти на Україні / М. С.Гончаренко, Л. І. Рожкова, О. С. Береза // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. Серія: Валеологія: Сучасність і майбутнє. Випуск 1. Валеологічні аспекти оздоровлення української нації – Харків: Вид-во Харк. нац. ун-ту ім. В.Н.Каразіна, 2004. – С.88-104.
159. *Гончаренко, М. С.* Современные методы диагностики здоровья школьников, дошкольников и молодежи / М. С.Гончаренко, Н. В. Самойлова // Актуальні проблеми оздоровчої фізичної культури, фізичної реабілітації та валеології у сучасних умовах: Зб. наук. праць. – Кіровоград.: Вид-во Кіровоград. держ. пед. ун-ту ім. В.Вінниченка, 1999. – С. 180–184.
160. *Гончаренко, М. С.* Моніторинг здоров'я студентської молоді за допомогою методу інтегральної діагностики. / М. С.Гончаренко, Ф.О.Філенко // Наукова монографія за редакцією проф.. Є. Єрмакова

- №7. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2006.- С.11-15.
161. Гончаренко, М. С. Дослідження стану здоров'я студентів у процесі навчальної діяльності методом рефлексодіагностики. / М. С.Гончаренко, Ф.О.Філенко // Наукова монографія за редакцією проф.. Є. Єрмакова №8. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Харків, 2006.- С.17-21.
162. Гончаренко, М. С. Валеологія в схемах. – Харків: Вид-во «Бурун Книга», 2005. – 208 с.
163. Гончаренко, М. С. Задачи валеологии на современном этапе развития общества // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Всеукр. наук.-практ. конф. – Харків, 11-13.04.2002. – С.15-26.
164. Гончаренко, М. С. Сознание как основание универсального энергетического поля. / М. С.Гончаренко, Ю. Д. Бойчук // VI Международный форум «Этический и духовные аспекты развития человека и общества». – С. 11-12.
165. Гончаренко, М. С. Духовні стратегії збереження здоров'я та життя на планеті / М. С.Гончаренко, Ю. Д. Бойчук // Матеріали IV Міжнар. наук.-практ. конф. „Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку”. II Т. Харків 5-7 квітня 2006 р. С. – 8-15.
166. Гончаренко, М. С. Формування еколого-валеологічної культури студентів вищих педагогічних навчальних закладів як соціальна і педагогічна проблема / М. С.Гончаренко, Ю. Д. Бойчук // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку // Збірник наукових праць. – Кіровоград: Вид-во Кіровоградського Держ. пед.ун-ту ім. В.Винниченка, 2004 – С. 32-37.
167. Гончаренко, М. С. „Современное состояние и перспективы развития валеологического образования в Украине». / М.С. Гончаренко, О.Е.Коновалова. - Севастополь – 2005.-С.113-120.

168. *Гончаренко, М. С.* Паспорт здоров'я. / М. С. Гончаренко, О. О. Коновалова, Е. Т. Карачинська и др. - Харків-2005. – 28 с.
169. *Гончаренко, М. С.* Екологія людини: Навчальний посібник. / М.С. Гончаренко, Ю. Д Бойчук. – Суми: ВТД «Університетська книга»; К.: Видавничий дім «Княгиня Ольга», 2005. – 394 с
170. *Гончаренко, М. С.* Этапы формирования духовности человека в учебно-воспитательном процессе. Теоретические и практические аспекты / М.С. Гончаренко, В.Г. Гончаренко, Н.В. Михайличенко // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. 3-ї між народ, наук.-практ. конф.: Т. 1, ч. 2. – Харків, 2005. – С 6-12.
171. *Гончаренко, М.С.* Валеологія в схемах: Навчальний посібник / М.С. Гончаренко. – Харків: Вид-во «Бурун Книга», 2005. – 207 с.
172. *Гончаренко, М. С.* На шляху до гуманізації та підвищення духовності української нації/ М. С. Гончаренко, С. О. Горбунова, Л. В. Васильєва и др.// Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Міжнар. наук.-практ. конф.- Харків, 2003. – Т.2. – С. 46-51.
173. *Горен, М.* Путь к здоровью и долголетию – М.: Изд-во «СЕЛФ», 1992. – 333 с.
174. *Гоч, В. П.* Серия «Философия высшего творчества». В 4-х книгах. – Екатеринбург: Изд-во «СВ-96», 1997.
175. *Гоч, В.* Причина и карма. – СПб.: Изд-во «Марина», 1994. – 158 с.
176. *Гоч, В. П.* Управляющие матрицы. – Севастополь: Изд-во ООНИЦ «Космос», 1995.
177. *Гоч, В. П.* Духовная сила растений. / В. П. Гоч, М. Л. Долгинов, Е. Д. Кузнецов – М.: Изд-во «Звезда Утренняя», 1997.. – 122 с.
178. *Гоч, В. П.* Духовные аспекты гармонизации человека: Избранные труды школы «Причина и карма», сб. 1. – Тюмень: Изд-во «Истина», 1998. – С. 3-11.

