

ДУХ ВРЕМЕНИ

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ВСЕХ

ИЮЛЬ/JULY

SPIRIT OF TIME



БРИТАНСКИЙ
ДИПЛОМ
В ПЕТЕРБУРГЕ

КУЛЬТУРНЫЕ
ПРОГРАММЫ
РОССИИ,
США,
АНГЛИИ





ДОРОГИЕ ИСКАТЕЛИ ИСТИНЫ И ЗНАНИЙ!

В наше требовательное и бескомпромиссное время чрезвычайно высок запрос на специалистов с фундаментальными знаниями.

Для всех, кто принял решение получить универсальное образование, овладеть современным мировоззрением, а главное стать специалистом в своей области и получить высокую квалификацию, а значит стать нужным в бизнесе, производстве, творчестве - всегда открыты двери Международного Университета Фундаментального Обучения (МУФО)!

Наш Университет является уникальным и действительно новым, по своему характеру и предназначению, высшим учебным заведением в мире. Исходя из потребностей времени, материального и духовного развития человечества, всех и каждого, МУФО на принципиально новой философско-методологической основе осуществляет многоуровневый образовательный процесс.

Целью, предметом и результатом обучения в МУФО является взаимодействие разного рода начал, направленных на реализацию такого основополагающего принципа образования, как взаимодействие обучения и воспитания.

Располагая высококвалифицированным профессорско-преподавательским составом, МУФО формирует у своих учеников - воспитанников мыслительно-поведенческую "парадигму взаимодействия", которую они усваивают сами, и делают достоянием других людей. Такая "парадигма взаимодействия" внутренне противостоит "парадигме насилия", которая уже принесла и еще может принести много горя и страданий всем людям нашей беспокойной планеты. Россия и Петербург по своему геополитическому положению особенно подходят для осуществления реального и жизненно необходимого взаимодействия между народами Запада и Востока, Севера и Юга. И МУФО, по праву, является центром такого взаимодействия.

Для всех в мире, кто хочет получить новые знания и практические навыки в соответствии с новой методикой образования, созданной на основе программ Оксфордской образовательной сети, существует Международный Университет Фундаментального Обучения.

От имени Ректората и Ученого Совета обращаюсь с предложением ко всем желающим получить образование, необходимое для успешной жизни и деятельности в XXI веке в Международном Университете Фундаментального Обучения,

С пожеланием успехов и надеждой на взаимодействие,

*Ректор МУФО, Гранд Доктор, профессор, академик
Посол Доброй воли
ШАНТИ П. ДЖАЙСЕКАРА*

«ДУХ ВРЕМЕНИ»

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ВСЕХ

Исторический опыт показывает, что подлинная наука, которая познает и объясняет реальность на всех уровнях и во всех проявлениях в соответствии с самой реальностью, действительно представляет собой всеобщее достояние. Все люди, независимо от возраста, образования и т.д., в принципе хотят знать и понимать окружающий их мир и самих себя, осознанно занимать свое реальное место в этом мире.

Подлинная наука нужна и полезна всем людям, в то же время наука должна быть доступна по содержанию и по форме самым разным людям и всегда учитывать возраст, уровень образования, культуры и т.д. тех, к кому она обращается в каких-либо конкретных случаях.

Именно взаимодействие воспринимаемого (того, что предлагает наука) и воспринимающего (того, кто усваивает предлагаемое наукой) делает науку действительно полезной и нужной всем людям, их собственным внутренним достоянием.

«Дух времени» - это, в свою очередь, реальное явление, которое так или иначе определяет мышление и поведение людей, живущих в данное время. Оно охватывает собою всех людей и становится нормой их мышления и поведения. Разумеется, тоже в разной мере и в разном выражении.

«Духом времени» органично пронизана подлинная наука, которая существует в определенное время, несет на себе и в себе определенный «Дух времени», ставит и решает проблемы, наиболее отвечающие потребностям своего времени.

Для подлинной науки XXI века «Дух времени» состоит в том, что наука действительно может и должна быть всеобщим достоянием, реально служить разнообразным интересам всех людей и так или иначе удовлетворять их материальные и духовные потребности, сближать людей, а не разделять материально и духовно.

Подлинная наука улавливает в своей деятельности «Дух времени», существо которого в наши дни составляет взаимодействие различных начал.

Подлинная наука, исходя из принципа взаимодействия различных начал, познает и объясняет как «традиционные», так и «аномальные», материальные и духовные явления. Это важно и полезно для всех людей, чтобы они могли верно ориентироваться в окружающем их мире, в полной мере использовать его позитив и быть реально защищенными от его негатива.

Именно взаимодействие различных начал, в последнем счете материального и духовного, действительно лежит в основе всех явлений, которые познает и объясняет подлинная наука. В этом убеждается сама наука. Именно взаимодействие различных начал, даже полярных внутренне и внешне, которые существуют в реальной жизни, в принципе обуславливает естественное и нормальное существование всех людей без какого бы то ни было насилия, материального и духовного.

Так «Дух времени», сердцевину которого составляет взаимодействие различных начал, определяет плодотворное взаимодействие подлинной науки и всех людей, к которым она обращается, надеясь получить от них реальный отклик и стимул для своего дальнейшего развития и совершенствования.

В этом состоит принципиальная позиция научного журнала для всех «Дух времени».

Основные направления и разделы в деятельности журнала, предполагающие внутриструктурное взаимодействие:

- философия, включая различные религиозные и др. мировоззренческие концепции;

- естественные науки (физика, химия и т.д.);
- экология и энергетика;
- биология и медицина;
- психология и право;
- информатика и связь;
- история и культура;
- экономика и управление;
- педагогика;

- новейшие технологии по внешней и внутренней безопасности, материальной и духовной.

В реальной практике журнала названные основные направления и разделы могут, в свою очередь, так или иначе взаимодействовать, взаимодополняя и взаимообогащая друг друга, и даже частично переходя друг в друга. Речь идет о принципиально важных ориентирах в деятельности «Духа времени», определяющих его особый характер и важнейшую проблематику, раскрывающих, а не ограничивающих творческую инициативу всех его участников и на всех уровнях.

SCIENCE PAGE

Иезуитов А.Н. «ДУХ ВРЕМЕНИ» И «ФИЛОСОФИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ»	2
Боровков Е.И. КУДА ВЫ ДВИЖИТЕСЬ, СТРАННИКИ, ОТКУДА? ВАШ КРУГ ШИРОК...	3
Бичун А.Б. ИЗЛЕЧЕНИЕ ЦВЕТОВОМ?! – ЭТО РЕАЛЬНОСТЬ!!!	5
Ипатов Ю.М. СОВРЕМЕННАЯ КОНЦЕПЦИЯ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ УПРАВЛЕНИЯ	6
Высочин Ю. В., Данченко А. Н., Лукоянов В. В., Шанти П. Джаясекара К ВОПРОСУ О ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ НА ПРИМЕРЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ	12
Высочин Ю. В. ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ	16
Лукоянов В.П., Лукоянов В.В., Шанти П. Джаясекара МОДИФИЦИРОВАННЫЕ КВАДРАТЫ БЕНДЖАМИНА ФРАНКЛИНА	19
Ven Gangodawila SomaThero КАК ОБУЧИТЬСЯ ПЯТИ ЗАПОВЕДЯМ	22
Nasser Heydarian TREATMENT WITH STEROID INJECTIONS	23
Ю.А.Симакин ИЗЛЕЧЕНИЕ МУЗЫКОЙ	24
BLEEDING HEART	31
Коваленко Н.П. СОЦИАЛЬНОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	32
BUSINESS PAGE	34

А.Н. Иезуитов
профессор, академик

«ДУХ ВРЕМЕНИ» и «ФИЛОСОФИЯ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ»

Без преувеличения можно сказать, что на каждом историческом этапе своего существования человечество так или иначе ставило и решало вопрос: что же представляет собою «Дух времени», в которое оно живет и который реально выражает. Естественно, ответы были самые разные, и вместе с тем, через всю историю человечества тянется одна определенная нить. Эта нить могла приобретать в разное время разные цвета и оттенки, Быть разного объема и степени прочности, и все же она сохраняла неизменной свою сущность в течение более XX веков.

Когда заходит речь о сущности какого-либо устойчивого явления, мы неизбежно обращаемся к философии.

Философия в истинном ее понимании представляет собой реальное постижение и реальное объяснение реальной сущности всех реальных явлений. Одновременно философия дает принципиальный ориентир для реальной человеческой деятельности в соответствии с той сущностью. Реальной философия признает все, что существует вне и независимо от своего восприятия, которое может быть самым разным по своей природе и конкретному выражению.

История показывает, что человечество на протяжении многих веков пыталось свести сущность окружающей его действительности и самого человека к одному какому-либо началу, в конечном счете, материальному или духовному. Именно «монизм» считался неукоснительной нормой и законом жизни. В мире непременно должно было преобладать и полностью им управлять какое-то одно начало: политическое или экономическое, физическое или психическое, общее или частное, национальное или межнациональное. При этом правота одного из начал утверждалась путем насилия, материального и духовного («кто – кого»), а универсальным законом всякого развития считалась борьба противоположностей как насилие. Одним словом, в основе того, что называлось «Духом времени» всегда, так или иначе, находилась и реально проявляла себя «парадигма насилия». К чему это, в конце концов, привело, человечество видит в наши дни воочию. Экстремальный вид насилия представляет собой терроризм.

Существует опасная иллюзия, что любое насилие можно побороть и даже уничтожить еще большим насилием. На самом деле, в этом случае происходит фактическое беспредельное насилие с обеих противоборствующих сторон, что



А.Н. Иезуитов
академик, профессор

является губительным для многих людей, так или иначе втянутых в процесс насилия. Насилие – путь тупиковый и бесперспективный, а «дух насилия» глубоко бесчеловечен. Реальный выход из «тупика насилия» предлагает и обосновывает принципиально новая «Философия взаимодействия», созданная автором этих строк в 1993-200 г.г. и уже получившая общественное признание.

«Философия взаимодействия» («биализм») исходит из того, что реальность не «монистична», а «бинарна». Все в мире и на всех уровнях (макро и микро), природы, живая и неживая, все, созданное человеком и сам человек, представляют собою исконное и постоянное взаимодействие как взаимодополнение, взаимообогащение и частичный взаимопереход различных начал, неизбежно поляризующихся в два важнейших и определяющих, в последнем итоге – материального и духовного. Одно начало не существует вне и без другого. В то же время одно не порождает и не управляет другим. Одно начало не сводимо ни на каком уровне к другому.

Оба начала, материальное и духовное, реальны. Существуя как суверенные вне и независимо, от своего восприятия, хотя воспринимаются они поразному: материальное – непосредственно-чувственно и, как правило, сознательно, духовное – внутренним ощущением и, как правило, подсознательно. Духовное начало само по себе практически действенно и в то же время может частично материализоваться в определенных условиях (объективных и субъективных), заметно усиливая начало материальное. В свою очередь, материально совершенное духовно значимо и чем совершеннее, тем значимее.

Все реальные явления представляют собой взаимодействие присущих им материального и духовного начал. Разумеется, конкретная мера того или другого начала в них различна. В материальных явлениях – доминирует материальное, в духовных – духовное, хотя в принципе одного начала нет и не может быть вне и без другого. Не существует ничего чисто духовного и ничего чисто материального.

Именно «бинарное» взаимодействие – универсальный закон всякого развития, как приобретение явлением и обнаружение им новых качеств. При взаимодействии каждого из явлений, вступающих в него, сохраняет «свое лицо», находя вместе с тем нечто реально общезначимое и обоюдно важное с другим явлением. В известной мере, дополняя и обогащая друг друга. В процессе взаимодействия, каждое из взаимодействующих явлений более последовательно или более отчетливо выявляет и реализует при этом собственные интересы и потребности. Наиболее и, безусловно, общезначимым является на Земле жизнь и ее сохранение. Это и есть реальная основа для взаимодействия самых полярных сил и в любом конкретном виде – во имя жизни.

Начавшееся взаимодействие даже самых полярных явлений в значительной степени нейтрализует их возможное взаимодействие, более того, делает его, по существу, неоправданным и даже бессмысленным. Всегда и всюду, при взаимном желании, можно найти нечто сближающее, а не разделяющее людей.

С точки зрения «Философии взаимодействия» в «Духе времени» «дух» – начало реальное, хотя и не материальное, а «время» представляет собой взаимодействие материального и духовного начал, частично переходящих друг в друга. «Дух времени» – реальное явление, в котором доминирует духовное начало. Таким реальным духовным началом может и должна быть «идея взаимодействия», которая, в свою очередь, есть взаимодействие мысли и чувства. Реальное взаимодействие такой идеи одновременно и на интеллект и на эмоции человека является комплексным, а потому особенно эффективным и практически значимым.

Таким образом, для «Философии взаимодействия», «Дух времени» – не борьба как насилие, а взаимодействие всюду, везде, всегда и во всем как норма и образец человеческого бытия, материального и духовного, что соответствует сущности самой реальности.

**ВПЕРВЫЕ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ
ПЕРВАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ ПО
БИОИНФОРМАЦИОННОЙ ТЕХНОЛОГИИ “СТРАННИК”
(ВВЕДЕНИЕ В МЕДИЦИНСКУЮ ПРАКТИКУ)**

21 июня 2005 года в Федеральном доме Правительства Санкт-Петербурга состоялась Конференция по практическому применению уникальной медицинской технологии “Странник”. С приветственным словом к участникам конференции обратились: руководитель Общественной приемной Санкт-Петербурга и, представляющий общественно-политический экспертный совет при Администрации Президента Российской Федерации Брискер Эдуард Яковлевич и Ректор Международного Университета Фундаментального Обучения доктор Шанти П. Джаясекара. Программа Конференции была представлена докладами из многих городов России, а также включала доклады представительниц США, Великобритании, Новой Зеландии, Австралии и других стран. В работе конференции принял участие и выступил с докладом Патриарх Зарубежный – Межконтинентальный Митрополит Санкт-Петербургский и Прибалтийский Антоний-Эгтон I, Великий Князь Карибут Паце - Руха.

Конференция была организована Международным Центром Биоинформационной Технологии “Странник” при Международном Университете Фундаментального обучения (МУФО) под патронажем Правительства Ленинградской области и с участием Международной академии “Информация, связь, управление в технике, природе, обществе” (МАИСУ).

Практическая область применения “Странника” в медицине охватывает уже 15 лет, в его разработке принимала участие большая группа ученых страны под руководством академика РАЕН, профессора Игоря Геннадьевича Гракова.

Прописная истина, что человеческий организм – это сложная самонастраивающаяся физиологическая система, в которой любое рассогласование приводит к сбою органов и системы организма, именуемому как заболевание, на практике реализуется с известными трудностями из-за условий своевременной диагностики и сложности назначения правильного лечения. На практике однозначно известно, что диагноз – одно, а болезнь – другое...

Причины, вызывающие заболевания – предмет серьезных исследований и научных дискуссий. Мы надеялись, что именно на этой конференции будет меньше дискуссий. Так оно и случилось.

“Странник” подошел к этой пробле-



использованием технологии “Strannik” (Егоров В.Л., г. Петрозаводск).

«Квантовая концепция оптических методов лечения» (Боровков Е.И., Довгуша В.В., Егоров Ю.Н., Шанти П. Джаясекара, Соловьев Ю.А., Рудько Б.Ф., Месенжник Я.З., Смирнов В.А., Гальцев Ю.В. Кирьяшикин И.Л., Мухин В.В., Потемкина Л.В.. (г. Москва, Санкт-Петербург, Киев, Ялта).

«Некоторые характерные особенности психо-эмоционального состояния населения Юга России» (Ставропольский Край). По результатам рабо-

Боровков Е.И.
профессор,
Гранд доктор, д.т.н.,

КУДА ВЫ ДВИЖИТЕСЬ, СТРАННИКИ, ОТКУДА? ВАШ КРУГ ШИРОК...

ме более интегрировано, ибо в лечении заболеваний поставлена, наконец-то, взаимосвязанная “ТРИАДА”: “ПРОФИЛАКТИКА – ДИАГНОСТИКА – ЛЕЧЕНИЕ” и ее образные связи.

Принцип диагностики “Странника” основан на компьютерной оценке особенностей цветовосприятия.

Принцип достижения лечебного эффекта реализуется через индивидуальную цветокоррекцию с учетом полных знаний о биологической модели пациента.

Согласно практическим данным от 60% до 80% всех патологий поддаются лечению. Впрочем, подробно, как работает система “Странник”, говорят сами за себя многочисленные прочитанные и обсужденные взаимосвязанные доклады. Это был поистине титанический труд – выстроить многоплановую проблему в одну целевую задачу, решение которой не имеет аналогов в мире.

ВЫСТУПЛЕНИЯ

Приведем наиболее важные доклады, которые прозвучали в конференц-зале Федерального дома:

«Цветокоррекция – философия взаимодействия» (Иезуитов А.Н., г. Санкт-Петербург).

«Влияние коррекции по технологии “Странник” на качество жизни пациентов с синдромом вегетативных расстройств» (Бичун А.Б. г. Санкт-Петербург).

«Новейшая методика раннего выявления и реабилитация наркозависимости у детей и подростков с

ты с технологией “Странник” (версия G, за период февраль-май 2005 года (Климова Т.М., г. Железноводск).

«Архитектура речевого сознания на основе опыта использования технологии “Странник» (Попова К.В., г. Таганрог).

“Странник” - путь к самосовершенствованию и духовно-эволюционному развитию» (Кравченко В.М., г. Днепрпетровск).

«Улучшение качества жизни у пациентов с тяжелым течением климатического синдрома НМЙ, при бесплодии с использованием технологии» (Филатова М.В., г. Калуга).

«Управленческие вопросы страховой медицины в здравоохранении» (Лисина А.А., г. Петрозаводск).

«Нетрадиционные методы лечения» (Потемкина Л.В., г. Санкт-Петербург).

С большим интересом были прослушаны доклады профессора Гальцева Юрия Викторовича в области телемедицины и ученых из Москвы (Михаила Михайловича Пелехатого и Игоря Васильевича Петчина в области цветокоррекции функциональных состояний).

С заключительным словом по научным итогам Конференции выступили:

Антоний – Эгтон I - Митрополит Древнеправославной Церкви.

Боровков Е.И. – Президент Международной академии “Информация, связь, управление в технике, природе, обществе” (г. Санкт-Петербург).

Гашинский В.В.
Визе-президент Международного Центра Биоинформационной

Технологии “Странник”
(г. Санкт-Петербург).

Гальцев Ю.В. – доктор медицинских наук, профессор.

Граи

(Великобритания
и Новая Зеландия).

Степанова Наталья Николаевна

– директор Информационно-аналитического Центра Биоэнергoinформационных Технологий – ИАЦ БИТ (г. Санкт-Петербург).

Доктор Джульди (США).

Доктор Элизабет (США).

Доктор Люкс (США).

НАГРАЖДЕНИЯ

За большой вклад по опытному внедрению медицинской технологии в космонавтику и пропаганду достижений отечественной космонавтики из рук президента МАИСУ Е.И. Боровкова – по поручению Президента Федерации Космонавта СССР, Дважды Героя Советского Союза, генерал-полковника авиации, профессора, – награды Федерации космонавтики России Получили:

Граков Игорь Генадьевич (г. Сочи)

– медали им. Летчика-космонавта СССР Б.А. Гагарина и академика С.М. Репьева.

Климова Тамара Михайловна (г. Железноводск) – медаль “40 лет полету Ю.А. Гагарина”; **Егоров Юрий Леонидович** (г. Петрозаводск) – медаль “40 лет полету Г.С. Титова”; **Барабаш Ирина Анатольевна** (г. Санкт-Петербург) – медаль им. Академика С.И. Репьева; **Майков Вадим Петрович** (г. Санкт-Петербург) – медаль им. Академика С.И. Репьева; **Жургович Андрей Константинович** (г. Санкт-Петербург) – медаль им. Академика С.И. Репьева.

Сонникова Олеся Андреевна (г. Санкт-Петербург) – медаль и м. Академика С.И. Репьева; **Сорокин Олег Наумович** – медаль им. летчика – космонавта СССР Ю.А. Гагарина; **Роберт Хилл** (Австралия) – медаль им. академика С.И. Репьева; **Крахмаль Виктор Семенович** (г. Москва) – медаль им. академика С.И. Репьева; **Гашинский Владимир Владимирович** (г. Санкт-Петербург) – медаль им. Академика С.И. Репьева; **Шанти П. Джаясекара** (о. Санкт-Петербург) – диплом имени Ю.А.

Гагарина Федерации Космонавтики России; **Рудько Борис Федорович** (г. Киев) – медаль им. летчика космонавта СССР Ю.А. Гагарина; **Потемкина Лариса Вадимовна** (г. Санкт-Петербург) – медаль им. Летчика космонавта СССР Ю.А. Гагарина; **Домасева Мария Филипповна** (г. Петрозаводск) – медаль им. К. Э. Циолковского; **Стрюковская Татьяна Викторовна** – Орден “Звезда Циолковского”.

За большой вклад по внедрению биоинформационной технологии “Странник” в медицинскую практику от ректора Международного Университета Фундаментального Обучения Шанти П. Джаясекара дипломы получили медицинские специалисты:

Бичун Антон Борисович (г. Санкт-Петербург); **Филатова Ирина Владимировна** (г. Калуга); **Попова Елена Владимировна** (г. Таганрог).

ОФИЦИАЛЬНО ОБЪЯВЛЕНО
О ТОМ, ЧТО НАСЕЛЕНИЕ РОССИИ
ЕЖЕГОДНО СОКРАЩАЕТСЯ НА
ОДИН МИЛЛИОН ЧЕЛОВЕК! МОЖЕТ
БЫТЬ, СТРАННИК НАМ ПОМОЖЕТ?

МЕЖДУНАРОДНАЯ КОМИССИЯ ПО СРЕДНЕМУ ОБРАЗОВАНИЮ (МКСО)

St Augustine High School Подготовительный факультет
ПОЛОЖЕНИЕ

О Международной Комиссии по среднему образованию (МКСО)

Распоряжением ректора МУФО от 26.03.2007 создана Международная Комиссия Среднего Образования (МКСО).

МКСО аккредитована Оксфордской Образовательной Системой (Oxford Educational Network).

МКСО обладает правом выдачи Международного аттестата о среднем образовании по предметам, предусмотренным средним образованием Российской Федерации и Оксфордской Образовательной Системой.

