

ISSN 0204-3440

К ЗДОРОВЬЮ
ЧЕРЕЗ КУЛЬТУРУ

13

АКТУАЛЬНЫЕ СОМАТОНЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ В СВЕТЕ ДОКТРИНЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

*Резюме работы на соискание учёной степени
магистра Культуры Здоровья*

Ещё Гиппократ утверждал, что «человек — это уникальная психосоматическая совокупность, находящаяся в единстве с условиями окружения (климатическими, социальными и семейными)» (цит. по [1]).

Частота психосоматической патологии (включая и психосоматические реакции) среди общей заболеваемости в последнее время настолько увеличилась, что некоторые исследователи стали называть современное общество «психосоматически ориентированным» [2]. И, действительно, трудно назвать соматическое заболевание, где на том или ином этапе его не возникали бы психосоматические реакции, которые могут утяжелять течение основного заболевания, способствуя его хронизации.

Существует, однако, значительная группа заболеваний (определяемых как психосоматозы), при которых нарушения психосоматического единства становится единственным и главным выражением клинической картины страдания. Многие годы изучение данной патологии велось раздельно психиатрами и интернистами, нередко с противоположных позиций, что не могло не отразиться на разнице в интерпретации этиологии и патогенеза этих заболеваний. Существовавший в одно

время крен в изучении указанной патологии в сторону только соматического сопровождался недооценкой роли психического в генезе психосоматозов [3].

Психосоматическая патология является одной из актуальных проблем современной медицины, на долю которой, по данным различных авторов, приходится от 15 до 50 % всех заболеваний человека [4].

Взаимосвязь и взаимозависимость между отклонениями сомы и психики не вызывают сомнений, в то время как установление причинно-следственных отношений между ними продолжает интересовать специалистов. Понимание человека как целостной биосоциальной системы требует интегрального подхода к патологии как процессу взаимодействия духа, души и тела. Только такой подход может обеспечить наиболее эффективный результат терапии, реабилитации, в особенности лиц старшего возраста, наиболее подверженных психотравмирующим воздействиям. При современной социально-экономической ситуации, требующей интенсификации труда, пере-профилирования профессий, и в связи с сохраняющимся социальным неравенством патогенная роль психоэмоциональных воздействий будет возрастать.

Теоретические и клинические аспекты психосоматических нарушений многообразны — от прямолинейных оценок состояний до концепции З.Фрейда — с вытекающими отсюда различными методами лечения [5].

Значение соматогенных факторов в генезе нервно-психических расстройств обусловлено неразрывным единством психического и соматического, при котором перенесённые соматические заболевания изменяют реактивность центральной нервной системы и способствуют развитию невротических и неврозоподобных состояний [6].

В условиях современного патоморфоза невротозов наблюдается рост соматизации их клинической картины. А.Б.Смулевич, В.Я.Гиндикин и А.С.Аведисова отмечают, что частота невротических соматизированных нарушений колеблется от 17 до 64 %. В связи с задачами многомерной диагностики невротозов, ориентированной на терапию, существенным является понимание биологических, психологических и социальных механизмов развития и сохранения соматизированной невротической симптоматики (цит. по [7]).

Человек может освободиться от всех духовных и психофизических недугов только путём достижения высокой мудрости и истинного знания, рассеивающих майю — иллюзию, неведение. Майя является элементом, входящим во всё проявленное в физическом мире, поскольку всё существующее в нём имеет не абсолютный, а относительный смысл.

Постижение сути явлений зависит от познавательных способностей личности. На каком бы плане бытия сознание ни действовало, всё принадлежащее соответствующему плану представляется истинной реальностью. По мере утончения сознания и приближения к Абсолюту мы освобождаемся от заблуждений, болезней, страданий, так как все они, в конечном счёте, являются проявлениями тех или иных несовершенств — как индивидуальных, так и общечеловеческих.

Не случайно Е.И.Рерих писала: «Врач должен уметь излечивать прежде всего духовные причины болезней, ибо все болезни гнездятся в тонком теле (цит. по [8]).

Человеку, — Сказано в книге «Надземное», — необходимо трояко беречь здоровье, «первое — своё здоровье, затем здоровье планеты и, наконец, здоровье над-

земное... Земные жители должны дать себе отчёт, что они не могут вторгаться в гармонию Надземного Мира. Также и здоровье планеты зависит от мудрого использования её сил. Малые человеческие организмы представляют мощные батареи и, поистине, властвуют над ближайшими земными слоями. И своё здоровье человек должен беречь не только ради себя, но и для близких. Только успешное понимание трёх здоровий может дать истинное преуспеяние. Когда Говорю о здоровье, конечно имею в виду не только телесное, но и духовное. Можно убедиться на истории человечества, что эволюция совершалась блестяще, когда оба условия были в гармонии».