179. *Гоч, В. П.* Перспективы энергоинформационных взаимодействий человека и растений с позиции валеологии. /В. П. Гоч, В. П. Кузнецов, Е. Д. Кузнецов и др.// В. сб.: синтез медицины восток-запад и современных технологий – путь в XXI век – М.: Изд-во МАИМ, 1998. – С. 63.
180. *Гоч, В. П.* Причинные аспекты энергоинформационных взаимодействий. В сб.: Вопросы валеологии и эниовалеологии./
181. В. П. Гоч, Е. Д. Кузнецов, С. В. Белов – Севастополь: Изд-во «Лаукар», 1998. – С. 11 – 16.
182. *Гремек М. Д.* Геронтология – учение о старости и долголетию. – М.: Изд-во «Наука», 1964. – 131 с.
183. *Гримак, Л. П.* Магия биополя. – М.: Изд-во «Республика», 1994. – 448 с.
184. *Гримак, Л. П.* Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности. – М.: Изд-во «Политиздат», 1987. – 296 с.
185. *Гриньох, І.* Олесь Бердник. Утопіст чи харизматик на обрії другого тисячоліття християнства в Україні. – Рим: Видання «Богословії» 4. № 54, 1980. – 48 с.
186. *Гришин, С. В.* Фундаментальная физика и мировоззрение Востока.
187. *Гулыга, А. В.* Космическая ответственность духа // Наука и религия. – 1989. – № 8. – С. 32 – 34.
188. *Гундаров, И. А.* Пробуждение: пути преодоление демографической катастрофы в России. – М.: Изд-во «Беловодье», 2001. – 349 с.
189. *Гундаров, И. А.* Духовные аспекты гармонизации человека как причина демографической катастрофы: почему умирают в России, как нам жить? – М.: Изд-во «МедиаСфера», 1995. – 100 с.
190. *Гурвич, М. М.* Диета для здоровых. – М.: Изд-во «Легпромбытиздат», 1995. – 336 с.

191. *Гурвич, П. С.* Теория биологического поля. – М.: Изд-во «Госиздат», 1944. – 155 с.
192. *Давид–Неэль Александра.* Мистики и маги Тибета / Пер. с франц. – М.: Изд-во «Дягилевъ ЦентрЪ», ЦДЛ, 1991. – 215 с.
193. *Даль, В.* Толковый словарь живого великорусского языка. Т. 1. – Москва: Изд-во «Русский язык», 1981. – 699 с.
194. *Джан, Р. Г.* Границы реальности. Роль сознания в физическом мире. / Р. Г. Джан, Б. Дж. Данн. – М.: Изд-во Объединенного ин-та высоких температур РАН, 1995. – 288 с.
195. *Джеффри Мишлав.* Корни сознания. – Киев: Изд-во «София», 1995. – 413 с.
196. *Дипак Чопра.* Идеальная энергия. – Ростов н/Дону: Изд-во «Феникс», 1996. – 352 с.
197. *Дипак Чопра.* Идеальное здоровье. – М.: Изд-во «Древо жизни.» 1992. – 432 с.
198. *Добротолубие.* В 4 т. Т. 2: Издание Свято–Троицкой Сергиевой Лавры, 1992. – 760 с.
199. *Донцов, В. И.* Теория древних экзотерических знаний // Старение и долголетие. – М., 1994. – Вып. 4. – С. 23-31.
200. *Донцов, В. И.* Новый эффективный энтеросорбент – «медетопект» как возможное геропротекторное средство широкого использования. В сб.: старение и долголетие, Вып. 3. – М.: Изд-во «Аламанда», 1993. – С. 14-15.
201. *Дубров, А. П.* Биогравитация, биовакуум, биополе и резонансно–полевой тип взаимодействия как фундаментальные основы парапсихологических явлений // Парапсихология и психофизика. – 1993. – № 2. – С. 15 – 23.
202. *Дубров, А. И.* Парапсихология и современное естествознание. / А. И. Дубров, В. А. Пушкин. – М.: «Соваминко», 1989. – 280 с.

203. Дудченко, З. Ф. Оценка качества жизни. // Практикум по психологии здоровья / Под ред. Г. З. Никифорова. – М.; СПб. и др.: Изд-во «Питер», 2005. – С. 156-163.
204. Дульнев, Г. Н. Энергоинформационный обмен в природе. – СПб.: Изд-во ГИТМО (ТУ), 2000. – 140 с.
205. Дульнев, Г. Н. Возможность Тонкого Мира // Терминатор, 1996. – № 5/6. – С. 67 – 70.
206. Дульнев, Г. Н. Информация – фундаментальная сущность природы // Терминатор, 1996. – № 1. – С. 64 – 66.
207. Дульнев, Г. Н. От Ньютона и термодинамики к биоэнергоинформатике // Сознание и физическая реальность. – 1996. – Т. 1, № 1–2. – С. 93 – 97.
208. Егорова, Е. М. О построении новых принципов научного метода // Рериховские чтения. 1997 // Мат. конф.: Сборник. – Новосибирск: Изд-во Сибирского Рериховского общества, 2000. – С. 301 – 317.
209. Євтух, М. Б. Проблеми виховання молоді в світлі християнського вчення / М. Б. Євтух, Т. Д. Тхоржевська // Вісн. Православ. педагогіки: Мат. церковно–світської конф. «Християнські цінності в освіті і вихованні» – Свято–Успенська києво–Печерська Лавра, 24–26 березня 1999 року. – С. 54 – 59.
210. Євтух, М. Б. Морально–релігійне виховання особистості в історії педагогіки // Межд. науч.–практ. духовно–светская конф. «Аще возможно, будьте в мире со всеми...»(Римл. 12, 18). В честь 2000–летнего юбилея по Рождеству Христову. Тезисы докладов и сообщения. – Запорожье, 1997. – С. 130 – 132.
211. Живая Этика. (Антология гуманной педагогики). – М.: Изд. Дом Ш. Амонашвили, 1999. – 224 с
212. Жикаренцев, В. Путь к свободе: Взгляд в себя / В. Жикаренцев. – СПб: Изд-во «Золотой век»; Диамант, 1997. – 272 с.
213. Зеньковский, В. Педагогика. – Москва–Париж, 1996. – 153 с.

