

ISSN 0204-3440

**К ЗДОРОВЬЮ
ЧЕРЕЗ КУЛЬТУРУ**

15

Международное общественное Движение
«К Здоровью через Культуру»

Международная Академия Культуры Здоровья
Отделение интернатуры

Заключительная работа
интерна Культуры Здоровья
на тему:

АКТУАЛЬНЫЕ БИОЛОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
В СВЕТЕ ДОКТРИНЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Интерн Культуры Здоровья
Ауновская О.К.

2007

АКТУАЛЬНЫЕ БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В СВЕТЕ ДОКТРИНЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Актуальные биологические аспекты охраны здоровья человека рассматриваются во многих работах как теоретиков медицины, так и практиков. Это, действительно, краеугольный камень науки о человеке, ибо bios — жизнь! Биология — наука о живой природе, и основной задачей её является познание сущности жизни, изучение её закономерностей, развития живых тел, исследование методов перестройки, освоения и охраны природы в соответствии с нуждами человека.

Охрана здоровья — ёмкое, многогранное понятие. Это и внедрение здорового образа жизни, и практические вопросы защиты окружающей среды, и предотвращение заболеваний, и, естественно, лечение возникающих недугов.

Огромную, если не главенствующую роль в деле сохранения и укрепления здоровья человека играют, безусловно, его сознание, нравственное состояние, которые — при высоком качестве — являются бдительными дозорными, стоят на страже здоровья, гармонии духа, души и тела.

Говоря об актуальных биологических аспектах здравоохранения в свете Доктрины Культуры Здоровья, приходится, к сожалению, констатировать в значительной степени односторонний, сказала бы — узкий подход к проблеме со стороны и теоретиков, и практиков. Их внимание большей частью сосредоточено на лечении заболеваний медикаментозными средствами, что же касается профилактики, — преимущественно на необходимости физической тренировки организма, здорового образа жизни, экологически чистой среды обитания.

Как не привести тут цитату из Учения Живой Этики, являющейся истинной практической фармакопеей: «К сожалению, современная биология не может быть названа Наукою Жизни. Невозможно представить изучение жизни без психической, духовной жизни, без Надземного Мира со всеми его воздействиями на земную жизнь. Таким образом, современную биологию можно назвать лишь главою Книги Жизни. Не может человек доверчиво поверить своему сердцу. Врачи не помогают такому наблюдателю, ибо они не знают биологии во всём её объёме» [1].

Успехи, достигнутые здравоохранением на современном этапе впечатляющи. Однако повсеместно наблюдается рост заболеваемости, высокий процент летальности заставляет бить тревогу.

Как отмечает основоположник Доктрины Культуры Здоровья профессор В.А.Скумин, «Для радикального решения комплекса вопросов, связанных со здоровьем, нужен новый более утончённый и ответственный подход, новое направление пути. Необходимо общечеловеческое, международное движение к Здоровью через Культуру, воспитание Культуры Здоровья как важнейшего рычага в оздоровлении и обновлении всех сфер жизни.

Можно приветствовать совершенствование всех уже имеющихся и разработку оригинальных терапевтических, хирургических, экологических и иных технологий и методик, традиционных и нетрадиционных способов профилактики и лечения недугов человеческих. Потребность в них сегодня очевидна всем.

Однако, в перспективе не они одни, а прежде всего средства духовной, психической, физической культуры в самом широком и в то же время конкретном их понимании смогут обеспечить достижение высшего уровня духовного, психического и физического здоровья» [2].

Как этого достичь? Ответ дан: «Для успешного решения этих задач в современном мире необходимо прежде всего сформировать личностный и общественный идеал, в соответствии с которым здоровье – духовное и психофизическое – будет признано высшей общечеловеческой ценностью, а здоровый, нравственный, одухотворённый, то есть высококультурный образ жизни – эталоном естественного поведения человека» [3].