МКСО после специального собеседования с соискателями, имеющими аттестат о среднем образовании в РФ (11 классов), обращается в Высшую Школу Святого Августина (Техас, США) которая выдает соискателям Международный Диплом о среднем образовании в соответствии с Оксфордской образовательной системой. На основании этого документа (Международный Диплом) МКСО выдает соискателям Международный Аттестат о среднем образовании.

Поскольку Международный аттестат и Международный диплом по своему уровню превышают аттестат, получаемый в РФ, МКСО предъявляет повышенные требования к соискателям в плане фактического знания и понимания конкретного материала, ориентации в историческом процессе, владения методикой получения искомого результатов и их практического применения в тех предметах, которые преподаются в средней школе РФ.

Необходимые документы для соискателя:

- заявление на имя Председателя МКСО.
- копия аттестата о получении среднего образования в РФ, заверенная нотариусом с переводом на английский язык.
- копия паспорта.
- фото 4 шт. (3/4)

Соискатель, кроме того, может получить специальный Диплом по таким направлениям как: балетные танцы, спортивные танцы, музыка, хореография, профессиональный спорт и т.д.

На Подготовительном факультете МУФО проводится обучение по международным школьным программам (GCE A-Level/AS London Examination International and St Augustine High School, USA) для целевой подготовки к вступлению в Лондонский Университет.

После окончания подготовительного факультета выдает международный аттестат о среднем образовании и сертификат Международной тестовой системы английского языка Кембриджского Университета (IELTS – International English Language Testing System).

МЕЖДУНАРОДНАЯ КОМИССИЯ ПО СРЕДНЕМУ ОБРАЗОВАНИЮ (МКСО)

191036, Санкт-Петербург, 2-я Советская, дом 4, офис 89
Телефон: (812) 717-96-05, 974-32-46 Факс: (812) 717-96-05
Эл. Почта: info@mufu.ru
Internet: www.iufs.edu www.mufo.ru

ИЗЛЕЧЕНИЕ ЦВЕТОМ?! – ЭТО РЕАЛЬНОСТЬ!!!

«Все живое стремится к цвету», - так сказал когда-то великий Иоганн Вольфганг Гете. Действительно, наша жизнь немислима без богатства и очарования цветных форм. Силу воздействия цвета на человека давно заметили представители самых разных наук: философы и физики, физиологи и врачи. У колыбели цветоведения стояли величайшие умы человечества – Аристотель, Леонардо да Винчи, Ньютон, Гете, а в наше время – И.П. Павлов, С.Н. Вавилов и многие другие.

Физиологам известно, что каждый определенный цвет вызывает у любого человека, у любого культурного слоя не только то же самое восприятие, но и точно такое же впечатление, независимо от настроения субъекта. К примеру, красный цвет возбуждает и активизирует, а синий успокаивает и затормаживает. Желтый и светлый желто-зеленый цвета вызывают ощущение легкости и, наоборот, темные тона фиолетово-синего цвета – тяжести. Мебель синего цвета создает ощущение холода.

Подсознательно возникает ощущение, что на синем стуле сидеть не так “тепло”, как на красном. В помещении, окрашенном в оранжевый цвет, температура кажется выше, чем в помещении сине-зеленого цвета, хотя в том и другом случае температура фактически одна и та же. Однако, цвет влияет не только на психоэмоциональное состояние, меняются и такие “чисто” физиологические параметры как аппетит, активность, либидо, артериальное давление и др., даже на ощущение боли может влиять цвет. Еще древние египтяне понимали лечебные возможности цвета и пользовались ими.

Да и мы с вами, иногда интуитивно выбираем тот цвет одежды, который “сегодня” больше всего подходит настроению. А это ничто иное, как интуитивное понимание того, что организму “сегодня” нужна энергия не вообще, а строго определенных параметров, а это и есть цвет. Так мы помогаем сами себе. Но ведь не всегда удается пойти погулять в лес - насытиться зеленым или полежать на песочном пляже и получить терапию желтым и голубым. Современные компьютерные технологии позволили создать виртуальный сканер, основанный на очень, очень точной регистрации и учете индивидуального взаимодействия человека с цветом. Специальная компьютерная программа “Странник” четко определяет, какого цвета организм получает с избытком, а какого не хватает. Компьютерный тест предла-



Бичун А.Б.
Врач, к.м.н., специалист по биоинформационной медицине, доктор психологии

гает решить простую задачу на восстановление цветовой гаммы статической картины или фильма, после того как была возможность запомнить цвета и они были изменены. На основании теста выстраивается индивидуальная биологическая модель, состоящая из психологической и физиологической частей. В психологической части можно увидеть устойчивые психологические особенности, оценить степень индивидуальной успешности, определить степень психоэмоционального напряжения в зависимости от временного этапа обработки получаемой информации. В физиологической части отражаются:

- степень активности различных функциональных систем,
- выраженность всех патологических процессов,
- взаимосвязь между комплексом органов подвергающихся наибольшему стрессорному воздействию и патологическими процессами.

В индивидуальной биологической модели самым важным является то, что она учитывает обмен информацией между центрами управления и периферией (органами, тканями, клетками). В результате, становится понятным, почему не происходит выздоровления от разных заболеваний. Где, на каком уровне обмена информацией происходит ошибки, не позволяющие собственным механизмам выздоровления включиться в процесс саногенеза (выздоровления) и привести организм к излечению. На основе полученной информации разработа-

тывается строго индивидуальная программа цветокоррекции. Выглядит цветокоррекция как импульсы определенного цвета с экрана монитора. Цветокорректирующие программы лечат не болезнь, а помогают организму самому найти когда-то потерянный путь выздоровления. Активация механизмов саногенеза оказывается настолько полной, что, как правило, у пациентов, обратившихся за помощью по поводу, например проблем с печенью или легкими, помимо избавления от этих заболеваний восстанавливается зрение, разглаживаются мимические морщины, улучшается состояние кожи, межпозвонковых дисков, состояние эмали зубов, снижается избыточный вес и даже восстанавливается цвет волос. Похоже на панацею. А ведь на самом деле все просто. Каждый человек от рождения обладает полным набором защитных механизмов и самых разнообразных факторов, которые обязаны противодействовать стрессам, болезням, старению. И если так случилось, что стали тускнеть или выпадать волосы, часто появляется герпес или вообще беспокоит какая-то неприятность со здоровьем, это означает, что собственные защитные силы истощены или что-то помешало им вовремя вмешаться и остановить болезнь или раннее старение. Программа цветодиагностики “Странник” не только выявляет где именно и почему оказались столь пассивны свои защитные факторы, но и помогает их восстановить и активировать. И все это делает цвет.

Пульс - цветотерапия оказывает высокоизбирательное влияние на процессы, отвечающие в организме за выздоровление, тем самым коррекция осуществляется через активизацию собственных защитных механизмов и восстановление необходимых связей между органами и системами. “Странник” позволяет излечиваться, правильно используя или пополняя внутренние резервы организма. Каждому человеку, каждому органу или системе необходимы свои цветовые наборы. В системе “Странник” использован именно этот метод. Цветокоррекция не противоречит другим способам лечения, она даже усиливает действие любых лекарственных веществ, позволяя тем самым снизить их количество. Технология виртуального сканирования “Странник” уже более 10 лет помогает излечиваться от многочисленных недугов в России, странах ближнего и дальнего зарубежья. Специалисты, работающие с программой и пациенты, получившие курс цветокоррекции знают:

“НЕ БЫВАЕТ НЕПРАВИЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ И НЕЭФФЕКТИВНОЙ ТЕРАПИИ!”

СОВРЕМЕННАЯ КОНЦЕПЦИЯ ПОДГОТОВКИ КАДРОВ УПРАВЛЕНИЯ

Управлять процессом быстротекущей жизни во всех сферах человеческой деятельности становится все сложнее. Особую актуальность, на наш взгляд, проблема совершенствования кадрового управленческого потенциала обретает в период перехода России к рынку.

При выявлении сущности стратегии подготовки кадров управления высшей квалификации представляется целесообразным систематизировать факторы, определяющие эффективность процесса обучения, сформулировать цели и задачи образовательной системы, принципы и основные положения концепции обучения.

В широком смысле кадры управления – это руководящие работники, предприниматели, менеджеры, государственные служащие, служащие муниципальных образований – все те, кто принимает управленческие решения при использовании факторов производства в процессе воспроизводства товаров и услуг либо при выполнении обязанностей в процессе государственного или муниципального управления.

Современный менеджер имеет двойственную природу: с одной стороны он представляет собой биологическое существо, с другой – социально-экономическое. Как существо биологическое, он имеет биологические характеристики, специфический характер, привычки, рефлексы, подвержен физическому износу и старению. Для обеспечения жизнедеятельности человека как биологического существа необходимо удовлетворение потребностей первого рода (пища, вода, одежда, жилище, продолжение рода, тепло).

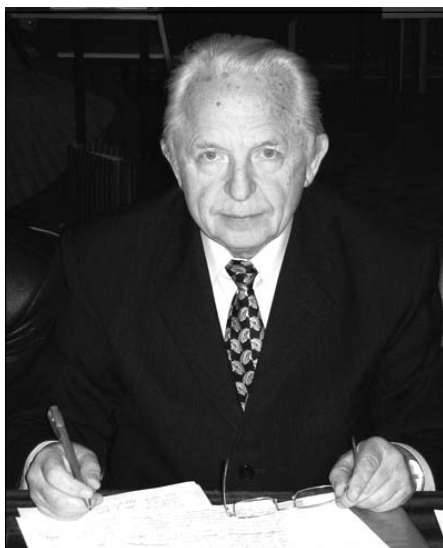
Как существо социально-экономическое, менеджер:

- это тот, кто соединяет информацию, средства, материалы, труд таким образом, что их совокупная стоимость возрастает. При этом он вносит изменения, осуществляет инновации и преобразует заведенный порядок;

- это человек, который приумножает не только свое, но и национальное богатство, кто находит способы наилучшего использования ресурсов, снижения потерь, кто создает новые рабочие места;

- это тот, которым движут определенные мотивы (желание добиться чего-то в жизни, самоутвердиться, готовность рисковать и т.п.);

- это тот, кто умеет работать в ус-



Ипатов Ю.М.
доктор экономических наук,
профессор

ловиях чрезвычайных ситуаций;

- это тот, для жизнедеятельности которого необходимо удовлетворение потребностей второго рода (квалификация, семья, быт, карьера, самоутверждение, самовыражение).

Качества управленца формируются в процессе обучения и воспитания, в образе жизни, условиях труда и быта.

Социально-экономические качества кадров управления приобретаются в процессе общепрофессиональной подготовки. Направленность, формы и методы подготовки определяются целым рядом внешних и внутренних факторов, связанных с особенностью переходного периода рыночных реформ (см. **схемы 1, 2**).

Кадры управления – это руководящие работники, предприниматели, менеджеры, государственные служащие, принимающие управленческие решения при использовании факторов производства в процессе воспроизводства товаров и услуг либо при выполнении обязанностей в процессе государственного и муниципального управления.

Не секрет, что профессия, как правило, накладывает отпечаток на человека. Происходит это потому, что профессиональная квалификация, глубоко проникая в духовный мир специалиста, определяет и его поведение в жизни. Вместе с тем одной лишь квалификации зачастую недостаточно для осуществления профессиональных функций. Те специалисты, кто по роду

занятий имеет дело с людьми (например врачи, юристы, менеджеры, бухгалтеры, преподаватели, экономисты, психологи), обязаны опираться на общепринятые нормы морали для того, чтобы принимающий их знания человек мог объективно и правильно воспринять и оценить помощь профессионала. Таким образом, представители названных профессий должны обладать не только специальными трудовыми навыками, но и особыми нравственно-волевыми качествами, которые делают их обладателей действительно специалистами.

Молодые люди должны уметь свободно ориентироваться в море сложнейшей и зачастую самой неожиданной информации. Возрастет значение эстетического и нравственного воспитания для формирования современного человека. Ответственность педагогика за интеллектуализацию общественного производства сравнима лишь с ответственностью за профессиональный уровень, воспитание трудолюбия и работоспособности каждого человека современной эпохи.

Принцип гуманизма должен стать основой формирования высоко-нравственных качеств личности студентов в процессе их обучения.

Проблемы этики постоянно сопровождают человека, возникая как в частной жизни, так и в сфере его профессиональной деятельности. Сегодня этика – это наука, объектом которой является человеческая мораль и нравственность. В этой науке существуют специальные направления, рассматривающие профессиональную мораль и ее особенности как часть общей морали.

Концепция формирования личности, ее гуманитарного образования должна, на наш взгляд, учитывать зависимость формирующегося рынка от **тенденции глобализации**. Новыми доминантами мировой экономической жизни стали:

- производственно-технологическое сближение профессиональных экономик;

- международное разделение труда как фактор экономического и социального развития. На сегодня меняющаяся экономическая граница не совпадает с государственной;

- происходит эволюция товарных форм;

- новую роль приобретают организационные структуры;

- возникают новые мотивации общественного рыночного поведения: стремление получать не столько при-

быль, сколько стратегические эффекты на основе реализации стратегических интересов;

- возрастает реальность госэкономических войн; новая экономика дает такие рычаги уничтожения политических и экономических угроз, которые по своей разрушительной силе превосходят военный фактор. Набирает силу процесс экономизации политики.

Современные западные рынки усиленно формируют новые доминанты, в рамках которых происходит сращивание экономики с экологическими, национально-этническими и культурными системами, происходит включение реликтовых систем (культурно-традиционных, этнических и даже религиозных) в новые экономические модели для достижения стратегических эффектов, например, фино-угорская композиция, тюркская композиция.

На таком рынке главное – реализация стратегических интересов и стратегический эффект. Это выше, чем прибыль. **Система стратегических эффектов** – это база для функционирования закона стоимости в будущем.

Мир выходит на конкурентоспособность не товаров, а этноконкурентоспособность, связанную с воспроизводством качества жизни. Это, в свою очередь, определяет процесс, в котором будет происходить размыивание альянсов, существующих на военно-политической основе.

XX век войдет в историю человечества как столетие грандиозной НТР, необычайного роста производительных сил и материального производства в передовых странах; формирования мировой хозяйственной системы и права на основе интеграции науки, информации, технологии и взаимообогащения культур, признания универсальных нравственных и гуманитарных ценностных ориентиров; начала выхода цивилизации землян в Космос. Это было время глубоких социально-политических потрясений и переворотов, двух мировых войн и вспышки расизма, национализма и религиозного фундаментализма как реакции тоталитарных и авторитарных режимов на глобализацию и интернационализацию жизнедеятельности народов. Проявились глобальные проблемы международной безопасности, экологии, демографии, конверсии военного производства, продовольственная, топливно-энергетическая и другие острые проблемы, решение которых имеет решающее значение для сохранения и дальнейшего развития мирового сообщества.

Главной предпосылкой осуществления человечества, всей жизни на планете стало обеспечение мира, прогресса и прав человека.

Интеграционные процессы в науке, образовании, информации, технологии, экономике, праве, получившие мощное развитие во второй половине XX века, способствуют формированию общечеловеческих гуманистических и

нравственных ориентиров в деятельности индивидов, групп, социальных и этнических общностей, целых народов и в политике государств.

Известно, что **новые обстоятельства жизнедеятельности людей требуют и нового мышления, нового философского восприятия действительности.** Глобальный миропорядок в XX веке будет держаться в первую очередь не на силе, а на духовной и материальной потребности к объединению стран и народов, на интеграции важнейших сторон жизнедеятельности человечества. В этих условиях закономерная и прогрессивная, добровольная, демократическая и правовая, эволюционная интеграция государств оказывается серьезным политическим фактором упрочения коллективной локальной и международной безопасности, предупреждения и пресечения межго-

сударственных войн, придавая такой интеграции еще и миротворческий, гуманитарный характер. Важно, что экономически необходимая интеграция государств привлекательна для народов все большего числа стран не только ростом их благосостояния и коллективной безопасностью, но и достижениями в области культуры и активным взаимообогащением культурных достижений каждого народа; высокими идеалами свободы, равенства, справедливости; обеспечением прав человека, независимых от пола, расы, национальной и религиозной принадлежности, социального происхождения и положения, партийности и мировоззрения.

Разделяя основные идеи и принципы документов ООН по окружающей среде и развитию, правительство Российской Федерации приняло в 1994 году решение о **переходе на**

Схема 1



Схема 2



модель устойчивого развития в долгосрочной перспективе, обеспечивающую сбалансированное решение задач социально-экономического развития и сохранения благоприятного состояния окружающей среды и природно-ресурсного потенциала в целях удовлетворения жизненных потребностей нынешнего и будущих поколений.

Сформулированный мировым сообществом вывод о том, что на пороге XXI века “человечество переживает решающий момент своей истории больше, чем для всех других великих держав мира, соответствует современной ситуации в России. Длительное развитие страны в условиях централизованной системы хозяйствования и обострение структурных противоречий привели Россию к глубокому кризису. При этом сопровождающие его процессы спада производства, снижение уровня потребления населения, деградации инфраструктуры, возникновения очагов и зон экологического бедствия побуждают к поискам принципиально новых решений для формирования основ социально-экономического развития на принципах устойчивости.

Проблема устойчивого развития, возникшая в результате осознания человечеством очевидной ограниченности природно-ресурсного потенциала поддерживать экономический рост в масштабах, позволяющих обеспечивать для увеличивающегося населения растущий уровень потребления, оказывается чрезвычайно созвучной традициям, духу и менталитету России.

Труды Вернадского о неизбежности возникновения ноосферы (сферы разума) на планете Земля, мысли Циолковского о Земле как колыбели человечества, во многом предвосхитили необходимость общепланетарного развития, позволяющего удовлетворять потребности человеческого общества в настоящем без ущерба интересам будущих поколений.

Созвучие идей устойчивого развития традициям и духу россиян создают благоприятные условия для их воплощения в России. Эти идеи могут стать консолидирующим началом поиска согласия в обществе в деле возрождения страны, снятия противоречий между социальными слоями и группами, стать той осязаемой и понятной всему населению перспективой, для достижения которой направлены нынешние преобразования.

В обобщенном виде концепция перехода России на модель устойчивого развития должна исходить из последовательной реализации взаимосвязанных основополагающих идей:

- **экологизация хозяйственной деятельности** в процессе увеличения в структуре национального богатства удельного веса национального имущества, обеспечивающего поддержание

необходимого экономического роста страны и решение наиболее острых социальных проблем;

- **сохранение и восстановление биосферы** и ее локальных экосистем при ограничении роста природоёмких элементов национального имущества и усилении ориентации на разумные потребности будущих поколений с учетом состояния природно-ресурсного потенциала;

- **формирование ноосферы** на основе реализации двух предыдущих концептуальных схем развития и обеспечение роста национального богатства преимущественно **за счет повышения квалификации работающих и возрастания духовных ценностей.**

Конец XX века ознаменовался крупным достижением коллективной мысли, которая стала именоваться **концепцией развития человеческого потенциала**. В прошедшем столетии приоритет отдавался экономическим категориям и экономический рост рассматривался как единственно правильная модель развития. Однако практика показала, что увеличение экономического потенциала всего человечества не сопровождается улучшением жизни большинства людей.

Концепция развития человеческого потенциала акцентирует внимание на самом человеке и содержит четыре масштабных элемента: производительность (или продуктивность), равенство, устойчивость, расширение возможностей.

Производительность (или продуктивность) – это человеческий труд за денежное вознаграждение и возможность формировать свой доход.

Равенство – это одинаковые возможности для всех членов общества. В переходный период, когда страна политическими усилиями пытается решить экономические проблемы путем перехода к рыночной экономике, обостряются проблемы равенства возможностей для всех членов общества. Неравные стартовые условия порождают в рыночной экономике массу негативов.

Под **устойчивостью** понимается сохранение возможностей не только для ныне существующего поколения, но и для последующих.

Расширение возможностей подразумевает, что люди должны принимать непосредственное участие в процессе развития и расширять возможности пользоваться благами от своей деятельности во всех сферах, определяющих их жизнь (в соответствии с законом возвышения потребностей).

Быстрота технологических и политических перемен в большинстве обществ, изменение характера и рынков труда, а также опасность морального вакуума в связи с разрушением прежних ценностных систем – все это достаточные основания, чтобы общества и группы развивали в себе самокритич-

ные, защитные качества, не допуская необдуманного противодействия новшествам и переменам.

В Декларации 44 сессии Международной конференции по образованию ЮНЕСКО (Женева, октябрь 1994 г.) министры образования заявили, что они “глубоко озабочены проявлением насилия, расизма, ксенофобии, агрессивного национализма и нарушениями прав человека, всплесками терроризма во всех его формах и разновидностях. Явлениями, которые угрожают консолидации мира и демократии как в национальных рамках, так и в глобальном масштабе, и которые служат препятствием на пути к развитию”.

В этой связи перед образовательными системами всех уровней встает важнейшая задача по выработке инновационных стратегий, которые позволяют справиться с проявлениями нетерпимости, и к созданию адекватных методик оценки эффективности этих стратегий.

Возникает реальная необходимость серьезного отношения преподавателей всех учебных заведений к воспитанию толерантности (способности и готовности признать альтернативные взгляды и подходы, способность к признанию и уважению убеждений и действий других людей), уважения к правам человека и демократическим гражданским правам и обязанностям.

Декларация ЮНЕСКО дает ряд практических рекомендаций по преодолению проблемы корректировки учебных программ:

1. Учебные программы должны:
 - стать проводниками идей построения прочного мира и соблюдения прав человека;
 - давать анализ различных конфликтов, их причин и последствий;
 - обращаться к историческим предпосылкам, этическим, религиозным и философским аспектам прав человека;
 - проследить пути и способы их формулирования и воплощения в национальные и международные стандарты, отраженные в таких документах, как Всеобщая декларация прав человека и Конвенция по правам ребенка;
 - ознакомить с основами демократии, ее институтами и различными моделями;
 - освещать проблемы расизма и историю борьбы против дискриминации женщин и других видов дискриминации и притеснений.
2. Не следует ограничиваться введением специального предмета в учебные программы, так как “идеи и атмосфера” соблюдения прав человека, демократии толерантности должны пронизывать всю систему образования в целом и распространяться на все учебные предметы и несмотря на то, что нужно учитывать местный культурный контекст, этим идеям следует придавать интернациональное измерение.
3. Рекомендуется использовать ак-

тивные методы, групповую работу, обсуждение моральных аспектов и персонализированные методики обучения наряду с внедрением демократических форм школьного управления, включая преподавателей, учащихся, родителей и местное сообщество в целом.