214. *Зеньковский, В.* Проблемы воспитания в свете христианской антропологии. – М., 1994. – 268 с.
215. *Иваницкий, А. И.* Лекции о работе головного мозга. Потребностно–информационная теория высшей нервной деятельности. / А. И. Иваницкий, П. В. Симонов. – М.: ИП РАН, 1998. – 320 с.
216. *Ионова, О.Н.* Вимоги до здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу. / О. Н. Ионова, О.В.Омельченко // Матеріали V міжнародної науково-практичної конференції, квітень 2007р.: У 3-х т. /За ред проф. М.С.Гончаренко: // Харків: 2007.– Т.2.– 238с.
217. *Исаченко, Р. П.* Торсионные поля в энергоинформационной системе человека // Парапсихология и психофизика. – 1999. № 1. – С. 48 – 49.
218. *Казначеев, В. П.* Идеи холизма в современной биологии и медицине и работы Н. Ф. Федорова об управлении природой. Матеріали II Міжнародної науково–практичної конференції: «Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку». – Т. 1. – С. 57.
219. *Казначеев, В. П.* Проблемы живого космического пространства // Интеллект планеты как космический феномен. – Новосибирск: Изд. Дом «Альтмилла Ко, Лтд», 1997. – С. 5 – 28.
220. *Казначеев, В. П.* Живые лучи и живое поле // Чудеса и приключения. – 1996. – № 5. – С. 6—9.
221. *Казначеев, В. П.* Космопланетарный феномен человека: проблемы комплексного изучения. / В. П. Казначеев, Е. А. Спирин. – Новосибирск: Книжн. Изд-во, 1991. – 303 с.
222. *Казначеев, В. П.* Феномен человека: космические и земные истоки. – Новосибирск: Книжное изд-во, 1991. – 128 с.
223. *Казначеев, В. П.* Феномен человека: комплекс социоприродных свойств / В. П. Казначеев, Е. А. Спирин // Вопр. филос. – 1988. – № 7. – С. 29 – 37.

224. *Казначеев, В. П.* Очерки теории и практики экологии человека. М.: Изд-во «Наука», 1983. – 364 с.
225. *Карпенко, І. М.* Духовний ідеал ноосфери і катарсична сутність виховання // Педагогіка і психологія. – 1998. – № 2. – С. 48—53.
226. *Карягин, К. М.* Сакия–Муни (Будда); Конфуций /Жизнь замечательных людей/. –Спб: Изд-во «Лио Редактор», 1993. – С. 7 – 143.
227. *Киричук, О. В.* Рівні суб’єктності та індикатори духовності людини /О. В. Киричук, З. С. Карпенко // Педагогіка і психологія. – 1995. – № 4. – С. 3 – 12.
228. *Киричук, О. В.* Концепція організації навчально–виховного процесу в школі розвитку // К.: Вид-во «Рідна школа» – 1994. – № 6. – С. 15 – 18.
229. *Киричук, О. В.* Метаморфози духу до питання про предмет гуманітарної психології / О. В. Киричук, З. С. Карпенко // Педагогіка і психологія. – 1994. – № 4.
230. *Кишкарева, Т. Л.* Сказы: Движение вечности и мелодики жизни. – г. Южно–Сахалинск: типография ПБОЮЛ, 2003. – 215 с.
231. *Клизовский, А. И.* Основы миропонимания Новой Эпохи. В 3 тт. Т. 3. – Рига: Изд-во «Виeда», 1991. – 288 с.
232. *Книга о здоровье* / Под ред. Ю. П. Лисицина. М., 1988. – 509 с.
233. *Книга Урантии* / Пер. с англ. – Чикаго, Иллинойс США: Фонд Урантии, 1997. – 2097 с.
234. *Князева, Е. Н., Курдюмов С. П.* Интуиция как самодостраивание // Вопр. Филос. – 1994. – 3 2. – С. 110 – 123.
235. *Колбанов, В. В.* Валеология: основные понятия, термины и определения. – СПб.: Изд-во «ДЕАН», 2001. – 256с.
236. *Колбанов, В. В.* Валеология. – Спб.: Изд-во «ДЕАН», 2001. – 256 с.

237. *Коротков, К. Г.* Аура с позиции физики // Сознание и физическая реальность. 1997. Т. 2. № 4. С. 70 – 75.
238. *Коротков, К. Г.* Свет после жизни. – СПб.: Изд-во «Культура», 1994. – 339 с.
239. *Коротков, К. Г.*, Кузнецов А. А. Модели интерференционных, пространственно–полевых структур в биологии / К. Г. Коротков,
240. А. А. Кузнецов // Биомедицинская информатика и эниология. – СПб.: Изд-во «Ольга», 1995. – С. 33 – 48.
241. *Краев, Г. А.* Валеологическая система сохранения здоровья населения России / Г. А. Краев, С. К. Сергеев, Ю. В. Шленов // Валеология. – 3 1. – 1996. С. 8.
242. *Кремень, В. Г.* Формування особистості в умовах розвитку української державності // Освіта, 2 грудня – 5 січня 2000 р. – № 60 – 61. – с. 3.
243. *Кремень, В. Г.* Україна — шлях до себе. Проблеми суспільної трансформації. / В. Г. Кремень, В. М. Ткаченко – К.: Вид-во «Друк», 1999. – 448 с.
244. *Крук, С.* По следам пути ариев. / С. Крук, М. Чайковский, П. Иванченко – Хмельницкий: Изд-во ООО Науч.–медиц. фирма «АВИЦЕННА», 1998. – 112 с.
245. *Крымский, С. Б.* контуры духовности: новые контексты идентификации // Вопр. Филос. – 1992. – № 2. – С. 21 – 29.
246. *Крюк, Э. А.* Современная концептуальная модель энергоинформационного взаимодействия // Бинар Аура Z. 1997. – С. 14 – 17.
247. *Кузнецов, Е.* Новая валеология нового времени / Е. Кузнецов. – Ростов н/Дону: Изд-во «Восхождение», 2000. - 240 с.
248. *Кулаков, Ю. П.* Синтез науки и религии // Сознание и физическая реальность, 1997. Т. 2. № 2. – С. 1 – 14.