Далее в «Надземном» говорится: в древности здоровье атлетов соединялось с мудростью философов и государство преуспевало. После спорт стал культом и подавил значение духа. Устоями же здоровья духа могут служить возвышенное знание и искреннее служение Общему Благу. Самое естественное здоровье духа куётся в горниле жизни. Также и здоровье телесное должно быть понимаемо разумом. Человек может стать стражем планеты, если он в равновесии духа и тела. Человек может послать чистые мысли в Надземные Миры, если он ведёт здоровым духом.

Слова Великого Учителя стали концептуальной основой для разработки трёхуровневого индивидуально-планетарно-надземного понимания здоровья и его охраны. А вся Живая Этика — незыблемый духовный фундамент Культуры Здоровья, которая являет собою сфокусированную проекцию оздоровительных аспектов Агни Йоги на эпоху строительства Нового Мира» [9].

Культура Здоровья открывает возможность для

каждого человека сделать свою жизнь лучше — культурнее и здоровее, т.е. светлее и гармоничнее, постепенно, шаг за шагом, привнося в неё новые благородные приобретения.

Доктрина Культуры Здоровья утверждает, что именно соблюдение приоритетов в установленной иерархической гармонии между духом, душой и телом лежит в основе сохранения здоровья — духовно-психофизического здоровья каждого человека, здоровья каждой семьи, здоровья всего общественного и совокупно планетарного организма как единой космической структуры.

Если представить Землю как единый организм, а это так и есть в действительности, то нетрудно обнаружить тяжелейшие нарушения в разнообразных сферах его жизнедеятельности. Год от года нарушается экологическая обстановка. Твердь планеты обезображена хиросимами, чернобылями, горами ядовитых отходов, скопищами оружия массового поражения — бактериологического, химического, ядерного и др.

Не только сама земля, но и водные и воздушные пространства отравлены. Самое печальное — разрушается генофонд всех живых существ. Генофонд, рождённый Землей от Космоса. Невообразим и социальный хаос на планете. А первопричиной бед, поразивших все её структуры, являются бездуховность и акультурность сердец людских.

Бездуховные и духовно нездоровые социальные системы всегда обречены на болезни и страдания, на то, чтобы сотрясаться и рушиться от дисгармонии и катаклизмов, спровоцированных самими же людьми,

от экономических и политических кризисов. Они неизбежно вызывают социальные, психические, физические травмы и ещё больше разлагают общественную мораль, нарушают здоровье.

Помочь преодолеть духовную патологию, обеспечить надлежащий уровень психофизического развития тех, кто стремится к этому сознательно, оздоровить планету со всеми её царствами призвана Культура Здоровья.

Главные задачи Культуры Здоровья:

1) достижение иерархической гармонии духовного, психического, физического естеств в каждом человеке духовном, в каждой семье, в духовном этносе;

2) обучение людей искусству оздоравливающего взаимодействия с миром земным и Миром Высшим через всемерное развитие светлого начала в себе и во всём;

3) воспитание духовных и огненных качеств, которые будут необходимы для полноценного жизнетворчества в условиях Эпохи Майтрейи, Эпохи Матери Мира.

Сама идея Культуры Здоровья, служа непреходящей общечеловеческой ценностью, реально присутствует в том или ином виде во всех мировых религиях, гуманистических, морально-этических системах, в трудах многих великих древних и современных мыслителей.

Особенно тесны связи Культуры Здоровья с Йогой, теософией, философией, культурологией. А также с эстетикой, психологией, педагогикой, биологией, экологией, валеологией, антропологией, социологией, с различными отраслями культуры, искусства и, естественно, со всеми медицинскими науками.

Поэтому воспитание Культуры Здоровья состоит не просто в обучении неким раз и навсегда данным приёмам психофизической тренировки, технологиям оздоровления какой-то функции организма, сферы жизнедеятельности. Нет предела и особенностям, и возможностям. Внедрить Культуру Здоровья в жизнь — значит прежде всего сформировать личностный и общественный идеал, в соответствии с которым духовнопсихофизическое здоровье есть одной из высших общечеловеческих ценностей [10].

Два с половиной тысячелетия тому назад знаменитый мыслитель Сократ имел основание утверждать: «Если человек следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам». Древнему греку вторит профессор Н.М.Амосов: «Добыть и сохранить здоровье может только сам человек. Медицина лишь помогает в этом...» (цит. по [11]).

Предназначение человека заключается в утончении, совершенствовании своего мышления, сознания, т.е. психической энергии, в улучшении, облагораживании, одухотворении всего, с чем он связан. «Самая великая польза, которую мы можем принести, — подчеркивала Матерь Агни Йоги, — состоит в том, чтобы путём расширения сознания, улучшения и обогащения мышления и очищения сердца оздоравливающе воздействовать на всё окружающее» (цит. по [12]).