4. Рекомендуются активное изучение иностранных языков как средства более глубокого понимания других культур.

5. Поощряется обмен учащимися и преподавателями и надлежащая подготовка преподавателей.

6. Декларация призывает детей и молодежь к участию в акциях солидарности и мероприятиях по защите окружающей среды.

7. Необходимо, наконец, вовлечение семьи, СМИ, сферы производства и бизнеса, неправительственных организаций

В настоящее время в Российской Федерации осуществлены значительные модернизации в области экономики политики, правовой и экономической культуры, направленные на формирование устойчивого человеческого развития. Именно поэтому Россия сегодня особенно нуждается в подготовке и переподготовке специалистов, уровень профессиональной компетенции которых будет коррелировать с их нравственными идеалами в контексте новых социально-экономических условий.

Как известно, на процессы и результаты человеческой деятельности существенное влияние оказывает фактор времени, приводя к таким явлениям, как физический и моральный износ техники, технологии, информации, квалификации и т.д. Указанные явления побуждают властные структуры всех уровней управления принимать соответствующие меры противодействия влиянию фактора времени.

Особое значение для активизации и повышения эффективности социально-экономических процессов в обществе имеет, на наш взгляд, **побудительная функция** одного из основных секторов рыночной экономики – малого предпринимательства (МП). Эта функция инициирует появление определенных императивов, то есть побуждение к определенным стратегиям поведения со стороны органов управления (федеральных, региональных, муниципальных) при разработке проектов законов, государственных программ поддержки и регулирования предпринимательства.

Проведенные нами логически-профессиональный анализ позволил выделить следующие императивы как проявление побудительной функции предпринимательства: политический; структурный; информационный; социально-психологический; социально-экономический.

Политический императив связан со взаимодействием бизнеса и политики. Организации предпринимателей,

созданные для решения сугубо профессиональных задач, становятся одновременно и субъектами политической жизни, так как вынуждены вступать во взаимодействие с государственными органами, политическими партиями, международными организациями.

Структурный императив – основан на функции интегративности МП и его структурной диверсификации по следующим компонентам:

- сферам общественного воспроизводства;
- формам собственности;
- организационно-правовым формам предприятий;
- иерархии управления;
- отраслям экономики народного хозяйства;
- территориям;
- странам.

Информационный императив связан с многоаспектностью научных проблем (научная диверсификация) при исследовании явления МР, что влечет необходимость изучения и использования научных достижений таких областей знания, как: политология, философия, юриспруденция, макро- и микроэкономика, психология, социология, государственное и муниципальное управление, менеджмент, мировая экономика, педагогика и др.

Социально-психологический императив исходит из важнейшей задачи развития МП – создания экономической базы формирования среднего класса общества и воспитания эффективного собственника и менеджера.

Современный предприниматель-менеджер вынужден взаимодействовать со многими новыми субъектами рыночной инфраструктуры (бизнес-среды) – банки, биржи, поставщики, потребители, контрагенты, аудиторские фирмы, страховые компании, консалтинговые, транспортные, торговые фирмы, информационно-компьютерные центры, центры повышения квалификации и переподготовки кадров, рекреационные учреждения и др.

При этом предприниматель (менеджер) ежедневно при принятии управленческих решений одновременно выступает в ролях: администратора, организатора, специалиста, экономиста, воспитателя, общественного деятеля, политического деятеля. Все это требует наличия разносторонних и конкретных знаний и их непрерывного восполнения. Отсюда – объективная необходимость в развитии системны непрерывного довузовского, вузовского и послевузовского профессионального обучения.

Социально-экономический императив обусловлен местом МП в социально-экономической системе государства и его ролью. Указанный императив проявляется в объективной необходимости учета проблем поддержки, регулирования и развития МП при формировании внутренней эконо-

мической, внешнеэкономической, научно-технической, экологической, демографической, социальной политики государства, регионов и муниципальных образований.

Таким образом, социально-экономические процессы, происходящие в обществе переходной экономики, объективно обуславливают вышесказанные императивы, для практической реализации которых необходимы управленческие кадры новой генерации, причем на всех иерархических уровнях управления – федеральном, региональном и муниципальном.

Современная концепция подготовки кадров управления предполагает, на наш взгляд, определение целей, задач, принципов, направленности, форм и методов обучения.

Целью подготовки управленческих кадров является повышение качества управленческого кадрового потенциала для усиления его воздействия на решение актуальных политических, экономических, социальных задач дальнейшего развития рыночных реформ.

Применительно к высшему учебному заведению, осуществляющему подготовку кадров управления, можно сформулировать следующие цели:

- удовлетворение общественной потребности в части подготовки требуемого количества высококвалифицированных специалистов в области управления;
- обеспечение конкурентоспособности выпускников вуза на рынке труда;
- обеспечение прибыли (за счет внебюджетной деятельности) и финансовой устойчивости вуза;
- обеспечение высокого рейтинга вуза в системе межвузовского мониторинга.

Для реализации указанных выше целей перед образовательной системой всегда будут стоять следующие задачи: во-первых, это – осуществление проблемной ориентации (подготовка материалов с обоснованием того, чему как обучать):

- прогнозирование научно-технического и социально-экономического развития страны, региона, отрасли;
- маркетинговые исследования рынка труда и рынка образования;
- формирование должностных и профессионально-квалификационных моделей (знания, умения, навыки) работников сферы управления;
- формирование контингента обучающихся;
- определение направленности обучения (учебные планы и программы);
- определение форм и методов обучения;
- формирование комплексных планов (перспективных и годовых) учебной, научной, методической, хозяйственно-финансовой и организаци-

онной деятельности).

Второй важнейшей задачей вуза является формирование научно-образовательного потенциала учебного заведения, структура составляющих которого (информационная, кадровая, материально-техническая, материально-финансовая, организационная, учебно-методическая, результирующая) систематизированы автором на рис. 1.

Третья задача вуза – эффективность использования его научно-образовательного потенциала. На рис. 2 нами систематизированы условия, необходимые для совершенствования экономических отношений в сфере высшего образования, и основные направления совершенствования экономического управления в вузе.

Четвертая задача вуза – это обеспечение эффективности самого учебного процесса, а также эффективности реализации знаний.

Как известно, процесс передачи и восприятия информации в аудитории складывается из **процесса передачи** лектором **информации по физическому каналу связи** “лектор-слушатель” и **процесса восприятия**.

Состояние физического канала связи и физического фильтра в системе “лектор-аудитория” складывается из подготовленности лектора и слушателя, из их физического состояния, эмоционального настроения, от общей культуры, от атмосферы в аудитории, количества групп, актуальности информации, убедительности передачи, достоверности, логичности и т. п.

Если какие-либо факторы, определяющие физический канал, не срабатывают или срабатывают частично, то не дошедшая информация составляет “физический шум” и теряется.

Информация, прошедшая физический фильтр, является **принятой**. Принятая информация должна быть **понята** и усвоена слушателями.

Для этого сообщение должно пройти тезаурус слушателей, являющийся **семантическим** (смысловым) фильтром, отсеивающим семантический шум. (непонятную информацию). Семантический шум возникает в результате отсутствия в тезаурусе слушателей понятий, способствующих уяснению.

Возможен другой случай, когда все содержание сообщения уже имеется в тезаурусе слушателей. Тогда слушатель не получает никакой новой информации, которая хотя и понята, но тоже будет семантическим шумом.

Полезной информацией можно считать ту часть содержания лекции, которая увеличивает тезаурус слушателей. Информация должна содержать только те данные, которые уменьшают неопределенность интересующих нас вещей. (уменьшают их энтропию).

Информация, прошедшая семанти-

ческий фильтр, является **понятой**.

Принятая и понятая информация должна быть **оценена слушателем**. Для этого она должна пройти через **прагматический фильтр**. Сведения, которые слушателю бесполезны для решения актуальных задач, отбрасываются как прагматический шум. Информация, прошедшая прагматический фильтр, является **оцененной**.

На основании информации о **шуме** (выделенной в результате тестирования, зачетов, экзаменов) лектор вырабатывает **поправку**, которая может содержать новую информацию, другой способ подачи материала, другие формы проведения лекций, поведения лектора и т. п., то есть все то, что может погасить шум от первой посылки информации.

Таким образом, основная цель деятельности системы “лектор-аудитория” – добиваться увеличения тезауруса слушателей за счет информации: принятой, понятой и оцененной, которая необходима для решения практических задач.

Эффективность этой системы зависит от содержания и организации лектором всего лекционного процесса, от средств, форм и методов воздействия на аудиторию, от степени учета связей между подсистемами в процессе, а также от связей со средой и от методов определения результатов воздействия.

Основным методом воздействия на аудиторию является убеждение – влияние на мысли, чувства, настроения, поступки, поведение человека.

Убедить аудиторию – значит не только сообщить слушателем совокупность фактов и положений, доказывающих истинность тезисов, но дать возможность понять и оценить информацию и сделать аудиторию соучастницей процесса формирования вывода, которым на нее хотят повлиять.

При формировании экономического мышления управленческих кадров в условиях перехода к рыночной экономике лекции должны научить слушателей (см. схему 4):

- подходить с позиций экономической науки к жизненным принципам;
- экономически обосновывать решение практических задач;
- видеть экономический эффект повседневных дел, к которым слушатель имеет причастность, научить подсчитывать экономический ущерб, наносимый неумением или недобросовестностью исполнителей;
- видеть экономические причины событий общественной жизни, политических акций правительства и политических партий.

С точки зрения эффективности реализации знаний стоит задача быстрее, полнее и шире практически использовать знания, умения и навыки, полученные в вузе, и обеспечивать при этом достижение различного вида количе-

ственных эффектов – информационно-познавательного, научно-технического, организационно-управленческого, экономического, социального, политического.

Основные положения концепции и руководящие принципы гуманитарного образования систематизированы нами на схеме 3, а в таблице 1 приведена разработанная автором классификация специфических принципов управления научно-образовательным потенциалом (НОП) вуза.

Как известно, международная экономическая интеграция представляет собой процесс хозяйственного и политического объединения стран на основе развития глубоких устойчивых взаимосвязей и разделения труда между отдельными национальными хозяйствами, взаимодействия их экономик на различных уровнях и в различных формах.

Бурное развитие межфирменных связей порождает необходимость внутреннего и межгосударственного регулирования свободного движения товаров, услуг, капитала и рабочей силы между странами в рамках данного региона, а также согласования проведения совместной экономической, валютно-финансовой, научно-технической, социальной, внешней и оборонной политики.

Санкт-Петербург и Ленинградская область являются на Северо-Западе России центрами по развитию международных экономических и культурных связей, задачи реализации которых требуют привлечения высококвалифицированных специалистов во многих областях, особенно в сфере экономики, управления, права, психологии со знанием иностранных языков.

Таких специалистов готовит Северо-Западная Академия государственной службы (г. Санкт-Петербург), которая является центром науки, образования и культуры, осуществляющим научные исследования и подготовку профессионалов повышенного творческого потенциала по широкому спектру направлений и специальностей (см. схему 5).

Через культивирование традиционных ценностей всех культур, через образование, главным кредо которого может и должно быть Великое Уважение к Человеку и его Культуре, через Политику истинного гуманизма и консенсуса, через уроки Природы, через Творчество – вот те жизненно важные механизмы, которые формируются при обучении в Северо-Западной Академии государственной службы (г. Санкт-Петербург) и через которые можно и должно развивать в человеке XXI века Менталитет Мир, Гармонии, Равновесия и Созидания.

Таблица 1
Специфические принципы управления НОП вуза

Наименование принципов	Содержание принципов управления НОП
1 Принцип изометрии элементов научно-образовательного потенциала	Необходимость уделять должное внимание всем элементам НОП на всех стадиях его формирования и использования: ресурсная
2 Принцип изометрии подсистем вуза	Обеспечение соответствующего поступательного развития всех подсистем вуза: теоретико-методологической, педагогической, экономической, организационной, технологической
3 Принцип изометрии средств формирования и использования НОП	Применение разнообразных средств при формировании и использовании НОП: организационно-управленческие, экономические, научно-технические, социальные, общественно-политические, социально-психологические
4 Принцип равновесия мотиваций в масштабах коллектива вуза	Сочетание потребности к инициативе и творчеству как профессионального элемента деятельности научно-педагогических работников (внутренняя мотивация) с логикой развития вузовской науки и практики, с одной стороны, и с потребностью долгосрочного планирования развития вуза, НИОКР в вузе (затраты, нормы рабочего времени, сроки выполнения работ и мероприятий, требуемый уровень качества и т. п.), с другой стороны (внешняя мотивация)
5 Принцип интенсификации	Переход от экстенсивных форм научно-образовательной деятельности к ускоренному росту удельной отдачи от используемого потенциала. В период интенсификации в сфере науки и образования необходим переход от принципа «новое за счет старого» к принципу «новое за счет нового». Превращение науки в непосредственную производительную силу и переход на интенсивный путь развития привели к необходимости двойной интенсификации
6 Принцип приоритета научных знаний в системе «наука – техника – производство»	Переход к такому положению, когда опережение затрат должно смениться опережением результатов при соблюдении известного закона, согласно которому наука (и образование) должны развиваться быстрее, чем техника, а техника быстрее, чем производство, для обеспечения опережающего темпа роста объема научных знаний по сравнению с объемом их практического применения
7 Принцип противоречия динамики и статики науки и образования	Постоянно возникающие новые научные направления и педагогические технологии характеризуют динамизм науки как системы знаний и динамизм педагогики как системы подготовки творцов и пользователей знаний. Однако это обстоятельство противоречит статике науки и педагогики как системы организаций и учреждений, инерционности системы финансирования вузов, технической базы вузов, личных профессиональных качеств преподавателей и ученых, информационного обеспечения работ
8 Принцип системного эффекта	Обеспечение целевой функции организации и управления научно-педагогической деятельностью – максимализации конечного эффекта не только за счет скорости реализации конкретных мероприятий и новшеств, но и за счет системного эффекта, получаемого от широты их применения и полноты использования наличного задела, при условии возрастающего качества подготовки специалистов проводимых вузом НИОКР, оказания научно-образовательных услуг и целевой ориентации научно-образовательной политики на эффективность использования имеющихся в распоряжении вуза ресурсов (его потенциала)
9 Принцип оргобеспечение	Необходимость обеспечения принципиально новых педагогических технологий проектированием организационных решений и структур, стремление к тому, чтобы оргобеспечение для вновь создаваемых сложных технологий проектировалось и сдавалось заказчику вместе с другими компонентами научно-образовательных систем
10 Принцип воссоздания творческого потенциала и культурной среды	Создание культурной среды, обеспечивающей формирование единой методологии познания и деятельности на основе синтеза культур; наследование и сохранение ценностей, идеалов и традиций; воспроизводство инженерно-технического менталитета, полноценное духовное и физическое развитие, высокий уровень качества жизни коллектива, включение коллектива в социально-культурные процессы мировой цивилизации. Высокий уровень культуры должен быть характерен для всех сторон жизнедеятельности и реализован через: культуру обучения и воспитания, культуру научных исследований, качество обслуживания научного и учебного процессов, уровень развития социальной инфраструктуры и качество жизни коллектива, языковую культуру общения
11 Принцип структуризации целевой направленности образования	Образование строится на принципах непрерывности, фундаментальности, гуманизации, гибкой вариативности; направлено на интеграцию знаний и методов познания и деятельности, духовное саморазвитие личности; ориентировано на высокие интеллектуальные образовательные технологии
12 Принцип новой ценностно-смысловой характеристики образования	Новая парадигма образования как основной механизм обеспечения «выживаемости» человечества и устойчивого динамического развития цивилизации ориентирована на развитие качеств человека, ставит задачи лично-ориентированного образования, укрепления связей между образованием и культурой, резкого повышения требований к научному уровню и творческому потенциалу специалистов, усилению фундаментальной подготовки, приоритетному развитию университетского типа высшего образования, которое наиболее полно отвечает новым задачам развития цивилизации и человеческих качеств.

Академик Международной Академии наук экологии и безопасности и жизнедеятельности (МАНЖЭБ)
член-корреспондент Международной Академии наук Высшей школы (МАНВШ), зав. кафедрой политической
экономики, д.э.н., проф. **Ипатов Ю. М.**

К ВОПРОСУ О ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ НА ПРИМЕРЕ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Высочин Ю. В., Данченко А. Н.,
Лукоянов В. В., Шанти П. Джаясекара

В настоящее время проблемы функциональной и социальной адаптации человека к новым условиям его жизнедеятельности остаются наименее изученными и в тоже время являются очень актуальными в современном обществе.

Здоровье каждого человека является очень значимой социальной ценностью и должно обеспечиваться оптимальным функционированием различных защитных механизмов, таких как, биологическая защитно-приспособительная система отдельного организма; экологическими отношениями, которые оперативно и гармонично обеспечивают приспособление человеческой популяции к быстро изменяющимся условиям среды обитания, а также социальными и экономическими мерами защиты здоровья своих граждан, осуществляемые самим государством и его многообразными общественными институтами. Основой концепции здоровья и гармоничного развития человека является представление о том, что при оптимальном приспособлении различных биологических систем любого уровня от клетки до биосферы и ноосферы, к постоянно изменяющимся условиям среды синхронно действуют два взаимодополняющих механизма: адаптивный и компенсаторный. **Адаптация** – это действие механизмов приспособления, выражающееся в том, что при взаимодействии системы с фактором среды, опасным для функционирования какого-либо ее элемента, то есть способным повредить его структуру и привести к его дисфункции, при этом данный элемент изменяет свою структуру. Причем это изменение направленно на обеспечение оптимального выполнения элементом своих функций в новых условиях. Под **компенсацией** понимаются механизмы приспособления, которые направлены на сохранение функций самой системы, если ее элемент адаптируется к действию разрушающего фактора окружающей среды. Более того, компенсируя, функцию адаптированного элемента сама система достаточно надежно сохраняет свою функцию и осуществляет компенсацию за счет использования различных резервных возможностей системы. Известно, что адаптивные и компенсаторные механизмы действуют всегда вместе и целенаправленно в соответствии с синергетическим воздействием биологических, физиологических и нейроэкологических защитно-приспособительных систем организма человека, обеспечивающих его оптималь-

ное приспособление к изменяющимся условиям окружающей среды обитания. Для успешного решения эти проблемы необходимо рассматривать в совокупности и, прежде всего, с позиций фундаментальных закономерностей адаптации, деадаптации и реадаптации организма к различным физическим нагрузкам и социальным факторам, а также к часто непредсказуемо меняющимся факторам окружающей среды.

Ключевым звеном всех форм фенотипической адаптации, деадаптации и реадаптации является существующая в клетках двухсторонняя взаимосвязь между функцией и генетическим аппаратом клетки. Прямая связь состоит в том, что генетический аппарат – гены, расположенные в хромосомах клеточного ядра, опосредованно через систему РНК обеспечивают синтез белков – “делают клеточные структуры, а структуры системно “делают” свою функцию (работу). Обратная связь заключается в том, что “интенсивность функционирования структур” - количество функции, которое приходится на единицу массы органа, управляет активностью генетического аппарата клеток (Меерсон Ф.З., 1963, 1981). В связи с вынужденным (травмы, заболевания, прекращение занятий спортом) резким уменьшением объемов физических нагрузок (количества функции) происходит деадаптация (атрофия) различных компонентов локомоторной функциональной системы (ЛФС) и тормозно - релаксационной функциональной системы защиты (ТРФСЗ) организма от экстремальных воздействий при больших физических, гипоксических, гипертермических и прочих нагрузках с одновременным перераспределением клеточного генофонда в другие функциональные системы, причем часто не всегда удачным и выгодным для самого организма (Высочин Ю. В., 1983, 1988). Деадаптация в различных звеньях функциональных систем обычно происходит не одновременно и не равномерно. При этом в наибольшей степени снижается активность транскрипторов, кодирующих короткоживущие белки, и как результат развивается избирательная атрофия короткоживущих мембранных структур клеток, ответственных за рецепцию медиаторов и гормонов, ионный транспорт и энергообеспечение, а в итоге резко падает чувствительность клеток к управляющим сигналам. Поскольку эти структуры составляют лишь небольшую часть клеточной массы, поэтому резкое снижение или прекращение физических нагрузок сопровождается сравнительно

небольшим уменьшением массы, но значительным ухудшением функциональных возможностей органов и систем (Меерсон Ф. З., 1981). Многолетние динамические наблюдения за действующими и бывшими спортсменами в возрасте от 6 до 60 лет (Высочин Ю.В., 1988, 1996) показали, что при деадаптации скоростно-силовые характеристики мышц почти полностью сохраняются в течение длительного (до нескольких лет) времени, а в первую очередь страдают наиболее важные функции организма: понижается функциональная активность тормозных систем и ослабевает тормозной контроль ЦНС, падает мощность ТРФСЗ, снижается скорость произвольного расслабления (СПР) скелетных мышц. В результате достаточно быстро происходит перестройка наиболее экономичного и выгодного для организма релаксационного типа долговременной адаптации (РТДА) и индивидуального развития в наименее выгодный – гипертрофический тип долговременной адаптации (ГТДА). Все это приводит в итоге к существенному ухудшению тонкой регуляции и координации движений, различным нарушениям нейроэндокринной регуляции и обмена веществ, повышению энергозатрат в покое и при нагрузках, а также к снижению скорости восстановительных процессов, ухудшению умственной и физической работоспособности, понижению стресс-устойчивости и иммунологической резистентности, росту психоэмоциональной напряженности, травматизма, заболеваемости и преждевременному старению. Отрицательные последствия деадаптации к физическим нагрузкам, как правило, усугубляются множеством отрицательных влияний, сопровождающих адаптацию ветеранов спорта к абсолютно новым социально-бытовым условиям жизнедеятельности и изменяющимся факторам окружающей среды.