249. Кулаков, Ю. П. Поиск научной истины ведет к Богу // Взаимосвязь физической и религиозной картины мира. Вып. 1. – Кострома: Изд-во МИИЦАОСТ, 1996. – С. 53 – 77.
250. Кулиниченко, В.Л. Современная медицина: Трансформация парадигм теории и практики В.Л. Кулиниченко. – К.: Вид-во Центру практичної філософії, 2001. – 240 с.
251. Лазарев, С. Н. Диагностика кармы. Книга четвертая. Прикосновение к будущему. – СПб.: Изд-во АОЗТ «Академия Парапсихологии». 1997. – 208 с.
252. Лисицин, Ю. П. Здоровье населения и современные теории медицины. – М.: Медицина, 1982. – С. 38.
253. Лищук, В. А. Технология повышения личного здоровья. / В. А. Лищук, Е. В. Мосткова – М.: Медицина, 1999. – 320 с.
254. Лищук, В. А. Обзор «Основы здоровья. Актуальные задачи, решения, рекомендации». / В. А. Лищук, Е. В. Мосткова – М.: Изд-во «Медицина», 1994. – 134 с.
255. Лободин, В.Т. Самоанализ и познание внутреннего мира. – СПб.: Изд-во «Комплект», 1996. – 250 с.
256. Лободин, В.Т. Путь к единству: т.1.; Здоровье и духовность. – СПб.: Изд-во «Комплект», 1995. – 233 с.
257. Луиза Хей. Целительные силы внутри нас / Пер. с англ. – М.: Изд-во «ОЛМА-ПРЕСС», 1997. – 238 с.
258. Максимович И.Ф. Духовная валеология. – М.: Изд-во «Яхтсмен», 2000. В 3-х томах. Т.1 – 230с., Т.2 – 284с. , Т. 3 – 248с.
259. Малахов Ю. П. Целительные силы. Биосинтез и биоэнергетика. В 5 т. Т. 2. – СПб.: Изд-во АО «Комплект», 1994. – 315 с.
260. Малов, Ю.С. Биологические основы здоровья и болезней / Ю.С. Малов //Вестн. РВМА – 2003. – 266. – С. 141-146.
261. Малов, Ю.С. Параметры гомеостаза - показатели здоровья человека. – Клин. мед. – 1999. – № 77 (3). – С. 56-60.

262. *Малов, Ю.С.* Здоровье и болезни / Ю.С. Малов. – СПб.: Изд-во «XXI век», 1996.
263. *Мамароашвили, М. К.* Сознание как философская проблема // *Вопр. филос.* – 1990. – № 10. – С. 3 – 18.
264. *Мартынов, А. В.* Исповедимый путь. – М.: Изд-во «Прометей.» 1990. – 166 с.
265. *Мартынова, Н. М.* Критический анализ методологии изучения и оценки здоровья человека // *Философские науки.* – № 2. – 1991. – С. 74 – 82.
266. *Марушкевич, А.* Іван Огієнко про самовдосконалення особистості .- К.: Вид-во «Рідна школа» – 1999. – № 9. – С. 76 – 78.
267. *Маслоу, А.* Новые рубежи человеческой природы. – М.: Изд-во «Смысл», 1999. – 425 с.
268. *Маслоу, А.* Психология бытия / Пер. с англ. – М.: Рефлбук; – К.: Изд-во «Ваклер», 1997. – 304 с.
269. *Медина, И. С.* Экономический поиск России – реальная возможность перехода человеческого общества к качественно новому уровню развития мировой цивилизации на рубеже XXI века // *Духовный образ России в философско–художественном наследии Н. К. и Е. И. Рерихов. Мат. межд. общ.–науч. конф.* 1996. – М.: Изд-во МЦР, 1998. – С. 89 – 102.
270. *Мейланов, Р. П.* Концепция фрактала в естествознании: Докл. На зас. през. Дагестанского научн. центра РАН (Ин–т проблем геотермии). – Махачкала, 2002. – 28 с.
271. *Мейланов, Р. П.* Энергетика человека и современное естествознание. – Махачкала: Изд–во «Бари», 1998. – 150 с.
272. *Мельников, Г. С.* Аналитическое программирование информационно–обменных процессов активных биологических форм. Введение во фрактальную оптику и оптику матричных транспарантов. / Г. С. Мельников, И. Н. Серов – СПб.: Изд-во «AIRES», 2002. – 88 с.