В воспитании Культуры Здоровья неоспорим приоритет мысли. Собственно, вся духовная, психическая и материальная культура есть проявленная, выраженная в образах, звуках, формах и пр., определённая мысль. Мысль даёт образ создаваемого предмета, импульс к реализации идеи, к достижению цели.

И, наконец, изучение и применение психической энергии является как бы собственным царством Культуры Здоровья. Психическая энергия играет первостепенную роль в сохранении и укреплении здоровья — духовного и психофизического. Она является самой ценной, мощной, целебной силой при всех заболеваниях, какими бы ни были конкретные их причины.

Обладание запасом психической энергии может предохранить от множества недугов, а её сознательное использование служит лучшим лечебно-профилактическим средством, повышающим естественным образом жизнеспособность, обеспечивающим иммунитет к разнообразным заболеваниям.

Здоровье человека духовного есть естественный процесс просветления жизни микрокосмоса, его сознания, устремляющий духовные, психические и физические возможности организма к Гармонии со Светом Единого Духа Макрокосмоса. Доктрина Культуры Здоровья гласит:

«Античный Геракл совершил некогда свой могучий подвиг — расчистил авгиевы конюшни. Какие же усилия необходимы ныне, когда шестая человеческая раса зарождается на планете, для расчистки невообразимых завалов плотного и тонкого миров, нагромождённых полчищами бывшего князя мира сего. Представителям пятой расы, превращающимся уже в папуасов Нового Мира, с такой задачей не справиться. Они, увы, способны только корчиться в дурмане последнего «пиршества», полагая, что после них хоть потоп. Что ж, каждому своё.

А нам предстоит оздоравливать Землю прежде всего своей любовью, мудростью, огнями сердца. Эта свет-

лая творческая идея-план из Мира Огненного способна привлечь, объединить и устремить к единой цели энергию многих людей. «...Соберу под знаменем духа 1000000000, — сказал Великий Учитель, — это будет знак Моего войска». Воины Света должны быть здоровыми духовно и психофизически. Только их объединённое сознание, их совместный труд обеспечат реализацию космического плана оздоровления планеты.

Те, кто принимает его в своё сознание, мыслят в эволюционном ритме Новой Эпохи. Претворяющие же в действительность Назначенный план обретут самое ценное — жизнь, наполненную здоровыми, светлыми, радостными устремлениями и делами. Им неизменно сопутствовать будет успех в осуществлении всех благородных начинаний. Воистину, мудро Сказано: «Чудеса бывают в жизни любовью и устремлением». И ещё запомните: «Хорошо боретесь — победа за вами» [13]. Нам оздоравливать Землю любовью, мудростью, сердца огнём. Духом, душою и телом к Здоровью через Культуру придём, — это слова из Гимна «К Здоровью через Культуру» [14].

ЛИТЕРАТУРА

1. Мариллов В.В. Закономерности формирования психосоматозов. — В кн.: Актуальные проблемы соматопсихиатрии и психосоматики, — М., 1990. — С. 153.
2. Там же.
3. Там же.
4. Коркина М.В. Нарушение пищевого поведения психосоматической природы (клинические и терапевтические аспекты). — В кн.: Актуальные проблемы психиатрии и психосоматики. — М., 1990. — С. 122.

5. Оруджев Я.С., Куршев В.А. Теоретические и клинические аспекты психосоматических и сомато-психических состояний. — В кн.: Актуальные проблемы соматопсихиатрии и психосоматики. — М., 1990. — С. 191.

6. Положий Б.С., Акерман Е.А. Эпидемиологические аспекты сомато-психических расстройств у работников промышленного предприятия. — В кн.: Актуальные проблемы соматопсихиатрии и психосоматики. — М., 1990. — С. 209.

7. Ташлыков В.А. Механизмы соматизации внутренних картин болезни при неврозах. — В кн.: Актуальные проблемы соматопсихиатрии и психосоматики. — М., 1990. — С. 259.

8. Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. — Чебоксары: Региональная организация Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру». — 2002. — С. 19.

9. Скумин В.А. Культура Здоровья — фундаментальная наука о человеке. — Новочебоксарск: Терос, 1995. — Сс. 48-49.

10. Там же. — Сс. 20-29.

11. Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. — С. 13.

12. Скумин В.А. Культура Здоровья — фундаментальная наука о человеке. — С. 19.

13. Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. — Сс. 32-33.

14. Скумин В.А. Молитвы, гимны, притчи Культуры Здоровья. — Чебоксары: Региональная организация Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру». — 2002. — С. 23.