На основе многолетних исследований и описанных закономерностей, нами разработана комплексная программа специальной физической, психологической и функциональной подготовки, направленной на сохранение важнейших функций организма страдающих при деадаптации и обеспечивающей успешную реадаптацию к реструктурированным (смена основной спортивной специализации и направленности тренировочного процесса) физическим нагрузкам существенно меньших объемов, а также рациональную социальную адаптацию и оздоровление ветеранов после завершения спортивной карьеры. Она включает в себя особый блок

психофизической тренировки и активной миорелаксации с элементами ментальной сенсорики, гетеросуггестии, специальных медитативно-дыхательных комплексов, релаксационных упражнений нейролингвистического программирования; а также модифицированные, наиболее эффективные методы "цигун" и активной саморегуляции с использованием статической и динамической медитации, гиперкапнической и гипоксической тренировки, суставной и пластической гимнастики, специального питания и самомассажа с учетом индивидуальных биоритмов (Лукоянов В. В., 1993; Высочин Ю. В., Лукоянов В. В., 1997). Особое значение в этой программе придается выбору адекватных психофизических нагрузок. Главной причиной отрицательных последствий деадаптации является резкое снижение объемов нагрузок после прекращения спортивной деятельности и поэтому многие исследователи рекомендуют их постепенное уменьшение. К сожалению, подобные рекомендации практически не выполнимы в новых социально-бытовых условиях, когда спортсмену приходится работать, учиться, содержать семью и постоянно самосовершенствоваться. Наиболее целесообразна в этих условиях смена основной спортивной специализации на другой вид физической активности или спортивной деятельности (спортивные игры, плавание, русские и восточные спортивно-боевые единоборства), которая при минимальных затратах тренировочного времени (6-8 часов в неделю) обеспечит не только сохранение, но и дальнейшее развитие физиологических механизмов адаптации и защиты организма от экстремальных воздействий. Проверка эффективности различных элементов этой программы показала, что она предотвращает появление отрицательных последствий деадаптации, обеспечивает высокую СПР мышц и мощность ТРФСЗ, сохраняет РТДА, причем все это позволяет организму надежно обеспечить эффективный синтез и аккумуляцию биологической энергии, ее рациональное использование и быстрое восполнение в процессе жизнедеятельности, а также поддерживать особое состояние гармонии, проявляющееся в функциональной интеграции эмоциональных, интеллектуальных и психомоторных функций. Применение интегрального медитативно-пунктурно-дыхательного блока упражнений с энергоинформационной коррекцией значительно повышает скорость и качество переработки информации. Поэтому все это обеспечивает сохранение и развитие всех жизненно важных функций организма, ускорение рекреативно-реабилитационных процессов, повышение толерантности к стрессорным перегрузкам и социальной адаптируемости, улучшения здоровья и увеличения спортивного долголетия.

На современном этапе развития человечества в качестве одного из важнейших, приобретенных направлений развития для любого этноса считается сбережение или сохранение здоровья населения, причем здоровье возводится в ранг проблем, определяющих безопасность государства, перспективу его развития и положения в мире.

Действительно, положительный

вектор развития любого государства, перспективы его экономического, военного, научного, культурного и других потенциалов, а также достижение высокого уровня и качества жизни, возможны только на основе должного потенциала здоровья всего населения страны в целом. Поэтому необходимо с данных позиций сконцентрировать рассмотрение проблемы здоровья населения с учетом медико-биологических, психолого-педагогических и социально-экономических направлений, определяющих решение проблемы здоровья прежде всего посредством профилактической медицины в общенациональном аспекте с помощью мероприятий и средств, которые должны практически реализовываться системно через соответствующие разработки государственной программы РФ "Здоровье нации" (руководитель и главный разработчик

НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА В КАЧЕСТВЕ ОДНОГО ИЗ ВАЖНЕЙШИХ, ПРИОБРЕТЕННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ РАЗВИТИЯ ДЛЯ ЛЮБОГО ЭТНОСА СЧИТАЕТСЯ СБЕРЕЖЕНИЕ ИЛИ СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ

программы-заслуженный деятель науки РФ, д.м.н., профессор Высочин Ю. В.).

В целом здоровье нации определяется уровнем потребления и степенями достижения индивидуально-оздоровительного комплексного тезауруса знаний, методических разработок и практических программ персонально каждым членом общества с учетом его рода деятельности, пола, возраста, места проживания, антропометрических данных и индивидуальных биоритмов. Интересно, что в последние годы проводимые исследования приобретают международный характер и полученные в процессе научных экспериментов данные позволяют более детально рассмотреть человека как биосоциальную систему, реализующую свою духовную и материальную деятельность в определенных географических, климатических, средовых и социально-экономических условиях. Поэтому такое системное видение процесса позволяет выявить более детально и взаимосвязанно такие значимые для здоровья человека аспекты как, его двигательная активность в различных формах и особенности ее регуляции, физическая и умственная работоспособность, неспецифическая резистентность организма, сбалансированное и полноценное питание, а также правильное дыхание, активная саморегуляция и медитация, причем все это и еще многое другое должно быть синергетически вкраплено в научную концепцию о ведущей роли нервно-мышечной системы и скорости произвольного расслабления скелетных мышц в важнейших проявлениях жизнедеятельности целостного механизма возбуждения и торможения. Необходимо учитывать динамичность состояния здоровья человека в непрерывно меняющейся зависимости от его возраста, образа жизни, влияния множества факторов внешнего и внутреннего свойства, явлений социальной и экономичес-

кой природы, поэтому данный аспект обуславливает определенную трансформацию в течение жизни на всю структуры индивидуального развития здоровья и соответствующее изменение различного вклада каждого из структурных компонентов в его общую системную совокупность. Главной причиной переформирования данной целостной структуры здоровья является сам процесс жизнедеятельности, так как образ жизни, как формирующий фактор здоровья на различных этапах онтогенеза, обладает также различной структурой и содержанием. В зависимости от конкретного периода жизни, происходит синергетическое изменение целевых установок и трансформация специфических задач по обеспечению здоровья, что обусловлено внутренними явлениями происходящими в процессе жизни в самом организме человека, поэтому в рамках разработки специ-

альных программ большое значение имеют исследования по определению структуры здоровья на каждом значимом периоде онтогенеза, причем к важнейшим аспектам должного психического развития человека уже с раннего детства относятся определенные закономерности возрастного его развития мотивационной сферы, психических свойств и моральных качеств, а именно этапность его духовного и физического развития, гетерохронность (разновременность) созревания различных функциональных систем, и их разнонаправленность, наличие сензитивных периодов и оценка индивидуальных темпов развития. Индивида в направлении гармоничного формирования его духовно-материальной сферы.

Этапность развития характеризуется появлением у человека с момента рождения семь классов потребностей по А. Маслоу, которые в дальнейшем определяют и сопровождают по жизни взросление человека:

1. физиологические или органические потребности;
2. потребности в безопасности;
3. потребности в принадлежности и любви;
4. потребности в уважении, почтении;
5. познавательные потребности;
6. эстетические потребности;
7. потребности в самоактуализации.

Не случайно Л.С. Выготский считал, что сущность переходных или критических периодов развития коренится в изменении определенных потребностей и побуждений ребенка. Вторая закономерность возрастного развития заключается в том, что многообразные психические функции достигают своего максимального развития в различном возрасте, причем это свидетельствует о гетерохронности созревания его функцио-

нальных систем. Так например, абсолютная цветовая чувствительность человека достигает своего максимального развития уже в 7-8 лет, в то время как острота зрения – лишь в 14-15лет; такое психомоторное качество как быстрота и частота движений достигает своего максимального развития уже в 13-15лет, а к этому же сроку заканчивается в основном развитие и координационных возможностей человека: меткости баллистических движений, точности дифференцирования амплитуды движений и прилагаемых усилий. Известно, что выносливость к статическим усилиям достигает своего максимального развития в среднем в 18-20 лет, а мышечная сила и аэробная выносливость к динамической работе достигает максимума в 25-30лет. Интересно, что точность воспроизведения амплитуды движений сначала достигают своего максимума к 11-12 годам жизни, а затем уменьшается на 20-225 % к 14 годам и остается почти постоянно вплоть до пожилого возраста. Поэтому так важно закладывать в детях уже в раннем возрасте стержневой базис “психомоторики”, причем это понятие было впервые введено в научный обиход И.М. Сеченовым, который всегда подчеркивал зависимость двигательных проявлений человека от психической регуляции. И. М. Сеченов логично полагал, что каждый рефлекторный и психический акт заканчивается определенным движением или идеомоторным актом, под которым понимается изменение мышечного напряжения при представлении двигательного действия, но без его реального осуществления:

“Жизненные потребности родят хотения, и уже это ведет за собой действие; хотение будет тогда мотивом или целью, а движение – действием или средством достижения цели. Когда человек производит так называемое произвольное движение, оно появляется вслед за хотением в сознании этого самого движения. Без хотения, как мотива или импульса, движение вообще было бы бессмысленно. Соответственно такому взгляду на явления двигательные центры на поверхности головного мозга называют психомоторными”(1952,с.516).

Причем в словах И. М. Сеченова отчетливо обозначена глубокая мысль, что произвольные движения человека суть психомоторные, так как они непременно связаны с таким психическим явлением, как мотив, а это значит, что сначала появляется мысль а необходимости движения и только потом уже непосредственно само движение:

“Все бесконечное разнообразие внешних проявлений мозговой деятельности сводится окончательно к одному лишь явлению – мышечному движению. Смеется ли ребенок при виде игрушки, улыбается ли Гарибальди, когда его гонят за излишнюю любовь к родине, дрожит ли девушка при первой мысли о любви, создает ли Ньютон мировые законы и пишет их на бумаге – везде окончательным фактом является мышечное движение”(1953, с.33).

Поэтому без преувеличения говорят, что психомоторика пронизывает всю пси-

хическую сферу человека, на это указывал еще И. М. Сеченов, считавший, что в психомоторной организации человека объективируются все формы психического отражения и двигательный анализатор выступает как интегратор всех анализаторных систем человека.

Установлены многочисленные связи между различными сторонами психического и моторного развития человека, а именно чем успешнее человеком выполняются действия, требующие тонкой зрительно-моторной координации, тем выше у него интеллектуальные показатели, особенно невербальные, так как известно, что чем выше интеллект, тем успешнее выполняются тонкие координации и сверхтонкие восприятия по континуальному уровню.

Интеллект-это свойство личности, определяющее готовность человека к усвоению, сохранению, развитию и использованию полученных знаний, а также приобретенных умений и навыков, ведущих его к разумному поведению и гармоничному развитию личности. Интеллект связан со многими психическими процессами: ощущением и восприятием, памятью и мышлением, а также воображением, которые называются познавательными в связи с тем, что интеллект-основная форма познания человека действительности. Известно, что интеллект как интегральный показатель умственных способностей человека имеет тесную связь с его задатками (врожденные морфо-физиологические особенности человека) и способностями,

М. Сеченовым; который прозорливо подметил, что пространственное восприятие обеспечивается совместной деятельностью зрительного и кинестезического (двигательного) анализаторов. Причем кинестезический анализатор анализирует сигналы, идущие с проприорецепторов (нервные окончания, находящиеся в мышцах, суставных сумках, связках и сухожилиях, которые посылают импульсы в нервные центры, сообщая о производимых движениях) движущихся звеньев тела, “меряющих” пространство, а также с проприорецепторов глазных мышц, осуществляющих движение глаз при пространственных измерениях. Больше того, и само зрительное восприятие невозможно без постоянных движений глазных яблок. Слуховое восприятие речи также осуществляется при участии движений, - ведь у слушающего человека можно обнаружить произвольные движения речевого аппарата с беззвучным повторением слышаемой речи. Двигательный аккомпанемент (движения головы, рук, ног, туловища и голосового аппарата) играет важную роль при восприятии времени и пространства, причем многочисленные научные исследования показали, например, что при ограничении движений глаз восприятие времени осуществляется менее точно, а восприятие пространства не в полном объеме и качестве.

Психомоторная сфера человека характеризуется различными качествами, которые называются еще двигательными или физическими:

1. Силовые качества (статическая и

ИНТЕЛЛЕКТ-ЭТО СВОЙСТВО ЛИЧНОСТИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩЕЕ ГОТОВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА К УСВОЕНИЮ, СОХРАНЕНИЮ, РАЗВИТИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОЛУЧЕННЫХ ЗНАНИЙ, А ТАКЖЕ ПРИОБРЕТЕННЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ, ВЕДУЩИХ ЕГО К РАЗУМНОМУ ПОВЕДЕНИЮ И ГАРМОНИЧНОМУ РАЗВИТИЮ ЛИЧНОСТИ.

причем под способностью понимают яркое проявление какой-либо характеристики функции, обусловленное врожденными задатками. Поэтому функция-это то, для чего природа создала тот или иной орган, ту или иную функциональную систему, а именно функциями двигательного аппарата являются движение и удержание той или иной позы, функциями мозга- ощущение разных раздражителей, восприятие окружающего мира, активизация и концентрация внимания на те или иные объекты, явления, мысли, запоминание и воспроизведение оперативной информации, наконец, абстрактно-логическое мышление, воображение и антиципация. К характеристикам двигательной функции человека относятся сила (статистическая и динамическая), быстрота (время простой и сложной реакций, быстрота расслабления, темп движений и время одиночного движения), выносливость (силовая, скоростная и аэробная), а также координированность (меткость, ручная и телесная ловкость).

Большое значение психомоторики в процессе оптимального восприятия пространства и времени показано еще И.

динамическая).

Под силой человека понимают способность за счет мышечного сокращения и напряжения преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать внешним силам. В первом случае человек стремится придать ускорение неподвижному объекту (спортивному снаряду при различных метаниях и спортивных играх или собственному телу при многообразных прыжках, гимнастических упражнениях и спортивно-боевых единоборствах), а во втором случае, наоборот, стремится сохранить в исходном положении тело при действии сил, нарушающих равновесие. Причем между понятиями “сила человека” и “напряжение мышц” существует довольно значительные различия. Два человека могут развивать одинаковое волевое напряжение (усилие), а в итоге проявить разную мышечную силу и особенно наглядно эти различия обнаружатся в случае преодоления внешнего сопротивления как, например, при подъеме штанги. Связано это с тем, что сила определяется массой и сообщаемым ей ускорением, причем при одинаковом ускорении, но разном весе тела (массе)

большая сила будет у того, кто имеет больший вес тела. Поэтому совершенно логично, что в соревнованиях штангистов, боксеров и борцов введены различные весовые категории.

Более того, на первый взгляд многим представляется, что сила человека никакого прямого отношения к психологии не имеет, однако это очень глубокое заблуждение. Ведь напряжение мышцы, помимо чисто физиологических и морфологических факторов, зависит определенно от степени волевого усилия, прилагаемого человеком. Посмотрите только, какую необычайную силу воли проявляют штангисты, чтобы одолеть очередной запределный, рекордный вес.

Все дело в том, что сила воли также как и способности человека не измеряемы, поэтому мы не знаем их исходный уровень, а измеряем же мы их различные качества, то есть фенотипические характеристики человека, и именно их изменение и принимается за развитие способностей, которые наряду с одаренностью проявляют себя в активной деятельности и жизнедеятельности человека, требующие проявления определенных свойств внимания, быстроты реакции, адекватности и толерантности в экстремальных ситуациях. Многочисленные факты свидетельствуют о том, что активная деятельность развивает морфофункциональную основу способностей, причем в тренированном обучающемся мозге значительно усиливаются процессы синтеза специфических белков - нейропептидов, которые локализуясь в различных его отделах, положительно влияют на внимание, память, воображение, концентрацию, мышление, быстроту реакции, темперамент и волю человека. Весьма вероятно, что такой "обученный" мозг отличается не только увеличением объема хранящейся в нем информации, но и повышенным качеством обработанных энергоинформационных воздействий, обеспечивающих человека большими способностями к решению новых сверхсложных задач.

Интересно, что при этом активно задействуется сфера резервных возможностей человека, а также установлено, что при электростимуляции мышца развивает значительно большую силу, чем при произвольных усилиях человека, то есть реализуется так называемый силовой дефицит свидетельствующий о неполном использовании возможностей мышц в обычных жизненных ситуациях. Дело в том, что у спортсменов "силовой дефицит" значительно меньше, чем у не занимающихся спортом, а следовательно, приобретение спортсменом необходимых знаний, умений и навыков напрягать и расслаблять мышцы, налаживать работу координационных механизмов и уметь оперативно мобилизоваться - все это позволяет ему полнее использовать свои потенциальные возможности, которые реализуются в дальнейшем в зависимости от того, в какую социальную среду (благоприятную или неблагоприятную) попадает человек с тем или иным уровнем способности и степенью одаренности.

2. Быстрота или быстродействие характеризуется такими качествами как время одиночного движения, время

реагирования на сигнал и частотой движений.

Время реакции измеряется интервалом между появлением сигнала и началом ответного действия, причем, исходя из этого, время реакции включает в себя сенсорный (быстрота восприятия сигнала, его опознание и переработка) и моторный компоненты (время ответного действия, чаще всего двигательного). Сенсорный компонент обычно называют латентным периодом, зависящем от модальности сигнала, а именно от того, к какому анализатору он относится. Чувствительность разных анализаторов на различные раздражители неодинаковая, поэтому при звуковых сигналах латентный период несколько короче, чем при зрительных, а при красном цвете латентный период короче, чем при зеленом и синем. Необходимо помнить, что во многих случаях от человека требуется не простое реагирование на сигнал, а оперативная оценка ситуации, значимости того или иного стимула при их многообразном одновременном появлении, когда на один сигнал надо немедленно реагировать, а на другой вообще нельзя никак отреагировать, более того часто возникает ситуация когда на один сигнал нужно реагировать только одним способом, а на другой сигнал - совершенно иным. Поэтому все это, естественно приводит к значительному увеличению времени реагирования на входной сигнал за счет "центральной задержки", а именно оптимального времени, уходящего на обработку данного сигнала, его опознание и принятие необходимого решения и целесообразности той или иной ответной реакции.

В связи с этим выделяют простые реакции (реагирование на одиночный сигнал) и сложные, которые делятся на дифференцировочные (когда на один сигнал надо реагировать, а на другой - нет) и на реакции выбора (когда на каждый сигнал нужно реагировать строго определенным образом).

Время реакции зависит от интенсивности сигнала: чем он интенсивнее (до определенного предела), тем меньше время реакции, однако чрезмерно сильные сигналы почти всегда тормозят ответную реакцию. Известно, что концентрация внимания оказывает большое влияние на быстроту реагирования, поэтому в связи с этим человек всегда быстрее реагирует на ожидаемый сигнал (после команды "Внимание!") и значительно медленнее его реакция на неожиданный сигнал. Интересно, что существует тесная связь между проявлениями каждого из этих психомоторных качеств в различных условиях, а именно, человек, обладающий коротким временем реакции в одной ситуации, например, при реагировании рукой, покажет также короткое время реакции и при реагировании ногой.

Более того, аналогично можно сказать и про максимальную частоту движений в различных суставах: если один человек опережает других людей по частоте движений в одном суставе, то он, как правило, сохранит это преимущество и при движениях в других суставах. Вы-

явлено, что между различными скоростными качествами связей нет или они выражены очень слабо, так, например, можно обладать достаточно большой частотой движений и относительно плохим временем реагирования на входной сигнал, а с другой стороны можно быстро сокращать какую-либо мышцу, но сравнительно медленно ее расслаблять. Поэтому к оценке скоростных возможностей человека следует подходить очень взвешенно и дифференцировано.

3. Выносливость (силовая, скоростная и аэробная) характеризуется способностью человека длительно выполнять работу без снижения ее интенсивности. В основном измеряют выносливость одним способом - временем работы до отказа человека поддерживать заданную интенсивность.

Причем длительность работы до момента снижения ее эффективности определяется не только физиологическими факторами, но и психологическими. Дело в том, что эта длительность складывается из двух фаз: первая фаза - работа до появления чувства усталости, а вторая фаза - работа на фоне усталости до тех пор, пока человек может за счет дополнительного волевого усилия поддерживать необходимую интенсивность. Длительность второй фазы работы зависит от того, насколько у человека развито волевое качество терпеливости. Часто снижение эффективности деятельности учащихся на уроке возникает из-за утомления мышц туловища и особенно шеи, последнее даже рассматривается в качестве одного из критериев умышленного утомления, которое быстро наступает от того, что эти мышцы, удерживающие прямую позу при сидении за партой, у школьников младших классов еще не обладают достаточной выносливостью. Кстати, и плохое написание букв и их элементов может зависть от того, что выносливость мышц кисти у ребенка сравнительно низкая и поэтому его рука при чистописании быстро устает.

4. Координированность - характеристика двигательных действий человека, связанная с управлением им согласованностью и соразмерностью движений и с удержанием необходимой позы. Координированность включает в себя меткость, ручную и телесную ловкость, причем координированность бывает различной по характеру, в связи с чем следует говорить лучше о группе координационных качеств, а не об одной общей координационности человека, связанной с его меткостью и ловкостью. Меткость отражает сочетание глазомера и способности дозировать усилие и амплитуду движения (например, как при броске мяча в баскетбольную корзину), а ловкость (ручная, ножная и телесная) складывается из сочетания пространственной точности движений с их своевременностью (как, например, у жонглеров). Наиболее простой показатель координированности - соразмерность, которая выражается в дозировании таких параметров движений как амплитуды, усилия, длительность нагрузок.

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Проблема выживания человека в экстремальных условиях деятельности и окружающей среды, несомненно, относится к числу наиболее актуальных научно-прикладных проблем. Обычно она рассматривается в аспектах, связанных с обучением людей определенным навыкам и умениям, которые помогли бы выжить, если они попадут в сложную ситуацию. При этом человек должен уметь: ориентироваться без специальных приборов в любой местности, добывать огонь и разжигать костер, найти съедобную пищу и сделать укрытие от непогоды, владеть навыками оказания первой медицинской помощи. Он должен обладать достаточной физической подготовкой, психологической устойчивостью, отличными волевыми качествами. К счастью, в обыденной жизни большинства людей подобные экстремальные ситуации встречаются крайне редко или вообще никогда. Тем не менее, человек, подготовленный к таким превратностям судьбы, имеет серьезный шанс выжить не только сам, но и помочь другим.



Высочин Ю.В.
Заслуженный деятель науки
Российской Федерации,
доктор медицинских наук,
профессор, академик.

Однако есть особая и довольно многочисленная категория людей, повседневная профессиональная деятельность которых, осуществляется в чрезвычайно сложных, экстремальных условиях: спасатели, пожарные, десантники, сотрудники ОМОН, МВД, ФСБ, прокуратуры, армии, флота, ВВС и т.д.

Например, работа спасателей в зонах стихийных бедствий, военных конфликтов, пожаров, катастроф, больших разрушений, массовых поражений людей требует от спасателя проявления не только определенных знаний, навыков и умений для спасения и оказания первой помощи пострадавшим. Спасатели также должны обладать целым комплексом особых психологических, психо-функциональных и физических качеств, которые позволят им избежать собственной гибели и спасти пострадавших. Чрезвычайно сложные, порой непредсказуемые, условия труда спасателей требуют от них превосходного здоровья, мгновенной реакции, особенно, на движущиеся (летающие, падающие) объекты, отличной регуляции и координации движений, быстроты, силы, ловкости, выносливости, высокой физической работоспособности. Они должны обладать повышенной устойчивостью к дефициту кислорода (гипоксии), высоким и низким температурам окружающей среды, высокой психологической устойчивости к стрессам и сбивающим факторам, умением оперативно принимать правильные решения в сложных ситуациях.