273. *Мень, А. В.* История религии: в поисках Пути, Истины и Жизни. – Т. 1. – М., 1991. – 191 с.
274. *Меркулов, А.* Великая сила креста // Совершенно секретно. 2001. – № 16. – С. 3.
275. *Мертон, Э.* Введение в теософию. Тонкие планы. – М.: Изд-во «Велигор», 1998. – 225 с.
276. *Методическое пособие по валеологическим аспектам диагностики здоровья /* Сост. М. С. Гончаренко, Н. В. Самойлова, А. М. Иванова и др. — Харьков, 1999.
277. *Методическое пособие по изучению активных точек на теле человека с целью профилактики заболеваний и оздоровления организма.*
278. / Сост. М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева. — Харьков, 2000. — 36 с.
279. *Мизун, Ю. В.* Тайны мирового разума и ясновидение. / Ю. В. Мизун, Ю. Г. Мизун – М.: Изд-во «Вече», 2000. – 557 с.
280. *Мизун, Ю. В.* Тайны богов и религий. / Ю. В. Мизун, Ю. Г. Мизун – М.: Изд-во «Вече», 1999. – 576 с.
281. *Мизун, Ю. В.* Бог, душа, бессмертие. / Ю. В. Мизун, Ю. Г. Мизун – Мурманск: Изд-во «Север», 1992. – 331 с.
282. *Минцер, О. П.* Здоровье индивида и популяции, определение и подходы к оценке / О. П. Минцер, И. И. Ермакова, Е. Г. Лебах // Кибернетика и системный анализ, 1992.
283. *Михайличенко, М.В., Гончаренко М.С., Новикова В.Є., Карачинська Е.Т.* Гуманізація виховання й освіти як шлях до духовного оновлення суспільства. Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції „Валеологія: сучасний стан напрямки та перспективи розвитку”. Т. I. Харків 12.14 квітня, 2007 р. С. 5– 9.
284. *Мишлав, Д.* Корни сознания. – К.: Изд-во «София», 1995. – 416 с.
285. *Моисеев, Н. Н.* Универсум. Информация. Общество. – М.: Изд-во «Устойчивый мир», 2001. – 200 с.

286. *Молотков, С.* Практическая энциклопедия. Основы правильной духовной жизни. – СПб.: Изд-во «Держава», 2006. – 600 с.
287. *Мухина, С. О.* Путь к гармонии. Духовно–энергетическая «анатомия» человеческого организма. – Жуковский, 1998. – 168 с.
288. *Мухина, С. О.* Созидание, гармония и здоровье / С. О. Мухина. - Жуковский, 1998. – 215 с.
289. *Неведомская, Л.* Экология сознания // Оракул, 2002. – № 4. – С. 20.
290. *Никифоров, Г.С.* Самооценка физического, психического и социального здоровья // Практикум по психологии здоровья / Г. С. Никифоров, Л. И. Августова. – М., 2005. – С. 35-42.
291. *Одрехівський, М. В.* Валеологічні інноваційні центри: екологічні проблеми створення і функціонування. - Львів: Вид-во „Світ”, 1997. – 143 с.
292. *Онищенко, В. Д.* Філософія духа і духовного пізнання: Християнсько–філософська ноологія. – Львів: Логос, 1998. – 338 с.
293. *Орлов, Ю. М.* Восхождение к индивидуальности. – М., 1992. – 288 с.
294. *Орлов, Ю. М.* Самопознание и самовоспитание характера. – М.: Просвещение, 1987. – 224 с.
295. *Основы буддизма.* – Таллин: «Бриз», 1990. – 48 с.
296. *Ошо.* Интуиция. Знание за пределами логики. – СПб.: ИД «Весь», 2003. – 192 с.
297. *Паспорт здоровья воспитателя и преподавателя* / Сост. М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева— Харьков, 2000. — 26 с.
298. *Паспорт здоровья дошкольника* / Сост. М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева — Харьков, 2000. — 28 с.
299. *Паспорт здоровья студента* / Сост. М. С. Гончаренко, Е. О. Коновалова, Э. Т. Карачинская и др. – Харьков, 2002. – 28 с.

300. *Паспорт здоров'я школьника* / Сост. М. С. Гончаренко, Т. П. Камнева — Харьков, 2000. — 28 с.
301. *Паунггер, И.*, Попе Т. Все в нужный момент. — ЗАЛ «Весь», 1999. — 204 с.
302. *Петленко, В. П.* Валеология человека: здоровье — любовь — красота. В 5-ти томах. СПб.: Изд-во «РеТгос», 1996.
303. *Плыкин, В. Д.* В начале было слово, или след на воде. — Ижевск: Изд-во Удмуртского ун-та, 1995. — 41 с.
304. *Полонников, Р. И.* Феномен информации и информационного взаимодействия. — СПб.: Изд-во Санкт — Петербургского ин-та информатики и автоматизации, 2001. — 189 с.
305. *Помыткин, Е.О.* Психологія духовного розвитку особистості: Монографія / Е.О. Помиткін. — К: Вид-во «Наш час», 2005. — 280 с
306. *Помиткін, Е.О.* Духовний розвиток учнів у системі шкільної освіти: Навч.метод. посібник/ Е.О. Помиткін. — К., 1999, — 162 с.
307. *Попов, Л. М.* Грани духовности // Педагогика. — 1996. — № 1. — С. 40 — 44.
308. *Пособие валеолога-лидера* по предупреждению распространения ВИЧ-инфекции среди молодежи. — Харків, 1999. — 42 с.
309. *Правдивцев, В. Л.* Эти загадочные зеркала. — М.: Изд-во РИЦ МКД, 2002. — 575 с.
310. *Правдивцев, В. Л.* Магия волос // На грани невозможного. — 2000. — № 9. — С. 14 — 16.
311. *Привальская, С.Р.*, Персиц Д.Б. Учение Восхождения или дорога к храму мира. / С. Р. Привальская, Д. Б. Персиц — М.: Изд-во «Агар», 2001. — 224с.
312. *Пригожин, И.* Время, хаос, квант. / И. Пригожин, И. Стенгерс— М.: Изд-во ИГ «Прогресс», 1986. — 268 с.
313. *Програми для підготовки спеціалістів з валеології: для вищих навчальних закладів* / Укл. М. С. Гончаренко, Е. Т. Карачинська,