На фоне увеличения продолжительности жизни в последние десятилетия отмечается тенденция к понижению уровня здоровья. И лечебная медицина, идущая проторённым путём лечения болезней с помощью медикаментов, не в состоянии остановить рост заболеваемости, резко снизить процентный показатель смертности среди населения, остановить учащение и утяжеление многих недугов, в частности сердечно-сосудистых, лёгочных, болезней нервной системы, пищеварительного аппарата, позвоночника, нарушения обмена веществ. И число больных неуклонно возрастает.

Главную причину этого академик Н.М.Амосов и профессор Я.А.Бендет усматривают в условиях жизни современного цивилизованного общества – всевозрастающей гиподинамии при бурном темпе жизни, отсутствии должной закалки, нездоровом способе бытия [4].

Говоря о необходимости защитных сил организма, авторы настаивают на широком внедрении действенных профилактических и реабилитационных программ дозированных физических тренировок, на закаливании организма, воздержании в пище и нормализации массы тела, отказе от вредных излишеств, в том числе от излишних лекарств, владении методами психологического расслабления [5].

Почти как афоризм звучит один из тезисов авторов: «Медицина может вылечить болезнь (если сможет! – О.А.), но не может сделать человека здоровым. Для этого нужны

собственные усилия — воля к выполнению правил нагрузок и ограничений» [6]. Однако этого далеко не достаточно. Хоть перечисленное авторами нужно и полезно, но отсутствует главный фактор — роль психической, духовной энергии в расширении сознания пациента, утончении его мышления, во всём способе его жизнетворчества. И этот невозмездимый ничем «пробел» характерен для выдения решения проблемы другими авторами.

Говоря об истинном биче человечества — ИБС, ставшей основной причиной инвалидизации пациентов и смертности от недугов системы кровообращения, профессор Е.Н.Амосова также концентрирует внимание на медикаментозных средствах. Наиболее действенным автор считает применение для предупреждения поражения миокарда препаратов метаболической терапии, особенно способных влиять на то метаболическое звено, где происходит переход от ишемии клетки к её гибели.

По Е.Н.Амосовой, весьма эффективным средством достижения улучшения метаболизма и повышения уровня оксигенотерапии является мидронат, применяемый в комплексе с другими лечебными средствами [7].

И опять тот же упомянутый выше «пробел»: рекомендации больным сводятся лишь к дозировке лекарства и срокам его приёма. Не идёт даже речь о психологическом настрое пациентов, о потенцировании при приёме препарата.

Крайне большой вопрос для клинической медицины — проблема неврозов. Давно уже были разработаны методы изучения функций головного и спинного мозга, но к изучению функциональных нарушений нервной системы, исследованию механизмов природы нарушения поведения при неврозах специалисты пришли сравнительно недавно. И многие годы проблема «мозг — поведение» занимает умы нейрофизиологов. Ведь заболеваемость неуклонно растёт.

Как образно указывают в своей монографии «Неврозы в эксперименте и клинике» М.Г.Айрапетянц и А.М.Вейн, «невроз сам по себе является интересной моделью нарушения потребностно-мотивационных и эмоциональных систем мозга» [8].

Существует «обратная связь»: как патология мозга вызывает эмоциональные срывы, нарушения поведения, так не подлежит сомнению психогенная природа невроза [9]. Эмоциональные нарушения формируют персистирующий эмоциональный стресс. Невроз возникает по психологическим механизмам, а эмоциональные нарушения сопровождаются активационными сдвигами, синдромом дезинтеграции, оказывающими мощное афферентное влияние на мозг. И, в свою очередь, усугубляются сами эмоциональные нарушения, возникает «порочный круг».

Отрицательные эмоции влияют не только на интегративную деятельность мозга, но и на течение физиологических процессов [10].

Авторами установлена определённая связь эмоционально-личностных особенностей и деятельности неспецифических мозговых систем, формирующих специфические паттерны психофизиологических взаимоотношений при неврозах [11].