Аналогичные, только еще более жесткие, требования жизнь предъявляет к представителям военизированных и военных профессий. Здесь одним из важнейших факторов является постоянная угроза жизни, требующая глубокого знания боевого искусства для эффективно противостоять с вооруженным противником и повышенного уровня пси-

хологической подготовленности.

До настоящего времени в нашей стране и за рубежом эту сложнейшую проблему повышения жизнестойкости (выживаемости) пытаются решать путем всесторонней физической и военной подготовки. Однако, наш огромный опыт работы со спортсменами высшей квалификации позволяет с полным основанием утверждать, что этот путь не может быть достаточно эффективен, поскольку ни один из видов спорта за многие годы тренировок, даже у чемпионов мира и Олимпийских игр, не обеспечивает развития всего набора качеств, перечисленных выше, необходимых для выживания в экстремальных условиях. Не обеспечивает желаемый эффект в должной мере даже разносторонняя многоборная спортивная подготовка (пятиборье, семиборье, десятиборье и др.).

Этот, казалось бы парадоксальный, факт объясняется закономерностями адаптации (приспособления) и специфической влияния на организм человека тренировочных физических нагрузок различной направленности. Например, спринтерский бег преимущественно развивает быстроту и скоростную выносливость; штанга и метания - скоростно-силовые качества; гимнастика - скоростно-силовые и координационные способности; лыжный спорт и бег на длинные дистанции - общую выносливость и т.д. Наибольшая трудность многоборной подготовки состоит в поиске оптимального уровня развития различных физических качеств, поскольку многие из них являются качествами-антагонистами и преимущественное развитие одних, например, силы или быстроты, сопровождается неизбежным ухудшением других, в данном случае вы-

носливости или координированности. Антагонистические взаимоотношения между силой и выносливостью давно были замечены опытными тренерами. А научное объяснение этим фактам было найдено физиологами, доказавшими, что увеличение поперечника мышечного волокна, а следовательно и силы, в 2 раза, приводит к ухудшению его кровоснабжения, доступа к нему кислорода и, соответственно, выносливости в 8 раз. Исходя из этого, совершенно очевидна бессмысленность наращивания силы в ущерб выносливости, а поиск «золотой середины» методом проб и ошибок требует многих лет подготовки, сугубо индивидуального подхода и, к сожалению, не всегда заканчивается успехом.

Ставка на «геркулесов» при профессиональном отборе для обеспечения выживаемости в экстремальных условиях весьма сомнительна и еще по одной важной причине. В наших исследованиях было установлено, что спортсмены с сильно развитой мускулатурой (гипертрофический тип) не только менее выносливы. Они хуже координированы, менее устойчивы к гипоксическим и гипертермическим воздействиям, но самое главное состоит в том, что они почти в 10 раз чаще подвергаются всевозможным перенапряжениям, травмам и заболеваниям опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы, чем спортсмены релаксационного типа (Высочин Ю.В., 1988, 2001, 2002).

Создается впечатление о неразрешимости этой сложнейшей проблемы. Вместе с тем сам спорт с его непрерывно растущими мировыми рекордами свидетельствует о гигантских, почти неисчерпаемых функциональных возможностях человеческого организма. Достаточно убедительны и многочисленные примеры выживания людей в неимоверно трудных условиях.

Откуда же организм черпает свои резервы? Какие физиологические процессы и защитные механизмы дают ему возможность существовать в условиях ранее несовместимых с жизнью? Какие физические качества и механизмы позволяют человеку достигать вершин спортивного мастерства, наивысших уровней физической работоспособности, устойчивости к экстремальным воздействиям, сохранять здоровье и долголетие?

Ответам на эти вопросы были посвящены наши 30-летние фундаментальные научные исследования. Наш поиск начался как обычно с формулировки направления и рабочей гипотезы исследований. За основу была принята уже не требующая никаких доказательств, многовековая истина: движение - это жизнь и, что именно двигательная активность является основой жизни и индивидуального развития. Действительно, любое животное полностью или частично потерявшее способность двигаться (добывать пищу, убежать от опасности и т.д.) неминуемо гибнет. Такая же участь ждет и человека, если ему не помогут окружающие, но это уже будет помощь внешняя, а не мобилизация внутренних резервов и собственных защитных сил организма. Дефицит двигательной активности (гипокинезия) становится постепенно чуть ли не самой грозной опасностью, наряду с экологи-

ческими бедствиями, современного человека в век бурного научно-технического прогресса. Среди многочисленных физиологических отклонений организма двигательная функция является единственной, обеспечивающей активное воздействие человека на внешнюю среду, преодоление ее сопротивления, приспособление к условиям выживания. В организации целенаправленных движений, всегда осуществляющихся как целостные реакции организма, состоит одна из важнейших управляющих функций мозга. В этой связи не будет преувеличением сказать, что вся история развития науки о мозге является одновременно и историей эволюции представлений об управлении движениями, так как «выход» центральной нервной системы составляют главным образом моторные (двигательные) акты. Здесь будет уместно напомнить глубочайшую мысль, высказанную еще в 1863 г. нашим выдающимся физиологом И.М. Сеченовым, о том, что все бесконечное разнообразие проявлений мозговой деятельности сводится окончательно к одному лишь явлению - мышечному движению. В тоже время хорошо известно, что любая двигательная активность, любое движение осуществляется за счет попеременного сокращения и расслабления скелетных мышц.

Поэтому логично было предположить, что для эффективного достижения биологическими объектами целей высшего ранга, т.е. сохранения двигательной активности, а следовательно и самой жизни в экстремальных условиях, природой в процессе эволюции должны были быть предусмотрены и сформированы такие физиологические механизмы защиты, активизация (включение) которых в экстренных случаях обеспечивало бы прежде всего сохранение или даже улучшение условий функционирования нервно-мышечной системы, систем регуляции, координации и управления движениями и, наконец, самих процессов сокращения и расслабления скелетных мышц (Высочин Ю.В., 1988).

Всесторонние многолетние фундаментальные комплексные исследования в этом направлении с использованием нейрофизиологических, биохимических, эндокринологических, иммунологических, кардиологических, психологических и эргометрических методов полностью подтвердили нашу рабочую гипотезу.

Были выявлены удивительные свойства миорелаксационных процессов нервно-мышечной системы, в частности, скорости произвольного расслабления скелетных мышц (Высочин Ю.В., 1974-2005). А также открыто существование неизвестной ранее особой системы защиты организма от экстремальных воздействий окружающей среды, которая получила наименование тормозно-релаксационная функциональная система защиты (Высочин Ю.В., 1983). Среди множества неблагоприятных факторов наиболее опасным для организма, как известно, является недостаток кислорода (гипоксия), поскольку клетки мозга в этих условиях гибнут в течение 5 минут и не восстанавливаются. Гипоксия может возникать по разным причинам: низкий уровень содержания кислорода в воздухе

(среднегорье, высокогорье, высотные полеты, высокая температура окружающей среды); повышенные энергозатраты и расход кислорода организмом при больших физических нагрузках; тканевая гипоксия, возникающая при острой кровопотере вследствие ранений, при наложении жгутов и тугих повязок на конечности, при длительном сдавливании тканей при обвалах, оползнях и др.; задержки дыхания при подводном плавании или нырянии и т.д.

Включение тормозно-релаксационной функциональной системы защиты (ТРФСЗ) происходит самопроизвольно (автоматически) при попадании человека в усложненные или экстремальные условия, особенно, в условия дефицита кислорода. Основной принцип работы ТРФСЗ на фоне дефицита кислорода в организме (гипоксии) заключается, во-первых, в активации тормозных процессов центральной нервной системы и нормализации баланса двух основных нервных процессов: возбуждение – торможение в ЦНС. А, во-вторых, в резком повышении (иногда на 60-70% в течение 1-2х минут) скорости произвольного расслабления (СПР) одновременно всех скелетных мышц.

Экспериментально установлено, что именно повышение СПР мышц является тем конкретным рабочим механизмом, с помощью которого организм осуществляет свои защитные функции и нормализацию гомеостаза, т.е. соотношения кислорода (O_2) и углекислого газа (CO_2) в организме. Активизация тормозных процессов ЦНС и, тесно взаимосвязанное с этим процессом, повышение скорости произвольного расслабления скелетных мышц приводят к возникновению целой цепи взаимосвязанных положительных реакций организма. Исчезает психо-эмоциональная напряженность, скованность и повышенный тонус (гипертонус) мышц. Существенно улучшается регуляция и координация движений. Увеличивается скорость и точность реакций на движущийся объект. Повышается экономизация функций, снижение энергетических затрат и скорость восстановительных процессов. Улучшается кровоснабжения мышц и энергообеспечение мышечной деятельности. В конечном итоге эта цепь нормальных физиологических реакций приводит не только к возникновению мощного антигипоксического эффекта, т.е. к восстановлению гомеостаза, но и одновременно к появлению эффекта экстренного повышения физической работоспособности или, так называемого, «феномена второго дыхания».

В свою очередь, экспериментально установлено, что низкая функциональная активность (мощность) тормозно-релаксационной системы защиты и низкая скорость расслабления мышц оказались не только важнейшими факторами, лимитирующими рост физической работоспособности и прогресс спортивных результатов во всех видах спорта (даже в шахматах), но и главной причиной, которая приводит к травмам и заболеваниям опорно-двигательного аппарата, а также к перенапряжениям сердца и сердечно-сосудистой системы.

К сожалению, высокая мощность тормозно-релаксационной системы за-

щиты, оцениваемая по приросту в СПР мышц в ответ на гипоксию или интенсивную физическую нагрузку, даже среди высоко квалифицированных спортсменов-мужчин обычно встречается не более чем у 30-35% (у женщин на 10 – 15% чаще). Средняя мощность ТРФСЗ регистрируется у 35-40%, а очень низкая у 25-30% обследованных спортсменов. Это, конечно, весьма удручающий факт, но к счастью, эта система защиты, как и скорость расслабления скелетных мышц, хорошо поддается специальной тренировке.

Исходя из наших многолетних фундаментальных исследований, несомненно, что проблемы повышения выживаемости, сохранения здоровья, повышения профессиональной эффективности и профессионального долголетия людей, повседневная деятельность которых осуществляется в усложненных и экстремальных условиях, должны решаться с учетом последних научных открытий в трех основных направлениях:

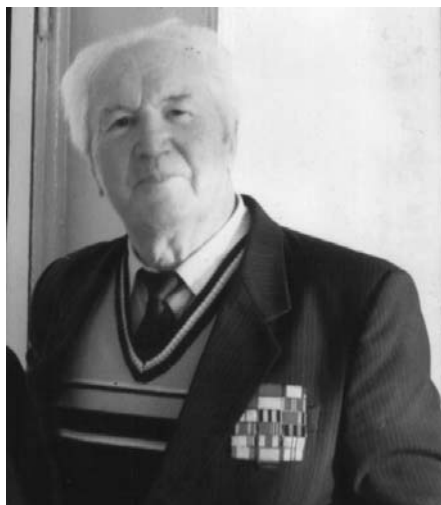
1. Разработка специализированной системы профессиональной ориентации и профессионального отбора людей для работы в экстремальных условиях, предусматривающей: объективную оценку психо-функционального состояния, мощности тормозно-релаксационной системы защиты, уровня скорости расслабления скелетных мышц и типа индивидуального развития человека.

2. Разработка комплексной системы специальной физической, психологической и функциональной подготовки, которая должна быть направлена, прежде всего, на нормализацию баланса нервных процессов ЦНС, развитие и совершенствование собственных физиологических механизмов защиты, повышение скорости произвольного расслабления скелетных мышц и на целенаправленное формирование рациональных типов долговременной адаптации или индивидуального развития.

3. Всесторонняя профессиональная подготовка.

В последующих сообщениях мы постараемся в доступной форме изложить новейшие данные о принципах работы тормозно-релаксационной функциональной системы защиты организма от экстремальных воздействий больших физических, гипоксических, гипертермических и прочих нагрузок. О физиологических механизмах физической работоспособности и факторах лимитирующих прогресс спортивных результатов при различных видах спортивной деятельности. Об энергетической концепции здоровья и ведущих критериях здоровья. О причинах и механизмах возникновения травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы. Об эффективных методах повышения скорости расслабления мышц, тренировки тормозно-релаксационной функциональной системы защиты и целенаправленного формирования рациональных типов долговременной адаптации, т.е. о способах повышения выживаемости, сохранения здоровья и долголетия в особо сложных и экстремальных условиях деятельности и окружающей среды.

МОДИФИЦИРОВАННЫЕ КВАДРАТЫ БЕНДЖАМИНА ФРАНКЛИНА



В.П. Лукоянов,
д.т.н., Гранд-доктор,
профессор, академик



В.В. Лукоянов
д.т.н., д.п.н., Гранд-доктор,
профессор, академик



Шанти П. Джайсекара, Президент
МВАК, Гранд-доктор, профессор,
академик

Бенджамин Франклин /17.01.1706, Бостон, - 17.04.1790, Филадельфия/ американский просветитель, выдающийся государственный деятель и ученый родился в семье небогатого ремесленника, с 10 лет работал сначала в мастерской отца, а затем в типографии старшего брата. В 1723 году переехал в Филадельфию, в 1724 –1726 годах жил в Лондоне, а в 1727 году основал уже в Филадельфии свою собственную типографию. Отдавая все свое свободное время самообразованию, Франклин затем стал одним из самых образованнейших людей своего времени, причем в период с 1729 по 1748 годы он издавал «Пенсильванскую газету», в 1732 -1758 годах выпускал ежегодник «Альманах бедного Ричарда». В 1731 году основал в Филадельфии первую в английских колониях публичную библиотеку, в 1743 году возглавил Американское философское общество, в 1751 году основал Филадельфийскую академию, ставшую затем основой Пенсильванского университета, а в 1737-1753 годах был даже главным почтмейстером всех северо-американских колоний.

Бенджамин Франклин являлся одним из инициаторов созыва первого конгресса представителей колоний в Олбани /1754/, которому предложил план объединения всех колоний. В 1757-1775 годах /кроме 1762-1765/ представлял все северо-американские колонии в Лондоне. После начала Войны за независимость в Северной Америке в 1775-1783 годах вернулся на родину. В 1776 году был избран во 2-й Континентальный конгресс и уже в то время он активно участвовал в подготовке Дек-

ларации независимости, а в период с 1776 по 1785 годы являлся посланником в Париже и всегда способствовал своими взаимодействиями укреплению международного положения США, причем при его личном содействии и непосредственном участии были заключены известный Американско-французский договор о союзе в 1778 году, и знаменитый Версальский мирный договор 1783 года по которому Великобритания признавала независимость США. В 1785 году Б. Франклин был избран президентом Законодательского собрания штата Пенсильвания, а также в 1787 году активно участвовал в работе Конституционного конвента по выработке Конституции США.

В основе политических воззрений Франклина лежит концепция естественных и неотъемлемых прав человека, к которым он относил жизнь, свободу и собственность. Полагая, что основой государства является общественный договор, Франклин утверждал право народа на восстание, в случае нарушения правительством этого договора. Первоначально он выступал за усиление самостоятельности колоний в рамках Британской империи, затем, с развитием революционного движения, - за отделение колоний от метрополии и провозглашение политической независимости. В период выработки конституции Франклин отстаивал принцип федерации всех штатов с сохранением широкого местного самоуправления, выступал против усиления исполнительной власти, за установление всеобщего избирательного права, неограниченного имущественным цензом, причем он был всегда решительным противником раб-

ства. В области политэкономии Бенджамин Франклин выступил против меркантилистской теории, господствующей в то время, отстаивал экономические воззрения физиократов, причем уже за полвека до А. Смита он сформулировал трудовую теорию стоимости, став, по словам К. Маркса, «одним из первых экономистов, который разглядел природу стоимости...».

По своим философским воззрениям он примыкал к деизму. Ортодоксальной церковной догме он противопоставлял идею «естественной религии», в которой роль бога сводилась к акту сотворения мира, а движение он рассматривал как имманентное свойство материи, причем его этические воззрения всегда основывались на представлении о естественном, утилитарном характере нравственности, которая должна быть освобождена от религиозной санкции. Вниманию Б. Франклина как ученого привлекали самые различные явления природы. Он собрал обширные данные о штормовых ветрах или норд-остах и предложил соответствующую теорию, объяснившую их происхождение. При его непосредственном участии были проведены измерения скорости, ширины и глубины Гольфстрима и это течение, кстати, название которому дал Франклин, было нанесено на карту. Однако основной областью исследований Б. Франклина была физика. Он занимался измерением теплопроводности различных материалов, изучал явления охлаждения жидкости при испарении, глубоко исследовал распространение звука в воде и воздухе, причем наибольшее значение имели его работы

по электричеству, выполненные в период с 1747 по 1753 годы. Он впервые объяснил принцип действия лейденской банки, установил, что главную роль в ней играет диэлектрик, разделяющий проводящие обкладки; ввел общепринятое теперь обозначение электрически заряженных состояний «+» и «-»; разработал общую «унитарную» теорию электрических явлений, исходящую из предложения о существовании единой электрической субстанции, недостаток или избыток которой обуславливает соответствующий заряд тела.

Большая заслуга Б. Франклина – установление тождества атмосферного и получаемого с помощью трения электричества и доказательство электрической природы молнии. Обнаружив, что металлические острия, соединенные с землей, снимают электрические заряды с заряженных тел даже без соприкосновения с ними, он предложил эффективный метод защиты от грозного разряда – молниеотвод. Ему принадлежат также ряд других технических изобретений: лампы для уличных фонарей, экономичная «Франклиновская» печь, особый «Франклиновский» музыкальный инструмент; «электрическое колесо», вращающееся под действием электрических сил, а также применение электрической искры для взрыва пороха и многие другие изобретения. Научные заслуги Бенджамина Франклина получили очень широкое международное признание, он был избран почетным членом многочисленного ряда иностранных академий и обществ, в том числе Российской Академии наук в 1789 году.

Более того из исторических данных достоверно известно, что Бенджамин Франклин впервые в мире систематизировал различные фрагменты построения магических квадратов, пришедших к нам из глубокой древности ассирийско-вавилонской традиции, индийского и греческого учений о магических числах, дружественных и круговых последовательностях, магических многоугольниках и квадратах. Возвращаясь к истории описания магических квадратов Б. Франклина необходимо отметить интересный эпизод, отмеченный в Собрании сочинений Бенджамина Франклина, а именно когда один из его старых друзей Логан показал ему несколько книг о магических квадратах, заметив при этом, что не верит в то, что кто-либо из англичан мог бы сделать что-либо замечательное в этой области. Б. Франклин вспоминает: «... Логан показал мне в одной из книг несколько необычных и довольно любопытных случаев составления квадратов, но ни один из них не мог сравниться с теми, которые, как я помню, были сделаны мною. Он попросил меня показать их. И в следующее свое посещение я принес ему квадрат 8 X 8, который я нашел среди своих старых бумаг и которые предложил ему с описанием своих свойств». Б. Франклин упоминает только некоторые свойства

своего квадрата. Например, что контрольная сумма магичности равняется 260, а сумма чисел в каждой половине любой строки и в каждой половине любого столбца равняется 130. Четыре числа стоящих в углах, в сумме с четырьмя числами, стоящими в центре квадрата дают 260, сумма чисел по наклонному ряду, идущему от числа 16 вправо-вверх до числа 10, а далее по наклонному ряду, идущему от числа 23 вправо-вниз до числа 17 с суммой равной 260, причем то же самое оказывается достоверным для каждого ряда из восьми чисел, параллельно описанному выше. «... Потом Логан показал мне старую книгу по арифметике, изданную в формате кварто, написанную Штифелем в 1544 году. В этой книге был помещен квадрат 16 X 16 в который, по его мнению, был вложен колоссальный труд. Но он имел лишь обычное свойство, т.е. обладал постоянной суммой, равной 2056 в каждом ряду: горизонтальном, вертикальном и диагональном. Не желая уступить Штифелю даже в размерах квадрата, я, вернувшись домой, в тот же вечер составил квадрат 16 X 16, который помимо всех свойств моего квадрата 8 X 8, т.е. наличия постоянной суммы 2056 в каждом ряду: горизонтальном, вертикальном и ломанно-диагональном имел бы еще одно дополнительное свойство, а именно сумма шестнадцати чисел появившихся в прорези, куда бы мы ее ни положили, на большом квадрате будет одна и та же, и равна тому же самому числу 2056. На следующее утро я послал этот квадрат нашему другу, который через несколько дней вернул его в ответном письме со следующими словами: «... Я возвращаю тебе твой удивительный, а может быть, самый изумительный магический квадрат, в котором ...», но этот комплимент слишком экстравагантен, и поэтому ради него, а также ради самого себя, мне не следует его повторять. К тому же это и необязательно, так как я не сомневаюсь, что вы охотно согласитесь, что этот квадрат 16 X 16 является самым магически-магическим из всех магических квадратов, составленных когда-либо каким-либо магом».

Бенджамин Франклин часто признавался, что будучи служащим Законодательного Собрания штата Пенсильвания, охотно скрашивал скучные часы на службе составлением различных чудливых магических квадратов, кругов и многоугольников. Необходимо заметить, что Бенджамин Франклин оставил уникальное научное и духовное наследие следующим поколениям исследователей, причем, видимо принципиально, не раскрыл до конца ни одного из своих алгоритмов по построению магических квадратов, а в особенности для своего легендарного магики-магического квадрата 16 X 16, который являлся в то время высшим уровнем разработки удивительной серии магических квадратов. Поэтому авторам пришлось про- вести для начала многолетнюю кропот-

ливую работу по нахождению своеобразного «реперного ключа» и алгоритмов по построению всех известных и даже не законченных магических квадратов Бенджамина Франклина, а затем уже на базе накопленного материала находить необходимые алгоритмы по разработке своих авторских магических квадратов. В данной работе авторам при непосредственном взаимодействии с Международной Высшей Аттестационной Комиссией (МВАК) от Международного Университета Фундаментального Обучения (МУФО) под эгидой Великобритании-США-России удалось впервые разработать свой алгоритм, а также составить авторский магический квадрат 32 X 32 Виталия и Виктора Лукояновых – Шанти П. Джаясекара и указать на наличие в нем в 20-ом горизонтальном ряду, обладающим свойством магичности дружественной пары чисел – 220 и 284, а также выявить, что это не случайность, а закономерность. Дело в том, что при разработке и исследовании в дальнейшей работе магических квадратов еще большего размера 64 X 64 и даже 128 X 128 авторам удалось получить различные дружественные пары чисел также расположенные на своеобразных «реперных» участках квадрата, определяющих его магичность и гармоничность. Авторы в процессе разработки данного квадрата поняли почему Бенджамин Франклин так по праву гордился своим творением, а многие ученые называли его основополагающий квадрат 16 X 16, как самый изумительный магический квадрат, действительно «магики-магическим» из всех известных магических квадратов.