- Л. І. Рожкова / Під ред. д.б.н., проф. Гончаренко М. С. – Харків, 2001. – 110 с.
314. *Пропедевтика внутренних болезней* /Под ред. В.Х. Василенко, А.Л. Гребнева – М., Изд-во «Медицина», 1982.
315. *Репьев, С. И.* Биология –смена научной парадигмы / С. И. Репьев, В. А. Муромцев // Парапсихология и психофизика. 1999. № 1. – С. 10 – 11.
316. *Рерих, Е. И.* У порога Нового мира. – М.: Изд-во «МЦР, Мастер–банк», 1997. – 176 с.
317. *Рерих, Е. И.* Письма в Америку. В 3 т. (1929– 1955). Т. 3. (1948– 1955). – М.: Изд-во «Сфера», 1996. – 576 с.
318. *Роберт А. Уилсон.* Квантовая психология / Пер. с англ. под ред. Я. Невстужева. – Киев: Изд-во «Янус», 1999. – 224 с.
319. *Рогожкин, В. Ю.* Эниология. – М.: Изд-во «Пантори», 2000. – 528 с.
320. *Ростовцев, В. Н.* Основы здоровья. – Минск, Изд-во «Минсктиппроект», 2002. – 111 с.
321. *Савчин, М. В.* Духовний потенціал людини. – Івано–Франківськ: Вид-во «Плай» Прикарпат. ун-ту, 2001. – 203 с.
322. *Савчин, М. В.* Загальна психологія. Навч. посіб. У 2 ч. Частина II. – Дрогобич: видавнича фірма «Відродження», 1998. – 147 с.
323. *Сандрова, А.* Путь спасителя. Система Порфирия Иванова в свете учения Живой Этики. / А. Сандрова, В. Дмитриев – СПб.: Изд-во «Свет», 1995. – 288 с.
324. *Сапунов, Б. В.* Воздействие икон // Аномалия. 1996. – № 3.
325. *Сатпрем.* Шри Ауробиндо Гхош или Путешествие сознания. – Бишкек: Изд-во «Глобус», 1992. – 270 с.
326. *Святитель Лука (Войно–Ясенецкий).* Дух. Душа и тело. – М., 1999.

327. Серов, И. Н. Результат апробации матричных аппликаторов «АЙРЕС». – СПб., 2002. – 56 с.
328. Симонов, П. В. и др. Происхождение духовности. /П. В. Симонов, П. М. Ершов, Ю. П. Вяземский. – М.: Наука, 1989. – 350 с.
329. Система естественного оздоровления П. И. Иванова. – К., 1992. – 240 с.
330. Смирнов, И. Н. Здоровье человека как философская проблема // Вопросы философии. – № 7. – 1985. – С. 83 – 93.
331. СПИД: возникновение, распространение, профілактика. Что нужно знать молодежи о СПИДе. Методическое пособие. / М. С. Гончаренко, О. В. Кулинич, Л. В. Васильева, Е. О. Коновалова, Т. М. Чикало, Т. Д. Кравцова. – Харьков, 2004. – 31 с.
332. Степаненко, І. В. Метаморфози духовності в ландшафтах буття. – Харків: Вид-во «ОВС», 2002. – 256 с.
333. Сто великих людей мира. Зороастр. Будда. Конфуций. Магомет. – К.: МП «Муза», 1991. – 168 с.
334. Стульгинский, С. В. Введение в Агни Йогу. – Новосибирск: Сибир. Рериховское общ-во, 1997. – 192 с.
335. Сухомлинський, В. О. Як виховати справжню людину // Вибр. Твори: В 5 т. Т. 2. – К.: Вид-во «Радянська школа», 1976. – С. 138 – 409.
336. Сучасні системи вищої освіти: порівняння для України // За ред. В. Зубка. - К.: Видавничий дім «К. М. Академія», 1997. – 290 с.
337. Татаркова, Л. Г. Валеология – основы безопасности жизни ребенка. / Л. Г. Татаркова, Н. Б. Захаревич., Т. О. Калинина – СПб.: Изд-во «Ретрос», 1995. – 238 с.
338. Тель, Л. З. Валеология: Учение о здоровье, болезни и выздоровления. М.: ООО «Изд. АСТ»; «Астрель», 2001. В 3-х томах. – Т. 1-432 с. Т. 2-480 с. Т.3-416 с.
339. Тимченко, Г. М. Основи біоритмології. - Харків-2005. – 110 с.

340. *Тихоплав, В. Ю.*, Тихоплав Т. С. Начало начал. СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2003. – 288 с.
341. *Тихоплав, В. Ю.*, Тихоплав Т. С. Жизнь напрокат. – СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2002. – 256 с.
342. *Тихоплав, В. Ю.*, Тихоплав Т. С. Великий переход. – СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2002. – 256 с.
343. *Тихоплав, В. Ю.*, Тихоплав Т. С. Кардинальный поворот. – СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2002. – 304 с.
344. *Тихоплав, В. Ю.*, Тихоплав Т. С. Физика веры. – СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2001. – 256 с.
345. *Тюріна, Т.* Виховний ідеал людини третього тисячоліття: педагогічні роздуми // Теоретичні питання освіти та виховання: Зб. наук. праць. – Вип. 17. – Київ: Вид-во КДПУ, 2001. – С. 36 – 41.
346. *Тюріна, Т.* Шляхи гуманізації та одухотворення сучасної освіти // Теоретичні питання освіти та виховання: Зб. наук. праць. – Вип. 16. – К.: Вид-во КДПУ, 2001. – С. 57 – 60.
347. *Тюріна, Т.* Вчення Живкої Етики та одухотворення сучасної педагогіки // Теоретичні питання освіти та виховання: Зб. наук. праць. – К.: Вид-во КДПУ. – № 8. – 2000. – С. 80 – 86.
348. *Тюріна, Т. Г.* До проблеми цілісної людини (триєдності духа, душі й тіла): аналітичний огляд // Теоретичні питання освіти та виховання: Зб. наук. праць. Вип. 9. – К., Вид-во КДПУ, 2000. – С. 135 – 145.
349. *Тюріна, Т.* До питання гуманізації змісту педагогіки як навчальної дисципліни // Гуманізація навчально-виховного процесу у вищій школі: наукові праці міжн. наук.-практ. конф. 27–29 вересня 1999 р. – Слов'янськ, 1999. – С. 26 – 30.
350. *Тюріна, Т. Г.* Духовне виховання й самовиховання цілісної людини // Педагогіка і психологія. – 1999. – № 2 – С. 99 – 106.