Труд авторов теоретический, но, может быть, и в нём можно было, говоря об «обратной связи», раскрывая пагубные последствия отрицательных эмоций у пациентов, коснуться возможностей врачей-практиков смягчать или даже устраниить эти последствия путём кропотливой психологической работы с больными. Кто, как не врач, на которого возлагает больной свои упования, может убедить его в необходимости выработки терпения, выдержки, равновесия, стойкости, чтобы гасить вспышки раздражения, страха, отчаяния, гибельно отражающихся на состоянии здоровья, а затем сделать их вообще неприемлемыми.

Психологическая профилактика необходима и в стационаре, и при каждом посещении больным поликлиники, при каждом вызове врача на дом. Это святая обязанность врачей. Не случайно слово «доктор» означает на латыни «учитель».

Долг врача – внушить пациенту, как важно отучиться болезненно реагировать на неприятности, неудачи, как важно в любой ситуации сохранять равновесие, уразумев, что сам человек по сути – теперь или когда-то «вызвал на себя огонь». Как говорится, терпение и труд всё перетрут. И, действительно, терпение поможет сохранять спокойствие в любых ситуациях, а труд самовоспитания, самосовершенствования обязательно принесёт благие плоды, будет способствовать гармонии духа, души и тела.

Ведь известная пословица «в здоровом теле – здоровый дух» чаще всего трактуется неверно. Профессор В.А.Скумин приводит слова выдающегося мыслителя Н.К.Периха: «Лучшие умы многообразно направляют человеческое мышление к расширению сознания, в котором только и заключены истинная профилактика и предвидение возможности светлого строительства. Светлые умы зовут к творческому синтезу, в котором старый завет *«in corpore sano mens sana»* приобретает особое значение, и можно действительно понять, что чистый творческий дух является обитателем чистого здорового организма. И в конечном синтезе, при неразделимости духа от материи, круг заключается и в обратном положении: чистый творческий дух оздоровит и тело». И далее следует заключение профессора В.А.Скумина:

«Доктрина Культуры Здоровья, как творческий синтез высоких понятий культуры и здоровья, утверждает: только развитие светоносного, духовного начала как истинного человеческого качества может обес-

печить достижение не животного, а одухотворённо-человеческого здоровья — того здоровья, что открывает перспективу жизни вечной» [12].

Сколь же неоценима при этом роль сознательной высокой психической, духовной энергии человека, роль его сердца, являющегося средоточием этой животворной энергии!

До недавних пор существовало мнение, что психическое состояние человека зависит от функционального состояния его мозга. Но ведь и последнее может изменяться в ответ на изменение психического состояния больного. И тогда, — константируют Н.Н.Брагина и Т.А.Доброхотова [13], уже изменившееся состояние мозга будет поддерживать, усугублять психическое состояние. Только этим объясняются так называемые психогенные душевные заболевания.

Приводя в своей монографии существующие описания психики — «психика — сознание человека как выражение функций парно работающих полушарий мозга» и «психика — это внутреннее отражение объективной реальности и функция высокоорганизованной материи», авторы отдают предпочтение второму из них, которое может быть обозначено как пространственно-временное. Они расширяют понимание соотношений «мозг-психика», раскрывают новые ракурсы этих отношений.

Как отмечают Н.Н.Брагина и Т.А.Доброхотова, отпадает необходимость думать о неких прямых связях определённых психических процессов с определённой структурой мозга, эти связи предполагаются опосредованными пространством и временем; качество психической деятельности выглядит соответствующим состоянию индивидуальных времени и пространства, асимметрии прошедшего-будущего времён, правого-левого пространств. Правомерным становится вопрос о возможности двух описаний психики (сознания) человека.

ка, одно из которых основано на учёте специфически психического содержания явлений сознания, другое – на учёте пространственно-временной организации тех же явлений [14].