Действительно в ходе построения данного магического квадрата 32 X 32, а также при дальнейшем его изучении и анализе было выявлено, что сформированный квадрат обладает всеми замечательными свойствами, выгодно отличающих его от ранее известных магических квадратов, формируемых по другим алгоритмам. Достоверно установлено, что контрольные разности между соседними парами элементов в строках квадратов обладают строго определенными закономерностями, которые позволяют осуществлять эффективный контроль в ходе формирования всего цифрового поля различных квадратов значительно больших размеров. Результаты исследования строк, столбцов, ломанных диагоналей и вписанных квадратов меньших размеров в основное поле квадрата больших размеров, еще раз подтвердили магичность и гармоничность сформированных квадратов. Особенно ценным является то, что при построении модифицированных квадратов Бенджамина Франклина больших размеров нами были установлены значения разностей между соседними числами как по горизонтали, так и по вертикали, что дает возможность надежно контролировать весь ход оптимального построения основного поля квадрата на любом этапе.

**ПОСТРОЧНАЯ РАСПЕЧАТКА МАГИЧЕСКОГО КВАДРАТА 32 X 32
ВИТАЛИЯ И ВИКТОРА ЛУКОЯНОВЫХ – ШАНТИ П. ДЖАЯСЕКАРА, У₀=16 400,
ПО ТВОРЧЕСКОМУ НАСЛЕДИЮ БЕНДЖАМИНА ФРАНКЛИНА (1706-1790)**

Строка 1:

784,817,848,881,912,945,976,1009,16,49,80,113,144,177,208,241,272,305,336,369,400,433,464,497,528,561,592,625,656,689,720,753.

Строка 2:

242,207,178,143,114,79,50,15,1010,975,946,911,882,847,818,783,754,719,690,655,626,591,562,527,498,463,434,399,370,335,306,271.

Строка 3:

782,819,846,883,910,947,974,1011,14,51,78,115,142,179,206,243,270,307,334,371,398,435,462,499,526,563,590,627,654,691,718,755.

Строка 4:

244,205,180,141,116,77,52,13,1012,973,948,909,884,845,820,781,756,717,692,653,628,589,564,525,500,461,436,397,372,333,308,269.

Строка 5:

780,821,844,885,908,949,972,1013,12,53,76,117,140,181,204,245,268,309,332,373,396,437,460,501,524,565,588,629,652,693,716,757.

Строка 6:

246,203,182,139,118,75,54,11,1014,971,950,907,886,843,822,779,758,715,694,651,630,587,566,523,502,459,438,395,374,331,310,267.

Строка 7:

778,823,842,887,906,951,970,1015,10,55,74,119,138,183,202,247,266,311,330,375,394,439,458,503,522,567,586,631,650,695,714,759.

Строка 8:

248,201,184,137,120,73,56,9,1016,969,952,905,888,841,824,777,760,713,696,649,632,585,568,521,504,457,440,393,376,329,312,265.

Строка 9:

785,816,849,880,913,944,977,1008,17,48,81,112,145,176,209,240,273,304,337,368,401,432,465,496,529,560,593,624,657,688,721,752.

Строка 10:

239,210,175,146,111,82,47,18,1007,978,943,914,879,850,815,786,751,722,687,658,623,594,559,530,495,466,431,402,367,338,303,274.

Строка 11:

787,814,851,878,915,942,979,1006,19,46,83,110,147,174,211,238,275,302,339,366,403,430,467,494,531,558,595,622,659,686,723,750.

Строка 12:

237,212,173,148,109,84,45,20,1005,980,941,916,877,852,813,788,749,724,685,660,621,596,557,532,493,468,429,404,365,340,301,276.

Строка 13:

789,812,853,876,917,940,981,1004,21,44,85,108,149,172,213,236,277,300,341,364,405,428,469,492,533,556,597,620,661,684,725,748.

Строка 14:

235,214,171,150,107,86,43,22,1003,982,939,918,875,854,811,790,747,726,683,662,619,598,555,534,491,470,427,406,363,342,299,278.

Строка 15:

791,810,855,874,919,938,983,1002,23,42,87,106,151,170,215,234,279,298,343,362,407,426,471,490,535,554,599,618,663,682,727,746.

Строка 16:

233,216,169,152,105,88,41,24,1001,984,937,920,873,856,809,792,745,728,681,664,617,600,553,536,489,472,425,408,361,344,297,280.

Строка 17:

793,808,857,872,921,936,985,1000,25,40,89,104,153,168,217,232,281,296,345,360,409,424,473,488,537,552,601,616,665,680,729,744.

Строка 18:

231,218,167,154,103,90,39,26,999,986,935,922,871,858,807,794,743,730,679,666,615,602,551,538,487,474,423,410,359,346,295,282.

Строка 19:

795,806,859,870,923,934,987,998,27,38,91,102,155,166,219,230,283,294,347,358,411,422,475,486,539,550,603,614,667,678,731,742.

Строка 20:

229,220,165,156,101,92,37,28,997,988,933,924,869,860,805,796,741,732,677,668,613,604,549,540,485,476,421,412,357,348,293,284.

Строка 21:

797,804,861,868,925,932,989,996,29,36,93,100,157,164,221,228,285,292,349,356,413,420,477,484,541,548,605,612,669,676,733,740.

Строка 22:

227,222,163,158,99,94,35,30,995,990,931,926,867,862,803,798,739,734,675,670,611,606,547,542,483,478,419,414,355,350,291,286.

Строка 23:

799,802,863,866,927,930,991,994,31,34,95,98,159,162,223,226,287,290,351,354,415,418,479,482,543,546,607,610,671,674,735,738.

Строка 24:

225,224,161,160,97,96,33,32,993,992,929,928,865,864,801,800,737,736,673,672,609,608,545,544,481,480,417,416,353,352,289,288.

Строка 25:

776,825,840,889,904,953,968,1017,8,57,72,121,136,185,200,249,264,313,328,377,392,441,456,505,520,569,584,633,648,697,712,761.

Строка 26:

250,199,186,135,122,71,58,7,1018,967,954,903,890,839,826,775,762,711,698,647,634,583,570,519,506,455,442,391,378,327,314,263.

Строка 27:

774,827,838,891,902,955,966,1019,6,59,70,123,134,187,198,251,262,315,326,379,390,443,454,507,518,571,582,635,646,699,710,763.

Строка 28:

252,197,188,133,124,69,60,5,1020,965,956,901,892,837,828,773,764,709,700,645,636,581,572,517,508,453,444,389,380,325,316,261.

Строка 29:

772,829,836,893,900,957,964,1021,4,61,68,125,132,189,196,253,260,317,324,381,388,445,452,509,516,573,580,637,644,701,708,765.

Строка 30:

254,195,190,131,126,67,62,3,1022,963,958,899,894,835,830,771,766,707,702,643,638,579,574,515,510,451,446,387,382,323,318,259.

Строка 31:

770,831,834,895,898,959,962,1023,2,63,66,127,130,191,194,255,258,319,322,383,386,447,450,511,514,575,578,639,642,703,706,767.

Строка 32:

256,193,192,129,128,65,64,1,1024,961,960,897,896,833,832,769,768,705,704,641,640,577,576,513,512,449,448,385,384,321,320,257.

Контрольная сумма магичности строк, столбцов, ломаных диагоналей с любой из четырех сторон и в квадратах (размером в 32 смежные клетки) равна $Y_0 = 16\,400$ при сумме чисел всего данного квадрата (размером 32 X 32) равна $S_n = 524\,800$, причем все вышеуказанные магичные строки пронумерованы в направлении сверху вниз. Необходимо иметь ввиду, что приоритетная авторская разработка магического квадрата 32 X 32 Виталия и Виктора Лукояновых – Шанти П. Джаясекара датируется от 14 мая 2003 года, так как и было доложено на Международной Конференции, посвященной 300-летию Санкт-Петербурга (1 Международные Репьевские чтения, г. Санкт-Петербург, 14-15 мая 2003 года), а сам доклад под названием «Магико-магические квадраты Бенджамина Франклина» был посвящен приближающемуся в то время 300-летию (17.01.2006) со дня рождения выдающегося ученого и государственного деятеля США Бенджамина Франклина.

Размышляя о пользе построения магических квадратов необходимо привести мнение крупнейшего французского ученого А. Орби: «...Ценность теории построения магических квадратов определяется не только возможностью ее практического использования, для чего именно она была разработана, но также ее способностью воспитывать наш ум, доставлять ему питание, поддерживающее его жизнь, отыскивать новые истины и выяснять их назначение без помощи извне. С этой точки зрения изучение свойств уже построенных магических квадратов и многоугольников, не требуя сравнительно глубоких знаний, представляют собой превосходную умственную гимнастику, развивающую способность понимать идеи размещения, сочетания, симметрии, классификации, обобщения и т.п.». В дополнении к этому можно сказать, что это очень эффективная умственная гимнастика, включающая в себя особые ментально-тонкие теоретические построения, причем занимаясь системно изучением которых синергетически упражняется и совершенствуется наш ум, а как следствие эмерджентно происходит повышение общего уровня интеллекта. Естественная красота, которую содержат многочисленные квадраты и многоугольники различного размера, достаточна для того, чтобы привлечь, сконцентрировать и удержать внимание на уникальных комбинаторных тонкостях их построения. Причем очень четко Д. Бизам и Я. Герцог в своей книге «Многоцветная логика» приводят убедительные

высказывания по поводу упражнений для развития мышления: «... Наилучшие правила мышления нельзя как-то получить извне, их нужно вырабатывать так, чтобы они вошли в плоть и в кровь и действовали с силой инстинкта. Поэтому для развития мышления действительно полезным является только его упражнение». Все это в комплексном развитии повышает интеллектуальный уровень человека, его стрессоустойчивость,

и внедрения многопороговых логических элементов при специализированных мажоритарных магико-логических взаимодействиях. Интересно, что самым непредсказуемым успехом наших научных исследований явилось то, что попутно нам удалось в процессе синтеза общей матрицы магических квадратов найти универсальный способ получения всех возможных квадратов с возвратно-замкнутыми цепями, используя уже

...ЦЕННОСТЬ ТЕОРИИ ПОСТРОЕНИЯ МАГИЧЕСКИХ КВАДРАТОВ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ВОЗМОЖНОСТЬЮ ЕЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, ДЛЯ ЧЕГО ИМЕННО ОНА БЫЛА РАЗРАБОТАНА, НО ТАКЖЕ ЕЕ СПОСОБНОСТЬЮ ВОСПИТЫВАТЬ НАШ УМ, ДОСТАВЛЯТЬ ЕМУ ПИТАНИЕ, ПОДДЕРЖИВАЮЩЕЕ ЕГО ЖИЗНЬ, ОТЫСКИВАТЬ НОВЫЕ ИСТИНЫ И ВЫЯСНЯТЬ ИХ НАЗНАЧЕНИЕ БЕЗ ПОМОЩИ ИЗВНЕ. С ЭТОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ИЗУЧЕНИЕ СВОЙСТВ УЖЕ ПОСТРОЕННЫХ МАГИЧЕСКИХ КВАДРАТОВ И МНОГУГОЛЬНИКОВ, НЕ ТРЕБУЯ СРАВНИТЕЛЬНО ГЛУБОКИХ ЗНАНИЙ, ПРЕДСТАВЛЯЮТ СОБОЙ ПРЕВОСХОДНУЮ УМСТВЕННУЮ ГИМНАСТИКУ, РАЗВИВАЮЩУЮ СПОСОБНОСТЬ ПОНИМАТЬ ИДЕИ РАЗМЕЩЕНИЯ, СОЧЕТАНИЯ, СИММЕТРИИ, КЛАССИФИКАЦИИ, ОБОБЩЕНИЯ И Т.П.

толерантность и гармоничность. В заключении следует отметить, что один из соавторов данной статьи широко популяризировал и с успехом внедрял в международный учебный процесс, наряду с комплексным тестированием, изучение и составление различной степени сложности магических квадратов и многоугольников в спорте высших достижений в рамках Специализированной Программы от Международного Спортивного Союза (Германия) при выявлении системных реакций организма спортсмена в режимах ауто-суггестии и гетеросуггестии на воздействие различных адаптогенных факторов. Более того, может быть даже самый главный и неожиданный аспект применения заключается в том, что изучение свойств магических квадратов стимулировало авторов на успешный поиск абсолютно новых алгоритмов декодирования кодов в направлении основ космической безопасности, корректирующих многократные ошибки в каналах цифровой радиотехнической системы передачи и хранения информации (о чем свидетельствует полученное авторами многочисленное авторские свидетельства на изобретения и патенты), а также для решения сложных комбинаторных задач, относящихся к формированию проверочных соотношений для одного из кодов Рида Маллера, исправляющего ошибки в сильно зашумленных каналах связи, что в свою очередь послужило основой для разработки

классический квадрат Эйлера, путем поочередного подставления единичного элемента непосредственно в клетки этого квадрата, причем все вновь сформированные возвратно-замкнутые цепочки обладают также всеми положительными свойствами, присущими магическим квадратам Эйлера. В процессе дальнейшего практического применения полученных результатов данных научных исследований посредством построения специализированных алгоритмов декодирования, использующих элементы ноу-хау различного эмерджентного голосования, повлекли за собой также системный анализ и синтез магических квадратов, разработанных английским математиком Раус-Боллом по способу известному со времен Альбрехта Дюррера с включением в системную матрицу магических квадратов, построенных по методам Москопула, Альфила, Баше, Делане и Мондезиру, что позволило определить не только контрольные последовательности и координаты векторов проверочных соотношений с помощью пересечения гиперплоскостей и гиперкубов для кодов Рида Малера, но и выявить совершенно новые мультипликативные пути для разработки и внедрения универсальных многопороговых и мажоритарных логических элементов в Общей Системе Космической Безопасности.

КАК ОБУЧИТЬСЯ ПЯТИ ЗАПОВЕДЯМ

Пять Заповедей формируют основные нормы поведения, которые следует соблюдать как основу “Образа жизни Буддиста”. Соблюдение Пяти Заповедей согласно Учению Будды подразумевает не только воздержание от греховных поступков, но также и строгое соблюдение заповедей. Например, когда мы говорим “панатипата верамани сиккхападан самадиями”, слово “панатипата (панам + атипатам)” означает уничтожение животных; “верамани” - воздерживаться от; “сиккхападан” означает обучаемые нормы поведения; “самадиями” – решение постоянно тренировать. Соответственно, соблюдение заповедей обуславливает не только воздержание от уничтожения животных, но также и решение всю жизнь обучаться предотвращению греховных поступков и воздержанию, а соблюдение этих заповедей может способствовать нравственному совершенствованию человека и также сохранению правильной сосредоточенности внимания.

Что касается нравственного совершенствования, Будда объяснял: “нихито дандо” – оставьте оружие, “нихита сатто” – оставьте оружие, “ладжи” – стыдитесь убийства, “даяпано” – соблюдайте приличия, “саббапанабхута хитанукампи вихарати, перваде” – любовь и сострадание ко всем живым существам ради совершенствования разума.

Оставшиеся заповеди:

“Адинадана верамани сиккхападам самадиями” – Я учусь воздерживаться от захвата того, что мне не принадлежит;

“Камесу миккакара верамани сиккхападан самадиями” – Я учусь воздерживаться от прелюбодеяния;

“Мусавада верамани сиккхападан самадиями” – Я учусь воздерживаться от лживых речей;

“Сурамерая мадхапамалаттхана верамани сиккхападан самадиями” – Я учусь воздерживаться от употребления опьяняющих и возбуждающих веществ, которые получают из цветов или фруктов.

Кроме последней заповеди, способ обучения предписывался в ходе совершенствования *даса кусал*, десяти норм поведения, которые следует развивать последователям Будды, дабы постепенно избавиться от безнравственных стремлений разума.

В Рассуждении Сигала, сына из од-



**Профессор, доктор философии ,
Ven Gangodawila SomaThero –
Настоятель Буддийской храма
Гангодавила Сома Теро
(1948–2004)**

нию мест, где дают волю чувствам и другой деятельности, приводящей к разорению.

С другой стороны, Будда утверждал, что, следуя пяти заповедям, можно достигнуть пяти видов благодати:

1. наслаждение и удобства, дабы усилить чувственное удовольствие,
2. великая слава, распространяющаяся во все уголки мира,
3. слыть разумным и храбрым человеком в общественной жизни,
4. смотреть в лицо смерти осознанно без страха и смущения,
5. счастливая судьба в следующей жизни.

Первые три вида благодати приводят к достижению земного счастья, благосостояния и благополучия в этом мире, здесь и сейчас, несмотря на религиозную или расовую принадлежность.

Всем известный Правильный Взгляд является осознанием Четырех Благородных Истин. В этом самом рассуждении Будда ясно объяснил Пра-

БЕЗ СОМНЕНИЯ, ОСКВЕРНЕНИЕ РАЗУМА ЯВЛЯЕТСЯ ПРИЧИНОЙ ОСЛАБЛЕНИЯ И ЗАТЕМНЕНИЯ СПОСОБНОСТИ МЫСЛИТЬ

ной состоятельной семьи, пять заповедей были разделены на две группы. Первые четыре заповеди находятся в одной группе, названной *четыре камма килесас*, средствами которых оскверняется разум, и пятая заповедь заключена в группе масштаба разрушения богатства.

Без сомнения, осквернение разума является причиной ослабления и затемнения способности мыслить. В результате ослабления способности мыслить происходит ослабление мудрости. Отсутствие мудрости ведет к окончательному духовному, физическому и телесному разрушению.

Придавая большое значение опасности увлечения опьяняющими напитками, Будда раскрывал сущность нарушения пятой заповеди, ведущей к разорению, увеличению тревог и ссор, потери чувства стыда перед совершением дурных поступков, уязвимости к болезни и повреждению мудрости.

Отсутствие мудрости приводит к общению с дурно настроенными друзьями, употреблению опьяняющих веществ, скитанию без дела по улицам в неполаженное время, частому посеще-

вый Взгляд, который является самым важным, как и Правильный Взгляд, имеющий червоточины, граничащий с достоинством и который является причиной повторного рождения в счастливом окружении. Этот Правильный Взгляд объясняется как результат пожертвования и т.д. В Правильном Взгляде, состоящим из двух компонентов, второй - является Арийский Правильный Взгляд без червоточин. Он неземной. Подобным образом, другие аспекты, являющиеся дополнением Арийского Правильного Самадхи:

**Правильное Мышление,
Правильная Речь,
Правильные Действия,
Правильная Жизнь,
Правильные Усилия,
Правильная
Сосредоточенность внимания.**

Эти аспекты также описаны как составляющие двух компонентов. Следовательно, ясно, что сначала нужно достигнуть Самадхи, которое имела червоточины, перед тем как стремиться дальше к Арийскому Самадхи, без червоточин.

Разница обучения Пяти Заповедям

между последователем Будды и тем, кто не следует этому учению заключается в том, насколько строгого они придерживаются или не придерживаются Благородного Восьмеричного Пути. Прилежный Буддист, придерживающийся Благородного Восьмеричного Пути и обучающийся Пяти Заповедям, остается верным всем аспектам Благородного Восьмеричного Пути. На этом пути Правильный Взгляд является самым важным и является видением, которое прокладывает путь к принятию учения о непостоянстве, неудовлетворительности и бездушии, являющимся земной мудростью (амоха).

Когда достигаешь Правильного Взгляда на земном этапе в результате приношений, жертвоприношений и т.д., переходишь к развитию Правильного Мышления (*самма каммантха*), мышлению, свободному от ненависти, которое, в свою очередь, ведет к развитию *метта* (доброте, мыслям, свободным от жестокости), которая ведет к развитию сострадания и мыслям о прекращении жертвоприношений, основанным на доброте и сострадании, которые прокладывают путь для развития нравственного содержания *алобха* (отсутствие жадности) и *адоса* (ненависть), чтобы противодействовать дурным существам *лобха* и *доса*. При отсутствии Правильного Взгляда состояния *алобха* и *адоса* неизбежны.

Аспекты Правильного Мышления приводит к аспекту Правильной Речи в результате доброты, сострадания и терпения.

Правильная Речь состоит из четырех компонентов:

- отсутствие лживых речей,
- отсутствие сплетен,
- отсутствие грубых слов,
- отсутствие пустой болтовни.

В отличие от тех, кто не придерживается Дхармы, последователь же, когда соблюдает четвертую заповедь, твердо придерживается заповеди согласно третьему аспекту Благородного Восьмеричного Пути – Правильной Речи. В результате воздержания от лживых речей опасность неблагоприятных последствий проступков исчезает.

Четвертый и пятый аспекты земного Благородного Восьмеричного Пути достигаются, когда обучаешься заповедям или стараешься воздерживаться от пяти дурных поступков.

Правильное Усилие или приложение усилия ради очищения разума (которое, как уже было упомянуто, включает недопущение появления тех грехов, которых пока нет, избавление от тех грехов которые существуют и увеличение количества благих поступков, которые еще не совершались) является шестым аспектом Благородного Восьмеричного Пути.

TREATMENT WITH STEROID INJECTIONS

WHAT IS CORTISONE?

Cortisone is a type of steroid that is produced naturally by a gland in your body called the adrenal gland. Cortisone is released from the adrenal gland when your body is under stress. Natural cortisone is released into the blood stream and is relatively short-acting.

Injectable cortisone is synthetically produced and has many different trade names (e.g. Celestone, Kenalog, etc.), but is a close derivative of your body's own product. The most significant differences are that synthetic cortisone is not injected into the blood stream, but into a particular area of inflammation. Also, the synthetic cortisone is designed to act more potently and for a longer period of time (days instead of minutes).

HOW DOES

THE CORTISONE INJECTION HELP?