351. *Тюріна, Т.* Духовна педагогіка: спроби теоретичного обґрунтування // Психолого–педагогічна наука і суспільна ідеологія. Мат. методологічного семінару АПН України, 12 листопада 1998. – К.: Вид-во «Генезис», 1998. – 122 – 128.
352. *Тюріна, Т.* Взаємозв'язок фізичного і духовного у становленні сучасної молоді // Наукові записки: Серія педагогіка і психологія. – Тернопіль, 1998. – № 3. – С 155 – 159.
353. *Тюріна, Т.* Основи духовної педагогіки. – Львів, 1998. – 76 с.
354. *Урсул, А. Д.* Человечество. Земля. Вселенная. – М.: Изд-во «Мысль», 1977. – 264 с.
355. *Успенский, П. Д.* Новая модель Вселенной. – СПб.: Изд-во Чернышева, 1993. – 560 с.
356. *Учение Михаила (Ченнелинг VII).* – К.: София, 1999. – 208 с.
357. *Фанталова, Е.Б.* Диагностика внутреннего конфликта\ Е.Б. Фанталова. – М.: Изд-во «Фолио», 2002. – 116с.
358. *Физиологические и социальные аспекты оздоровительного питания.* Методическое пособие. / М. С. Гончаренко, С. А. Горбунова-Рубан, Е. О. Коновалова та інш. –Харьков, 2004. – 72 с.
359. *Фітооздоровлення дітей та молоді: Метод. рекомендації / Укл. Гончаренко М. С., Шмараєва І. Е., Гончаренко О. В. та інш.— Харків, 1999. — 40 с.*
360. *Фітооздоровлення населення України/ під ред. Гончаренко М. С. – Харків, 2003. – 66 стр.*
361. *Франк, С. Л.* Духовные основы общества. – М.: Изд-во «Республика», 1992. – 510 с.
362. *Фрейд, З.* Введение в психоанализ: Лекции. – М.: Изд-во «Наука», 1989. – 456 с.
363. *Фрейд, З.* Психология бессознательного. Сборник произведений. – М.: Изд-во «Просвещение», 1989. – 448 с.

364. *Фромм, Э.* Душа человека. – М.: Изд-во «Республика», 1992. – 430 с.
365. *Харченко, Л. П.* Концептуальна модель формування еколого-валеологічної культури майбутнього вчителя. Збірник наукових праць „Культура здоров’я”. / Л. П. Харченко, Ю. Д. Бойчук, М. С. Гончаренко. - Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2006. – С.243.
366. *Хей, Л.* Позитивний поход / Луиза Хей. - М: Вид-во «Олма-Пресс» , 1998. - 221 с
367. *Хокинг, С. , Пенроуз Р.* Природа пространства и времени. / С. Хокинг, Р. Пенроуз – Ижевск: Изд-во НИЦ «регулярная и хаотическая динамика», 2000. – 160 с.
368. *Холодный, Н. Г.* Изб. тр. – К.: Вид-во «Наукова думка», 1982. – 442 с.
369. *Хохель, С.* Ступени сознания / С. Хохель. – Екатеринбург: Изд-во «Литу», 2003.-464 с.
370. *Хрупкий, К. С.* Экстремология, аксиология, валеология: к обнаружению новой научной и образовательной парадигмы // Основы безопасности жизни. – 3 3–4, 1999. – С. 9 –10.
371. *Хрупкий, К. С.* Интегративная модель валеологии как целостной науки и практики. Перспективы развития конституциологических исследований // Валеология. – № 2. 1997. – С. 5 – 12.
372. *Циолковский, К. Э.* Грезы о Земле и Небе. – Тула: Приокское книжное изд-во, 1986. – 447 с.
373. *Чаттерджи Браман.* Сокровенная религиозная философия Индии. – ХРК: «Рубикон», 1991. – 115 с.
374. *Человек: Мыслители прошлого и настоящего о его жизни, смерти и бессмертии. Древний мир – эпоха просвещения / И. Т. Фролов и др.* – М.: Изд-во «Республика», 1995. – 463 с.
375. *Чижевский, А. Л.* Земное эхо солнечных бурь. – М.: Изд-во «Мысль», 1976. – 350 с.