Следует отметить, что оба описания психики далеко не полные. Следовало бы сказать, что психика, человеческое сознание, как свойство высокоорганизованной материи отражать объективную реальность в виде ощущений, восприятий, представлений, мыслей, чувств и стремлений, есть проявление всеначальной огненной энергии, энергии жизни, или духа, разлитой во всём Космосе. И высшим качеством этой всеначальной огненной энергии является высокая психическая или духовная энергия.

Медленно, но всё же делает наука шаги по пути признания примата духа. Уже принимается медицинской теория биологического поля, изучается биологическое значение митогенетического излучения живых систем [15], начинается исследование снимков человеческих аур, начало которого у нас положили супруги Кирлиан. Приближается понимание того, что человек генерирует энергетические поля.

Но пока что наука остаётся ещё во многом относительной, предубеждённой. Как Сказано в Учении Живой Этики, «мало помогает относительная предубеждённая наука. Но именно от науки следовало бы ждать очищения сознания. Нравственность и биология остаются непонятым парадоксом. Нужно обратиться к Надземному Миру. Следует воспринять его в полной реальности, только так можно остеречь безнравственного человека. Наука должна помочь; наука должна быть свободной; наука должна проникать в глубины сознания» [16].

Истинный взрыв, стремительный рывок вперёд произойдёт в системе здравоохранения лишь тогда, ког-

да каждый врач сможет, сумеет стать подлинным наставником, доктором в полном смысле этого слова для пациента, утверждая его в понимании всеобъемлющей роли психической, духовной энергии, значения чистоты сознания, мышления в оздоровлении его организма, совершенствовании его качеств.

А все возможности в настоящее время уже имеются! Сколько ценных сведений в этом направлении дано в неоднократно изданных и потому широко доступных для изучения томах Учения Живой Этики – Агни Йоги, в трудах основоположника Доктрины Культуры Здоровья профессора В.А.Скумина, фундаментом которой являются Живая Этика, творческое наследие Е.И. и Н.К. Рерихов, синтез лучших достижений древней и современной науки о человеке.

И как будет прекрасно, когда авторитет врача поможет его пациенту осознать, какой огромный вред для здоровья, для душевного равновесия причиняют раздражение, гнев, зависть, осуждение, недовольство всем и всеми. Человек поймёт, что при всех отрицательных реакциях, эмоциональных срывах в организме его образуется вредоносное вещество, отлагающееся на стенках нервных каналов и отправляющее организм. Избавиться от него очень трудно, оно разрушается при сознательном терпении, при подвиге. А часто ли человек совершает подвиг, всегда ли он даже может сохранить терпение при неблагоприятных обстоятельствах?!

Разве не от врача больной должен узнать, что приём лекарств, принятие пищи полезны только тогда, когда человек уравновешен, спокоен, когда он в хорошем настроении и верит в положительный результат.

Известно, что многие незаменимые лекарственные средства в ряде случаев вызывают отрицательные явления. В чём причина? Ответ дан, но всем ли известна его суть? «Даже самые целебные средства могут обра-

щаться во вредные в зависимости от состояния организма. Например, строфант при раздражении может выказать ядовитые свойства. Строфант – регулятор деятельности сердца и хорош при напряжении или утомлении, но не при гневе или раздражении. Также и другие средства хороши, когда они отвечают состоянию организма» [17].

Все знают о пользе витаминов, но не всем известно, что действие их возрастает при потенцировании – когда приём сопровождается мыслями о том, что пойдут они на пользу для того, чтобы лучше, светлее, радостнее жить. А при плохом настроении, при плохих мыслях они не помогут. Главный иммунитет в чистом мышлении, в благородном сердце. «...Говорят о всяких витаминах, но забывают, что нравственное состояние гораздо важнее, нежели принятие лекарств, обращаемых в яды при нездоровых нравственных условиях» [18]. «Витамины, принятые во время гнева, могут усиливать империл» [19].