Cortisone is a powerful anti-inflammatory medication.

Cortisone is not a pain relieving medication, it only treats the inflammation. When pain is decreased from cortisone it is because the inflammation is diminished. By injecting the cortisone into a particular area of inflammation, very high concentrations of the medication can be given while keeping potential side-effects to a minimum.

WHAT ARE SOME COMMON REASONS FOR A CORTISONE INJECTION?

Many conditions where inflammation is an underlying problem are amenable to cortisone shots. These include, but are certainly not limited to
Shoulder Bursitis
Arthritis
Trigger Finger
Tennis Elbow
Carpal Tunnel Syndrome

DOES THE CORTISONE INJECTION HURT?

The shot can be slightly painful, especially when given into a joint, but in skilled hands it usually is well tolerated. Often the cortisone injection can be performed with a very small needle that causes little discomfort. However, sometimes a slightly larger needle must be used, especially if your physician is attempting to removed fluid through the needle prior to injecting the cortisone. Numbing medication, such as Lidocaine or Marcaine, is often injected with the cortisone to provide temporary relief of the affected area. Also, topical anesthetics can help numb the skin in an area being injected.

ARE THERE SIDE EFFECTS?

Yes. Probably the most common side-effect is a 'cortisone flare,' a condition where the injected cortisone crystallizes and can cause a brief period of pain worse than before the shot. This



Dr. Nasser Heydarian, MD, PhD, Professor

usually lasts a day or two and is best treated by icing the injected area. Another common side-effect is whitening of the skin where the injection is given. This is only a concern in people with darker skin, and is not harmful, but patients should be aware of this.

Other side-effects of cortisone injections, although rare, can be quite serious. The most concerning is infection, especially if the injection is given into a joint. The best prevention is careful injection technique, with sterilization of the skin using iodine and/or alcohol. Also, patients with diabetes may have a transient increase in their blood sugar which they should watch for closely.

Because cortisone is a naturally occurring substance, true allergic responses to the injected substance do not occur. However, it is possible to be allergic to other aspects of the injection, most commonly the betadine many physicians use to sterilize the skin.

CAN I GET A CORTISONE INJECTION MORE THAN ONCE?

Yes. There is no rule as to how many cortisone injections can be given. Often physicians do not want to give more than three, but there is not really a specific limit to the number of shots. However, there are some practical limitations. If a cortisone injection wears off quickly or does not help the problem, then repeating it may not be worthwhile. Also, animal studies have shown effects of weakening of tendons and softening of cartilage with cortisone injections. Repeated cortisone injections multiply these effects and increase the risk of potential problems. This is the reason many physicians limit the number of injections they offer to a patient.

By Dr Nasser Heydarian

ИЗЛЕЧЕНИЕ МУЗЫКОЙ

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ АУДИО-ВИЗУАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

В настоящее время существует не только большое количество разнообразных школ музыкотерапии, но множество различных видов музыкотерапии. При том музыкотерапия используется и как вспомогательное средство и как самостоятельный вид лечения. Она выполняет регулирующую, реактивную, рекреативную, коммуникативную, познавательную, воспитательную функции и т. д. Благодаря своей полифункциональности, музыкотерапия оказывает комплексное воздействие на человека.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

Музыкотерапия проводится в индивидуальной и групповой формах. Предлагается простое прослушивание музыки, заранее отобранной и подходящей для конкретных случаев. Прослушивание музыки с последующим ее обсуждением в группе имеет дополнительный социально-психологический эффект. Возможны также формы активной музыкотерапии, такие, как исполнение музыки на инструментах, пение (вокалотерапия), исполнение танцев под музыку, сочинение музыки или терапия творчеством. Известен метод музыкальной графики—рисование под музыку, который активизирует самостоятельность, улучшает внимание, успокаивает, расковывает.

Музыкотерапевт практически не использует музыку, написанную другими. Анализ жизни выдающихся композиторов показывает, что большинство творцов прожили жизнь, отмеченную болезнями или разного рода невзгодами. Хорошо известно, что несостоявшийся человек не может дать настоящую основу для успешных внутренних поисков другим людям. Поэтому музыкотерапевт исполняет “музыку” своего пациента, как бы идет за ее “даром” и “жизненным духом”, создавая специальные звуковые формы (архаистические действия), отвечающие требованиям психотерапевтических задач.

Музыкальная психотерапия различает музыку, которая обогащает жизненной энергией того, кто под нее поет и танцует, и музыку, которая наоборот, еще больше усиливает невротическое состояние субъекта. Позитивная музыка находит отклик в организме, так как она строится на основе порядка—биоритма клеток и жизненного ритма организма. В музыкальной психологии разработана строгая система объективных рациональных критериев, позволяющих постоянно контролировать научность и эффективность музыкотерапевтического сеанса. Всякая импровизация, продиктованная слепой случайностью или отсутствием знаний



Ю.А.Симакин
профессор, доктор философии,
член Союза композиторов России

в области “человек как целое”, устраняется.

Специалисты-психологи, проводящие музыкотерапию, считают, что пассивное прослушивание музыки, даже обладающей весьма высокими достоинствами, и погружение в нее, не способно приблизить человека к самому себе. Музыка определенного типа может стать приятным развлечением и не более, но существует и негативная музыка, способная вызвать в человеке обострение чувства потери себя.

Музыкальная арт-терапия - это активность, движение, действие—в пении, звуке и танце. Если музыкотерапевт должен справиться с “блоком неподвижной энергии”, он не может этого добиться, когда пациент остается в статическом положении: речь идет о снятии блока, мешающего свободной циркуляции психофизической энергии.

У каждого человеческого тела своя музыка, каждый человек — слово, совершенное в музыкальном отношении, но для большинства это слово остается неосознанным.

В музыкотерапии используются только те инструменты и ритмы, которые находят отклик во всех клетках организма. Это не музыка, написанная великими Бахом или Бетховеном, “это музыка, которую пишет сама жизнь” или специально создается по заданным психотерапевтическим параметрам.

В процессе музыкотерапевтических сеансов вновь обретается здоровье, поскольку она вызывает постоянный приток энергии внутри нашего организма до тех пор, пока не возникает здоровая основная гармония. Музыкотерапия приводит человека к пониманию и использованию этой гармонической

силы, которая его незаметно направляет. Следовательно, музыкотерапией занимаются не для укрепления тех или иных органов: в самом деле, она не ставит целью лишь излечение, а стремится усилить тот естественный процесс, посредством которого счастливые бытие формирует человека. Исцеление же является неизбежным следствием этого.

Итак, это здоровое состояние подсказывает нам выбор танца, метода, диеты, движения, гимнастических упражнений. И это следует понимать в самом полном, то есть, самом свободном смысле.

В музыкальной психотерапии человека учат и направляют не правила и законы, а соматическая реальность, которую музыки возвращает к истокам, чтобы она, подобно младенцу, вновь обрела вечное рождение. Необходимо учиться осознавать первичный ритм нашего органического начала. Наше органическое начало - базовый ритм возвратно-поступательного движения, движения вверх и вниз, ритм из двух модулированных и модулирующих тактов гармонического трио, из которого рождается бесчисленное множество возможных вариаций пульсации клеток.

Следовательно, музыкотерапия, являясь одной из специфических форм воздействия на человека, не является ни выполнением определенного типа движений (который впрочем, очерчен дополнительными стереотипами), ни прослушиванием музыки как “внешнего факта”, но представляет собой приведение каждого слушания или жеста к точке—основе того, что есть первый объект человеческой индивидуализации.

Эта точка — основа, к которой может быть сведена всякая психосоматическая феноменология — есть момент—событие взаимозаменяемости психического и соматического, когда психика начинает свою материальную формализацию.

Посредством музыкотерапии осуществляется восстановление способности вслушиваться в точку—основу индивидуальной жизни с единственной целью—достичь гармонической определенности организма.

В музыкальной психотерапии любое начало, любая основа, любой порыв вдохновения имеет корни и точку опоры в центре внутренних органов человека, локализуясь в области диафрагмы. Этот центр соответствует всей системе внутренних органов, вибрирующей в унисон с ним. Это нейровегетативная система, которая включает в себя центральную область тела—между верхней границей низа живота и

нижней границей грудной клетки.

Именно здесь расположено регенерирующее “предприятие”, там, во внутренностях, происходит постоянное обновление нашей жизненной силы. Это - центр первичного процесса обмена веществ, то место, где происходит переход, трансформация и воспроизведение энергетических процессов человека.

Кроме этого, область диафрагмы является психосенсорным центром, который распространяет свою деятельность на весь организм, на все его части.

Структурная схема обмена веществ отражает процесс взаимодействия с окружающей средой. Зона диафрагмы в системе внутренних органов функционирует как единый сенсорно-мышечный комплекс, который активно включается в сенсорно-перцептивные процессы. В этой части тела, вибрирующей как внутри, так и снаружи, координируется действие различных мышц и нервных окончаний.

Для того, чтобы музыка стала терапией, в первую очередь требуется уподобить и уравнять между собой музыкальные ритмы, такты и темпы с теми, которые известны человеческой диафрагме. Наша диафрагма в системе внутренних органов имеет свою “музыку”, свои ритмы, свои темпы. Однако, она вибрирует либо в низких тонах, при боли и беспокойстве, либо в высоких, образуя самую настоящую нотную гамму. И в самом деле, музыкальная гамма просто-напросто состоит из волновых ритмов, то есть возможных вариантов заранее построенной диаграммы.

Итак, в музыкальной психотерапии может быть использована любая музыка, если она является аналогичной, соответствующей, уподобляемой одной из новых входящих и хроматическую гамму висцерального тона.

Когда музыка, ритм развиваются вовне или, по крайней мере, каким-то образом, не предусмотренным градациями этой гаммы, мы имеем дело уже не с музыкотерапией, а с психотерапией.

1. ПСИХОТЕРАПИЯ И МУЗЫКОТЕРАПИЯ

Для успешного проведения музыкотерапии ее необходимо предварять психотерапией.

После эффективного сеанса музыкотерапии субъект ощущает, как по его телу разливается блаженство и, если у него до этого были физические недомогания, они автоматически исчезают.

Однако, подобный эффект имеет временный характер и сохраняется в течение более или менее длительного периода, в зависимости от способности субъекта поддерживать это состояние (от нескольких часов до нескольких дней).

“Предрасположенность к болезни”, которая определяется телосложением субъекта возвращается.

В болезни и в ошибке, совершенной субъектом, имеется так называемый момент “решения”, который определяется только путем психологического анализа: для лечения, исправления требуется ответственность и решительность рационального сознательного “Я”.

Хотелось бы подробнее остановиться на том, что касается функциональности в связи с психологическим развитием.

На высших уровнях воздействия музыкотерапия может провоцировать возникновение состояния иступления, “транса”. В этом состоянии внутреннее начало человека проявляет себя без посредничества с сознательным “Я”.

Субъект, находящийся в “трансе”, живет всем своим внутренним существом и с максимальной полнотой; успокоившись, он ничего не помнит, словно все, прожитое в этом состоянии, ему не принадлежит. Та часть внутреннего “Я”, которая не воспринимается как часть “эго” оказывается человеку не нужна для существования в настоящий момент.

В музыкотерапии следует действовать на целостное “Я”, поскольку оно

МУЗЫКАЛЬНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ - ЭТО АКТИВНОСТЬ, ДВИЖЕНИЕ, ДЕЙСТВИЕ—В ПЕНИИ, ЗВУКЕ И ТАНЦЕ

должно осознанно “рассеиваться” и давать своему внутреннему “Я” возможность действовать самостоятельно. “Вхождение в транс”, следовательно, ненужно музыкотерапии, в данном случае гипнотерапия не дает эффекта: находящийся в гипнотическом состоянии субъект не понимает, что до него хотят донести. Весь комплекс музыкотерапии скрыт от “Я”, а весь механизм связан с “Я”, следовательно, надо расширять действия “Я”, а не только бессознательного, внутреннего “Я”.

В музыкотерапии мы всегда должны поддерживать и сохранять ясность сознания.

Психотерапия проводится вместе с музыкотерапией и может предшествовать ей или осуществляться одновременно. Во всяком случае, она необходима для того, чтобы объяснить субъекту психологическую ситуацию и с должной ответственностью воздействовать на “Я”.

На всех тех, кто наделен обычными психологическими комплексами, музыкотерапия влияет весьма успешно.

В сущности, музыкотерапевт обращается не к психике, а к “музыке” движений тела.

Вследствие чего клетки организма реагируют немедленно, даже если разум еще не готов. Это тело вовлекает психику в танец и музыку, причем на здоровой основе, и тело служит как бы ареной для этого процесса. В этом смысле музыкотерапия оказывает пси-

хотерапии весьма ценную поддержку. Согласно психотерапии, любой человек, не реализующий потенциал своего здоровья, считается больным.

Подобная ситуация может возникнуть либо как следствие невроза, либо шизофрении, при этом надо учитывать, что между этими случаями есть определенная разница:

невротик — это тот, кто осознает свою болезнь, вплоть до того, что это осознание его поработочает; шизофреник — это тот, кто страдает от болезни, не осознавая ее.

Следовательно, поскольку поведение этих двух типов больных отличается друг от друга, должны отличаться и методы подхода к ним музыкотерапевта.

Невротик участвует в сеансе музыкотерапии, бросаясь в стихию движения, он может даже проявлять самую высокую активность среди всех участников, но не следует впадать в заблуждение по этому поводу, поскольку излишества в его проявлениях свидетельствуют о какой-то аномалии в психике. Такое поведение свидетельствует, что подобный субъект столь же легко может потом впасть в депрессию, поскольку для него характерны прерывистость, нестабильность.

Если же субъект испытывает комплекс в основе которого лежит шизофрения, и страдает от ее последствий, его на сеансе музыкотерапии можно узнать

по тому, как он двигается: в движения тела ему не удается вовлечь психику, поскольку она излишне заблокирована, зажата. Следовательно, шизофренику, или склонному к шизофрении субъекту, не удается раскрепоститься. Впрочем, музыкотерапия существенно помогает ему, так как делает для него очевидным тот факт, что по сравнению с другими он лишен определенных способностей. Присутствие этих других необходимо — такую личность изменяет группа, а не музыкотерапевт. Когда он видит, что его соседи танцуют, даже те, кого он считает гораздо ниже себя, а он не в силах начать двигаться, у него возникает кризис. Дело в том, что шизофреник не знает о том, что болен, поскольку в глубине души считает себя выше всех остальных.

Задача музыкотерапевта в подобных случаях весьма непростая. В первый момент он может оказать больному помощь, поддержку, но для того, чтобы действительно помочь, он должен создать больному такие условия, чтобы тот мог идти дальше самостоятельно: только в этом случае больной обретает жизненную силу, выздоравливает и продолжает прогрессировать.

Трудность установления контакта с подобными больными состоит в том, что они ставят себя выше остальных, вливаются в состав группы с сознанием собственного превосходства и стремятся навязать это мнение всем.

Вследствие этого, на сеансе музыкотерапии такие больные кажутся наиболее активными, они даже излишне подчеркивают свое рвение, но их движения совершенно фальшивы, они “вне” внутренней тональности организма.

В этом единственное уязвимое место таких больных, и, именно здесь, музыкотерапевт может установить с ними контакт и приступить к восстановлению их здоровья.

Сначала ведущий дает возможность больному действовать совершенно свободно, никак это не подчеркивая и ничем его не выделяя, а сам продолжает работать с другими членами группы.

Когда он добьется слаженности в этой группе, он деликатно начинает обращать внимание на неправильные, отклоняющиеся от общей линии, действия больного.

Это следует делать, когда больной оказывается “в одиночестве” на группу повлиять уже не может.

В этот момент больной должен остаться наедине с собой, со своей “реальностью”, совершенно отличной от всех прочих. И это отличие ощущается. Оказавшись в состоянии кризиса, больной обязан решить: учиться жизни или бросить занятия музыкотерапией. Естественно, действия музыкотерапевта в этом плане должны быть чрезвычайно деликатными, и в основе их должна лежать любовь.

Никогда не следует забывать, что больной такого типа “не может” двигаться, ибо часть его тела парализована комплексом: мы имеем дело с такой психической ориентацией, при которой различные части тела остаются свободными, но блокируется, сковывается, подставляется определенный участок нервной системы.

Итак, музыкотерапевт никоим образом не стремится к изгнанию больного из группы, но демонстрирует его ошибки, для того, чтобы помочь ему их исправить. Музыкотерапевт “должен” продемонстрировать ошибку больного ему самому и другим людям, ибо прежде чем лечить, он должен “включить” больного в систему измерений”, то есть определить, где же больной действительно “есть”: чтобы вылечить тебя, я должен идти оттуда, где находишься ты и, следовательно, я помещаю тебя в плоскость “твоей” истины, “твоей” позиции, “твоего” положения.

Столкнувшись с неспособностью к движению, музыкотерапевт должен определить “основную точку” этой неспособности в субъекте.

Точка, в которой больной не движется, воспринимается как бы перемещенной внутрь, что жесткая и объективная семантическая форма: неподвижная больная часть странным образом ощущается музыкотерапевтом внутри своего организма, хотя на самом деле принадлежит не ему, а больному.

Музыкотерапевт оказывается в ре-

зультате в следующем положении: воспринимая себя с точки зрения больного, он чувствует неспособность привести в движение определенную часть тела; переходя к восприятию себя самого, он, будучи здоровым и владея своим организмом, знает, как это сделать.

Разобравшись в ошибке из собственной органической глубины, музыкотерапевт понимает и как ее исправить. Из глубин органического состояния музыкотерапевта познается путь к выздоровлению других.

Итак, из природы — природа. От одного живого — к другому.

Именно здоровый человек всегда может учить других, основываясь на своем здоровье, после того, как временно стабилизируется в своем семантическом восприятии другого человека и ощутил другого через себя самого.

Если музыкотерапевт игнорирует трудности, которые испытывает больной, и сразу же предлагает ему правильное движение для соответствующей

В СУЩНОСТИ, МУЗЫКОТЕРАПЕВТ ДОЛЖЕН СПОСОБСТВОВАТЬ ОБЛЕГЧЕНИЮ ПРОЦЕССА УСТРАНЕНИЯ ОРГАНИЧЕСКОЙ СКОВАННОСТИ.

щей части тела, нервов, внутренних органов, мышц и костей, согласно рекомендациям хорошего учебника анатомии, физиологии или физиотерапии, эти трудности возрастают и больному не удается раскрепоститься.

Каждый индивидуум представляет собой единственный в своем роде случай, и музыкотерапевт в момент контакта должен найти в себе смелость и способность полностью отрешиться от всех гарантий, которые ему предоставляет его культурный уровень и выйти навстречу реальности другого человека без всяких предрассудков, совершенно раскрытым: только живущий может указать путь другому живущему...

В сущности, музыкотерапевт должен способствовать облегчению процесса устранения этой органической скованности. Очень приятно смотреть, с каким удовольствием субъект выполняет освоенное движение...

Далее необходимо научить его поддерживать это состояние в течение определенного времени и, в конце концов, остаточные явления и сама память о мышечной закрепованности исчезнут.

В самом деле, болезнь является неестественным состоянием, и послание человека здорового больному не может не быть проникнуто симпатией, стремлением помочь и поддержать и, конечно, бесконечным уважением к свободе другой личности.

Все это может быть заключено в музыкальном произведении, жесте, ритме, манере преподавать, играть на

музыкальных инструментах, петь и танцевать.

2. ПЕНИЕ

Все люди поют. Но, что значит, для человека петь, какой в этом смысл? Птица поет по-своему, она находит, вдохновение в своей борьбе за жизнь, в своей любви, в своем гнезде, она поет сама, у себя и самой себе. Мы же часто не можем обойтись без внешнего толчка. Пение, совершенное с акустической и технической стороны, может вызвать у слушателя ощущение холода и назойливости при рассмотрении с точки зрения висцерального чувства, эмоциональных изменений, происходящих под его воздействием. В то же время пение, не соответствующее музыкальным канонам, не интонированное, кажется “человечным”, в нем ощущается жизнь (фольклор, народное пение).

Когда мы хотим спеть то, чем мы являемся, мы можем даже позаимствовать слова у кого-то другого — важно, чтобы, по крайней мере, между “Я” и “мной” не было посторонних моделей. Нет ничего плохого в том, что музыка и пение представляют собой “культуру” в историческом смысле, но, когда требуется через них выразить свое внутреннее “Я”, свою душу, следует обращаться исключительно к внутреннему “Я”, к душе.

В музыкотерапии включение диафрагмы требуется только на начальном этапе.

Когда учат перцепции и сенсбилизации диафрагмы, на самом деле стремятся показать не столько соматическое, сколько психосоматическое соответствие внутреннему резонансу, некий его центр.

Когда вы действительно хотите петь для себя или настоящего друга, вы должны “чувствовать себя” полностью, так сказать, с головы до пят: только в этом случае вы сможете выразить свою “наполненность”.

Как только вы это сделаете, вы почувствуете, что все части вашего организма участвуют в пении, словно звук производят не только голосовые связки, имеющие опору в диафрагме, но все, даже самые маленькие, мышцы вашего тела.

Это психическое ощущение: в определенный момент все клетки “обретают голосовые связки” и начинают выражать себя, и вы должны суметь вовлечь их в этот процесс, величественное движение, которое потом становится эмоциональным вихрем и даже экстазом. Вначале надо петь без слов на самых низких, как только возможно, тонах, потому что они вызывают в нашем организме больший резонанс. И надо это делать так, чтобы в каждой клетке организма чувствовать отклик, зарождающийся в глубинах.

Начать можно с молчания, чтобы

лучше проявился ваш внутренний голос. Когда молчание начинает приобретать материальность, на нем можно играть... Как будто это дыхание разбивается, раскалывается и превращается в голос.

И тут можно переходить к пению про себя, а затем открыть рот и дать выход этому протяжному вокализу.

Не надо слушать себя ни ушами, ни мозгом, но прислушиваться к себе исключительно из глубины внутреннего "Я".

Надо слышать оттуда каждую часть своего тела, часть, которую не слышно, которая фактически отсутствует.

Голос в горле должен быть эхом всех частей тела, идущим из внутреннего "Я". В самом деле, голос не должен проецироваться, выставляться напоказ вовне: музыкотерапия - это не вид коммуникации, а унитарное обретение вновь собственного здоровья, собственной силы. Следовательно, это возвращение внутрь самих себя, ротационное и сферическое.

Пение может сопровождаться сосредоточенным танцем, так, чтобы получить резонанс с движением тела: голос сам становится музыкой.