376. Чопра, Д. Здоровье и квантовая механика // Наука и религия. 1990 .– № 1. – с. 40 – 42.
377. Чумарна, М. І. Стрітення. Вибране. – Львів: Вид-во «Аверс», 2000 – 184 с.
378. Чумарна, М. І. «Пізнай самого себе» // Дошкільне виховання. – 1996. – № 6. – С. 24 – 25.
379. Чумарна, М. І. Авторська школа: проблеми і перспективи // Всеукраїнська науково–практична конференція з проблем роботи загальноосвітніх навчально–виховних закладів нового типу. 2 – 4 лютого 1994 року: Тези доп. Та вист. – К.: АПН України, фонд–центр «EVOLUTA», 1994. – С. 133 – 135.
380. Чумарна, М. І. Навчитися можна тільки в радості // Початкова школа. – 1993. – № 11. – С. 38 – 39.
381. Шабетник, В. Фрактальная физика. Наука о мировоззрении. М.: 2000. 415 с.
382. Шарден, Тейяр де. Феномен человека. – СПб.: Изд-во «ДЕАН», 1999. – С. 76.
383. Шарден, Тейяр де. Божественная среда. – М.: Изд-во «Гнозис», 1994. – 220 с.
384. Швебс, Г. И. Холистическая научно–эзотерическая картина мироздания // Сознание и физическая реальность, 1998. – Т. 3. – № 5 – С 3 – 14.
385. Шипов, Г. И. Явления психофизики и теория физического вакуума // Сознание и физический мир. – Вып. 1. – М.: Агентство «Яхтсмен». 1995. – С. 86 – 103.
386. Шипов, Г. И. Квантовая механика, о которой мечтал Эйнштейн, следует из теории физического вакуума. Препринт № 20. – М.: Изд-во «МНТЦ ВЕНТ», 1992. – 64 с.

387. *Штайнер, Р.* Из области духовного знания или антропософии. Статьи, лекции и драматическая сцена в переводах (с нем.) начала века. – М.: Изд-во «Энигма», 1997. – 560 с.
388. *Штайнер, Р.* Конспект лекций о молитве «Отче наш», прочитанных ок. 1905 г. в Берлине // Наука и религия. – 1991. – № 12. – С. 20.
389. *Штайнер, Р.* Путь к посвящению или как достигнуть познания высших миров. – М.: Изд-во СП «Интербук». 1991. – 138 с.
390. *Штайнер, Р.* Христианство как мистический факт и мистерии древности. – Ереван: «Ной», 1991. – 150 с.
391. *Шюон, Ф.* Понять ислам// Вопр. филос. – 1994. – № 7–8. – С. 119 – 135.
392. *Шюре, Э.* Великие посвященные. Очерк эзотеризма религий /Пер. с фр. – М.: Изд-во СП «Книга– Принтшоп», 1990. – 420 с.
393. *Эйнштейн, А.* Физика и реальность. – М.: Изд-во «Наука», 1965. – 359 с.
394. *Юрас, І.* Педагогіка Істини, Краси, Добра Памфіла Юркевича // Рідна школа. – 2000. – № 2 (125). – С. 12 – 17.
395. *Юркевич, П. Д.* Вибране. – К.: Вид-во «Абрис», 1993. – 416 с.
396. *Юсупов, І. М.* Методика експрес-діагностики емпатії// Методы диагностики и исследования эмоциональной сферы взрослого. - М., 2003. 457 с.
397. *Яковенко, М. Л.* Вища освіта і запити сучасності. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. Луганськ: Вид-во Східноукр. нац. ун-ту, 2004. – 252 с., С. 239 – 247.
398. *Янушкевичус, Р.,* Основы нравственности: Уч. пос. для школьников и студентов. / Р.Янушкевичус, О.Янушкавичене. - М.: Изд-во «ПРО–ПРЕСС», 2000. -456 с.
399. *Яркина, Т. Ф.* Проблемы духовного мира человека на пороге ноосферной эпохи // Педагогика. – 1996. – № 2. – С. 40 – 47.

400. *Ярцев, В. В.* Жизнь в настоящем времени. – Омск: Книж. изд-во, 2002. – 98 с.
401. *Ярцев, В. В.* Мир души. – Омск: Книж. изд-во, 1999. – 304 с.
402. *Ярцев, В. В.* Свойство человека объединять энергией и информацией клетки своего физического тела // Сознание и физическая реальность. – Омск, 1998. – Т. 3, № 4. – С. 52 – 58.

ГОНЧАРЕНКО Марія Степанівна.

Завідувач кафедри валеології філософського факультету Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна, професор, доктор біологічних наук. Одна з провідних фахівців-валеологів України, засновник харківської наукової валеологічної школи. Коло наукових інтересів: теоретична валеологія, педагогічна валеологія, екологічна валеологія, розробка фітокоректорів та інших валеологічних методів оздоровлення та корекції антропогенного та екологічного навантаження. Викладає курси „Історія валеології”, „Загальна валеологія”, „Валеологічна культура харчування”, „Моральні та духовні основи здоров'я”. Автор більше 300 наукових та методичних праць, у числі яких „Валеологічний словник”, а також навчальні посібники „Валеологія в схемах”, „Основы валеологического питания”, „Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості”, які рекомендовані Міністерством освіти і науки України для студентів вищих навчальних закладів. Отримала більше 20 авторських свідоцтв та патентів на винаходи, підготувала 7 кандидатів наук, нагороджена Подякою Кабінету Міністрів України та Орденом Софії Русової.

Учебное пособие

Гончаренко Мария Степановна

ВАЛЕОПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ДУХОВНОСТИ

Редакторы Гончаренко В.Г., Коновалова Е.О.

Компьютерная верстка Удовенко М.А.

Макет обложки Дончик И.М.

Подписано к печати . Формат 60х84.

Бумага офсетная. Печать ризографическая.

Тираж 500 экз. Цена договорная

61077, Харьков, пл. Свободы, 4, Харьковский национальный университет
им. В. Н. Каразина, организационно-издательский отдел НМЦ

Напечатано ФОП «Петрова И.П.»

61144, г. Харьков, ул. Героев труда, 79, кв.137, кв.362-01-52.

Свидетельство о государственной регистрации ВОО № 948011 от 03.11.03