И сопротивляемость организма зависит не только от его закалки, от правильного образа жизни, отказе от вредных излишеств. Необходима высокая, светлая энергия – духовная энергия.

«Друг, прикажи себе быть здоровым!» – так иногда кончали свои письма мудрецы Элады. – Это слова из Учения Живой Этики. – Уже в глубокой древности люди знали, что поверх всех врачебных средств, поверх правильного питания, поверх магнетизма, поверх праны каждый имеет внутри целителя, но нужно познать, как призвать его.

Явление такого самоисцеления должно быть развиваемо с детства. Человек не может вдруг, уже во время болезни, требовать чуда, но такое нужное оздоровление может произойти, если человек уже настроил свою духовную лиру.

Поверьте, что на дозоре будет внутренний врач, наше сознание призовёт его, если наш дух научился призывать мощь, дарованную человеку. Но следует также познать гармонию с Надземным Миром. Истинно, эти струны между Землёю и Высшими Мира-ми зазвучат призывным ярым приказом. Тот, кто познал Надземный Мир, тот может приказывать во благо человечества. Не нужно думать, что Мы говорим о каких-то гигантах духа, каждому дана мера достижения и оздоровления» [20].

Да, высокая психическая, духовная энергия — мощь, дарованная человеку. Да, священная обязанность, священный долг каждого врача (доктора — учителя!) — учить обратившихся к нему людей, как, укрепляя нравственные устои, обретать, сохранять с помощью данной мощи здоровье духа, души и тела, способствуя этим оздоровлению всего окружающего, улучшая, украшая своими помыслами и действиями Bios — Жизнь. И тогда, как писал Н.К.Перих, вопрос о здоровье из врачебного департамента вырастает в сферу истинного народного просвещения и вдохновения [21].

Мне хочется завершить обзор словами основоположника Доктрины Культуры Здоровья В.А.Скумина: «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» [22]. Именно такой, устремлённый в Высь взгляд на сознание человека, на всеобъемлющую роль уровня его психической, духовной энергии откроет перед здравоохранением широчайшую перспективу истинного улучшения состояния здоровья людей, создаст условия для достижения гармонии духа, души и тела.

ЛИТЕРАТУРА

1. Надземное. – М.: МЦР, 1997. – 927.
2. Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. – Чебоксары: Региональная организация Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру», 2002. – С. 14.
3. Там же. – С. 16.
4. Амосов Н.М., Бендет Я.А. Физическая активность и сердце. – Киев: «Здоров'я», 1984. – С. 5.
5. Там же. – С. 201.
6. Там же. – С.205.
7. Амосова Е.Н. Метаболическая терапия повреждений миокарда, обусловленных ишемией: новый подход к лечению ИБС и сердечной недостаточности. – Киев: «Ариан», 2000. – С. 5-7.
8. Айрапетянц М.Г., Вейн А.М. Неврозы в эксперименте и в клинике. – М.: Наука, 1982. – С. 3.
9. Там же. – С. 6.
10. Там же. – С. 241.
11. Там же. – С. 238.
12. Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. – С. 18.
13. Брагина Н.Н., Доброхотова Т.А. Функциональные асимметрии человека. – М.: Медицина, 1988. – С. 189.
14. Там же. – С. 194-195.
15. Гурвич А.А. Проблемы митогенетического изучения как аспект молекулярной биологии. – Л.: Медицина, 1968. – С. 3, 96, 222, 230.
16. Надземное. – 777.
17. Братство. – М.: МЦР, 1996. – 353.
18. Надземное. – 737.
19. Иерархия. – М.: МЦР, 1995. – 236.
20. Надземное. – 885.
21. Рерих Н. Здоровье. – В кн.: Рерих Н. Держава Света. Священный дозор. – Рига: Виеда, 1992. – С. 57.
22. Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. – Чебоксары: Региональная организация Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру», 2002.– С. 15.