Речь идет о том, чтобы наилучшим образом выразить самое глубокое и прекрасное в каждом человеке и соединить это в высшей форме синтеза звуков. Чтобы не погубить звук, не надо кричать, надрываться, но как бы чувствовать позицию внутри себя.

В случае хорошего пения следует соблюдать единственное правило: как бы ты ни пел, надо всегда слушать и других. Каждый может петь, как ему больше нравится, но одновременно он должен слышать пение остальных участников сеанса, чтобы подстраиваться к ним в более высокой или более низкой тональности, но всегда, таким образом, который приносит ему наслаждение.

Важно следующее: никогда не заглашайте других. Если вы будете соблюдать это правило, родится гармония.

Пение может развиваться любым способом, но самое главное заключается в том, чтобы вдохновение всегда имело корни во внутреннем мире человека. В противном случае, если оно слишком выявляется, оно превращается уже в ментальное выражение и утрачивает индивидуальность, становится обыкновенным символом, песенкой. Следовательно, не надо давать себя обманывать мелодии, если она приятна.

Этот способ слышать и создавать музыку позволяет постепенно координировать вибрацию, движение, силу "внутреннего" с рациональным посредничеством сознательного "Я". Самое главное — никогда не забывать о "корнях", постоянно поддерживать контакт с основой самих себя, с внутренней основой в то время, когда она внешне совершенствуется в вокале.

Цель музыкотерапии таким образом состоит в поиске и обретении через

голос самого себя, так, чтобы собрать вес части организма воедино и заставить их петь.

Пение является одним из эффективнейших методов музыкотерапии: пение позволяет каждому человеку проверить себя в новом измерении, совсем другом: внутренняя скованность, тяжесть, покидает тело... и душа может петь свою песню, полную здоровья, радости и свободы.

3. ТАНЕЦ



Музыкальная психология и арт-терапия рассматривают танец как момент перехода от интенционального психического и направленного к телесно выраженному.

В прошлом, как показывает история, танец занимал чрезвычайно важное положение в любой цивилизации и на своем высшем уровне исполнения всегда рассматривался как нечто близкое к божественному. Это происходило во все времена и у всех народов. Только католицизм и отдельные направления протестантизма к танцу не обращались. Причину следует искать в том, что освобождающийся в танце внутренний эротизм несовместим с нравственными воззрениями католической религии, весьма сурово трактующими это явление.

Возвращаясь в наши дни, часто можно наблюдать, как во время танца люди, хотя и исполняют его правильно, всегда демонстрируют то "нечто", что высвечивает их "неполноценность". Это — фальшь в движениях.

Если над человеком было осуществлено определенное насилие — ус-

тойчивое вмешательство в церебральные процессы, совершаемое через то, что, согласно психологии, имеет корни в понятии "монитора отклонения" — становится очевидным следующее: человек, вследствие своей цивилизованности, своей рациональности даже когда танцует или веселится, использует модели поведения, которые скорее усиливают его замкнутость, нежели укрепляют, развивают способности, к оргастическому. Античное понятие "оргастическое" обозначало силу "внутреннего", находящуюся в состоянии эйфории, триумфа, праздника", но в наши дни это первоначальное значение утрачено.

Опыт собственной человеческой природы — простой, здоровой, гармоничной, созидательной—должен был бы быть в каждом человеке врожденным. Но происходит обратное: этот опыт не осознается, и для того, чтобы его самому, человеку требуется помощь, толчок со стороны того, кто уже познал его.

На начальной стадии необходимо полностью следовать тому направлению, которое выберет музыкотерапевт: в самом деле, чтобы разорвать цепь, сковывающую, нарушающую гармонию движения, необходимо присутствие "другого", находящегося вовне. Если работать самостоятельно, то рано или поздно та часть тебя, которая раньше уже блокировала твои движения, снова начнет делать то же самое, поскольку она представляет собой находящееся внутри тебя автономное начало: если в работе участвуют "я и ты", странство этого начала тоже расширяется и "чуждая" часть крепнет и используется все чаще.

Но, когда субъект освободился от определенных комплексов, сумев избавиться "монитора отклонения" в своих психических процессах он приобретает способность включиться, наконец, в гармонию чувств самого себя, в приятную гармонию собственного тела, которое уже есть "танец".

Чтобы достичь этого, необходимо работать, "испытывать" свое тело во всех режимах и делать это серьезно, не экономя сил: речь идет о том, чтобы сосредоточивать максимальное внимание всегда и только на себе самом, слушая себя изнутри, отключив рациональное мышление.

Надо добиться следующей цели — включить все движения, все части тела в жизненное энергетическое чувство организма, объединить их в круговом танце.

Во время сеанса музыкотерапии высшего уровня можно попробовать со всей возможной скромностью и простотой проникнуть в высший опыт. На уровне этого опыта, достигаемого только под руководством наставника, наделенного более высоким сознанием, субъект приходит к танцу умственного экстаза — это нечто, совершающее бесконечное движение: каждая клетка вибрирует в гар-

монии с собой, в то время, как все тело тоже охвачено экстазом.

И тогда можно попытаться достичь наивысшего покоя и глубочайшего молчания.

Неподвижность есть высшая собранность, высшая концентрация. Энергия выражает себя в молчании, максимально концентрируется и является феноменологией молчания: только звучит барабан — и клетки вибрируют сами по себе, без внешнего проявления. В этот момент ты чувствуешь саму энергию в ее первозданном виде, жизнь в ее гармонии.

4. МУЗЫКАЛЬНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ ЧЕРЕЗ СИНХРОНИЗАЦИЮ ИНСТРУМЕНТОВ

Когда небольшая группа людей, здоровых и объединенных общей целью, будет сформирована, музыкотерапевт может организовать встречу, на которую каждый принесет какой-нибудь музыкальный инструмент. Речь идет о синхронизации с группой, вступлении в игру, в хоровод через танец, но так, чтобы развить и усилить любой свой жест, любой свой звук, в соответствии со своей индивидуальностью.

Итак, синхронизируясь с другими, каждый действует в меру непосредственности своего восприятия музыки.

Ведущий начинает играть на барабане как бы без всякой системы: в кажущейся неупорядоченности он ищет порядок. Как только этот порядок будет найден, он выразится в музыке, и с этой минуты в действие могут включаться остальные участники.

Естественно, надо “настраиваться в унисон”, на первых порах приспосабливая свою музыку к общей, но с чувством ликования при этом.

Следовательно, каждый должен определять, как ему надлежит действовать, чтобы в одно и то же время быть вместе со всеми и проявлять свое особенное, оригинальное, исключительное. Когда участник ощутит себя в синхронизме с другими, его пальцы незаметно для него самого прикоснутся к инструменту точно так, как надо. И ритм тоже будет безошибочен, даже если инструмент очень маленький. Этот способ Игры не зависит от мыслей: организм, руки действуют самостоятельно. Ключом к достижению такого результата является действие, постоянно направленное на собственное тотальное наслаждение субъекта.

После этого будет достаточно небольших вариаций, чтобы добиться эволюции музыки: организм прокладывает путь для искреннего, непосредственного раскрытия субъекта.

Это не значит, что ведущим всегда должен быть музыкотерапевт: он может решить воспользоваться чьим-то ритмом и выбрать для этого кого-либо из участников. Естественно, выбор падает на того, кто демонстрирует определенный прогресс.

“Внутренняя совершенная форма” может проявляться через музыку любого участника, безразлично какого — при условии, однако, что предварительно участники образовали круг, некую общность.

5. МУЗЫКАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И ЭСТЕТИКА

Страдания и жертвенность делают человека печальным и некрасивым. Истинную красоту дают удовольствия, ясность духа, внутренний покой. Только постижение источника внутреннего наслаждения, обретение способности владеть им и направлять его должным образом обеспечивают расцвет подлинной красоты — внутренней, которая впоследствии может проявиться также и внешне.

С помощью музыкотерапии можно подойти к ощущению в глубине самого себя этого утонченнейшего наслаждения... Каждый раз, когда вы его ощущаете, вы, словно рождаетесь заново, более открытыми, более восприимчивыми в отношении к своей сути.

Когда человек под влиянием музыкотерапии овладевает способностью “двигаться изнутри”, это всегда очень приятно ему самому. Извне становится заметно, что этого человека направляет что-то прекрасное, делающее его более тонким, сильным и красивым, что-то, что одновременно руководит им и дает ему свободу. Чаще всего специалисты в разных областях развития человеческого тела относятся к объекту своей деятельности, как к чему-то обособленному: по одну сторону они сами, их методика, принципы, инструменты, по другую — тела, которые нуждаются в лечении, совершенствовании, коррекции строения. Результатом этого чрезмерного внимания к физической оболочке, материальной форме тела является усиление диссоциации психического и физического. К телу относятся как к отдельно существующей реальности, забывая о том, что ни одна лишь материя, оживленная духом, является жизнеспособной.

Следовательно, необходимо вернуться к глубинной концепции красоты тела, прекрасного не внешне, а внутренне, красота которого проявляется, когда его “чувствуют”, а не “рассматривают”. Истинную красоту другого тела можно ощутить и постичь в себе самом.

Настоящая гимнастика состоит не в том, чтобы совершать большое количество внешних движений в высоком темпе: это годится на начальном этапе. Истинная гимнастика — это создание призрачного вовне, но наполненного внутри движения. Итак, после достижения начального уровня здоровья, можно начинать учиться двигаться, сохраняя максимальную неподвижность тела: приводить в движение инстинкт в пространстве прислушивающегося тела.

Единственное правило, которое надо постоянно соблюдать для достижения желаемого эффекта: все движения следует выполнять, сохраняя в себе ощущение праздника. Чувствуя свободу и наслаждение.



Надо молча, как бы исподтишка, войти в этот ритм таким образом, чтобы все участники могли постоянно слышать друг друга или, но крайней мере, каждый, кто готовится к вхождению в ритм, слышал бы всех остальных. Ибо в музыкотерапии двигаться в одиночку, отделяясь от остальных, бесперспективно.

Музыкотерапевт должен внимательно, постоянно прислушиваться, стараясь определить точку проявления духа этого музыкального причастия.

Когда возникнет новый вид музыки, восхитительная гармония, в которой каждый прославляет свою неповторимую сущность через синхронизм высшей эстетической экзальтации.

Выполнение тех же движений, в спортивном зале, так сказать по обязанности, дает совершенно иной эффект.

Этот метод хорош тем, что в нем всегда можно найти что-то новое: не с точки зрения техники и дидактики моторной деятельности, а с точки зрения техники и дидактики “психо-моторного наслаждения” и эстетики.

С помощью музыкальной психотерапии и специально подобранных комплексов арт-терапии можно добиться совершенного воплощения того, что уже “записано” в организме.

6. ОБЫЧНАЯ МЕТОДОЛОГИЯ И ТЕХНИКА

Один из эффектов музыкотерапии состоит в том, что она заставляет расслабляться густки энергии и ее как бы неподвижные образования внутри тела. При этом музыкотерапия вовлекает их в кругооборот согласно той справедливости распределения энергии, которая уже заложена природой в здоровом теле.

Мы должны стремиться к кругообороту энергии. Отправившись “в путь” от собственного внутреннего телесного центра необходимо сразу же установить контакт с самой неподвижной частью своего организма. Для некоторых это шея и руки, и они, следовательно, должны попытаться пустить движение по такому пути, который позволит вовлечь и эту часть тела; у других слишком жесткие плечи, спина или ноги и им нужно обратить внимание на эти части тела. После внимательной телесной зоны следует вовлекать в движение самую жесткую, малоподвижную часть тела, ибо первоначально она была наиболее жизнедеятельной.

Хороший музыкотерапевт, узнав, что у его пациента какая-нибудь часть тела нечувствительна (в двигательном отношении), постоянно повторяет попытки исправить такое положение, до тех пор, пока движение не захватит и ее.

Надо заставлять все части тела танцевать в строгом порядке, управляя ими словно волшебным оркестром, звучание которого подвластно вашему эволюционировавшему зрелому “Я”, которым это “Я” дирижирует.

Важно не забывать, что комплекс, болезнь, отклонение, ошибка возможны в человеческом существе тогда, когда оно использует не всего себя, а лишь некоторые части себя.

Но когда человеческое существо способно продемонстрировать, что использует себя целиком, это значит, что оно здорово, истинно, что оно состоялось.

Музыкотерапия направлена на то, чтобы помочь пробудить в человеке способность воспринимать всего себя целиком, ощущая свой жизненный ритм. Это достигается специальным

музыкальным воздействием на организм человека.

Ритм, который отстукивает на мембране барабана (условный инструмент) музыкотерапевт вызывает вибрацию всех частей организма в резонанс с вибрацией какой-то одной, определенной его части.

Первое, что надо сделать для погружения, “вхождения” в музыкотерапию, это — “собраться”, синхронизироваться с той частью организма, которую барабан заставляет резонировать.

Вибрация, колебания могут восприниматься на разных (по высоте) уровнях. Основными являются следующие:

I уровень—шея, ключичная область и грудь;

II уровень—вся область солнечного сплетения, включая желудок и внутренности;

III уровень—вся область половых органов.

Слушать надлежит так: сначала необходимо полностью отключиться от внешнего и попытаться услышать “тембр” звука внутри организма, сохраняя неподвижность. Под воздействием находящегося вовне барабана “откликается” сначала какая-нибудь одна часть организма. Все остальные как бы дремлют, а одна откликается, чувствует, вибрирует в ответ... Пока прочие части тела отдыхают, это входит, так или иначе, в ритм.

Таким образом, музыкотерапевт во время сеанса играет на музыкальном инструменте, и эти колебания находят отклик в определенной части тела: так мы определяем ее “ногу”. Речь идет об определении “диапазона” музыкотерапии, в рамках которого происходит потом Настройка всех инструментов. Этот процесс можно в какой-то степени сравнить с тем, что происходит, когда сыгрывается большой оркестр.

Та часть организма, которая откликается на основной ритм служит основной нотой, определяет “тональность”, в которой будет проходить этап музыкотерапии.

Основной ритм начинает меняться, и участники сеанса должны постепенно, по мере того, как ощущают его, начинать движение, танец, не забывая при этом исходной точки, той первой ноты, служащей камертоном.

Это можно сравнить с игрой на фортепиано, когда палец одной руки постоянно нажимает одну и ту же клавишу, а пальцы другой бегают по клавишам в другом конце клавиатуры.

Необходимо постоянно придерживаться базовой константы, рожденной в начале ритма и, отталкиваясь от нее продолжать движение, изменения которого, могут быть самыми разнообразными: ритмическими, певческими, моторными, вообразить все многообразие, которых невозможно. Творческая фантазия, проистекающая из вновь обретенной гармонии жизненного здоровья, проявляется раз-

личным, особенным образом в каждом индивидууме, что исключает возможность создания точной ее классификации.

Если каждый двигается согласно своему внутреннему человеческому и, следовательно, жизненному ритму, в этом нет ничего неправильного с точки зрения арт-терапии: будучи человеческим и жизненным, этот ритм не может не согласовываться с человеческими, жизненными ритмами остальных участников сеанса.

Когда проводится сеанс музыкотерапии, музыкотерапевт “интенционирует”: читает семантику диафрагмы или тела субъекта и находит ее словесное выражение в музыке. Как тело, слыша свое слово, свой голос, ощущает расширение своего “внутреннего и стремится к пространству, движению, танцу, чтобы обрести большую свободу. Практически расширяется пространство существования “внутреннего” человека.

Внешне такого субъекта можно узнать по тому, как он танцует: во время танца он совершает движения, которых раньше не делал, даже если это сверхумелый танцор.

Во время танца, он погружен в наслаждение. И единственный кто может определить источник этого ритма — сам субъект, ибо чем глубже истина, тем она более индивидуальна и уникальна.

В музыкотерапии надо участвовать как дети, постоянно играя и развиваясь. Тот, кто сумеет войти в нее абсолютно “неприкрытым”, “обнаженным” внутри, получит впоследствии совершенную функциональную структуру взрослого.

При проведении музыкальной психотерапии можно проследить три последовательных этапа.

На первом этапе осуществляются разрушение телесного обусловленного стереотипа, коррекция и постановка движений. Здесь необходимо терпение, поскольку этот этап являемся наиболее деликатным.

Музыкотерапевт должен постоянно заботиться о том, чтобы не было движений привычных или диктуемых какой-либо внешней моделью с тем, чтобы всемерно способствовать любому спонтанному проявлению любого из участников.

Второй этап — поддерживающий, позволяющий достичь великолепной спортивной формы.

Если в человеке накапливается усталость — за неделю или за месяц — ему необходимо энергетическое обновление и музыкотерапия как нельзя лучше подходит для этого.

В идеальном случае при одном сеансе музыкотерапии в неделю или даже в месяц человек мог бы избавиться от всех болезней.

В самом деле, после сеанса ощущается удивительная легкость и прекрасное самочувствие сохраняется, по

крайней мере, до следующего утра. Затем оно либо исчезает, либо сохраняется в зависимости от образа жизни человека.

Третий этап — “освобождающий, солнечный”.

Когда субъект на первом этапе освободился, очистился от разного рода негативных привычек и на втором этапе преодолел временную статичность своего организма, можно переходить к танцу освобождающему, солнечному, прорывающемуся на свет и дающему возможность проникнуть в глубины энергетических трансформаций жизни. Человек начинает ощущать наслаждение, праздник — он чувствует, что все его тело превращается в дух, разум, причем разум удивительный для самого человека.

Все эти ощущения свидетельствуют о процессе обретения вновь собственной человеческой ценности. Впоследствии этот индивидуум продолжает игру, как и все остальные, но при этом он постоянно сознает, что извне отмечен неким таинством.

7. НЕСКОЛЬКО ОСНОВНЫХ ИНСТРУКЦИЙ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ МУЗЫКАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

В основных целевых установках музыкальной психотерапии речь идет о предании “телесности” своим чувствам, своим внутренним переживаниям.

Как же этого добиться? Прежде всего, надо научиться тому, как идти внутрь себя самого. В собственное тело надо “входить” максимально тихо, и особенно, без торопливости уже совершенного движения. Не следует спешить достичь цели как можно быстрее, напротив, этот процесс должен характеризоваться мягкой, нежной, обволакивающей тишиной. Это — вход в тишину тела, почти, что проникновение туда, где сила тем более могущественна, чем более она спокойна.

Необходима максимальная тишина, в которой вы способны слушать. Речь идет о том, чтобы слушать самих себя, ухо должно слышать, а глаз — видеть себя самого... Все должно очутиться во власти способности к внутреннему восприятию.

После этого можно подойти к слушанию той мелодии, которую нам организм самостоятельно и независимо от того, знаем ли мы об этом или нет, поет с момента своего рождения.

Итак, первоначально следует попытаться сосредоточиться на особом рода медитации, устремив взгляд и направив внимание на собственное тело. Речь идет о создании вокруг самих себя некоего замкнутого психологического пространства, своего рода собственной Вселенной, и стремлении приблизиться к центру этого пространства, отстраняясь от каких бы то ни было внешних раздра-

жителей. Надо уже “смотреть” не вовне, а чувствовать себя, “смотреть на себя” внутрь.

Надо попытаться “настроиться”, стараясь привести в соответствие деятельность собственной диафрагмы и музыкальных звуков: сначала ритм воспринимается ухом, потом он проникает вглубь и наконец, в определенный момент вы ощущаете, что и ваша диафрагма начинает вибрировать.

После того, как вам удалось синхронизировать движения диафрагмы и звука, можно приступить к распространению вибраций. В первую очередь “устраняется голова” посредством отказа от каких-либо размышлений. Речь идет о том, чтобы позволить телу двигаться из самой глубины “внутреннего Я” дать движению возможность распространяться повсюду, где оно находит поддержку. Нечто вроде “телесного “внутреннего Я” должно стать источником мотивации, постоянным пусковым механизмом для всех движений “целостного Я”.

Сначала могут встретиться трудности при определении своего центра. Если это не удастся сделать сразу, следует набраться терпения и подождать следующего раза.

Этот центр движения, однако, не должен являться производным от умственного усилия. В таком случае ре-

НУЖНО СЛЕДОВАТЬ ЗА СВОИМ ГЛУБОКО ВНУТРЕННИМ ЖЕЛАНИЕМ — ТЕМ ЗАРОДЫШЕМ, КОТОРЫЙ, РАЗРАСТАЯСЬ, ОСУЩЕСТВИТ ДИНАМИЧЕСКИЙ ПЕРЕХОД ОТ ИНДИВИДУМА К ВСЕЛЕННОЙ

зультатом явилось бы психическое перенапряжение. Он должен быть чем-то движущимся и распространяющимся во все стороны, растворяясь в постоянном движении, перемещаясь в различные органы в виде акцентированной жизненной силы.

После первых минут прослушивания звучащего вовне, следует забыть о своей голове, постараться ни о чем не думать и по-прежнему оставаясь сосредоточенными на своем организме, начать медленные, свободные, слегка волнообразные, слегка вращательные движения в умеренном темпе. Нет никакой необходимости двигаться слишком интенсивно, совершать прыжки или перемещения.

Затем уже вступают в действие разум и сознание, которые следят за тем, как идет движение.

Следует соблюдать только одно правило: нужно следовать за своим глубоко внутренним желанием — тем зародышем, который, разрастаясь, осуществит динамический переход от индивидуума к Вселенной. Никогда не следите за каким-либо внешним движением и ни в коей мере не вспоминайте, если вы умеете танцевать, какой-нибудь знакомый ритм.

Речь идет о том, чтобы суметь при-

вести в движение источники внутренней энергии, ни в коем случае не выводя ее вовне. Используйте ее только в пределах “внутреннего Я”.

Все это, однако, не означает, что надо довольствоваться какой-то формой внутреннего движения или парализовать собственное тело, совершая тотальное перемещение исключительно внутренней энергии. Тем более не следует прибегать к методам йоги: это приведет только к обострению патологии процесса.

Тело всегда должно играть, и в этом празднике участвовать целиком. Начав с того участка, который вы считаете наиболее для этого подходящим, вовлекайте весь организм в целом.

Задаваемый ритм является лишь своеобразной внешней канвой, и потому каждый должен в этой неопределенности изобрести свой собственный, неповторимый, индивидуальный, чрезвычайно личный ритм.

Основная особенность музыкотерапии состоит в том, что можно пользоваться любыми жестами. Можно делать все потому что весь разум, и подсознательное и сознательное, действуют, проявляют себя в результате побуждающего толчка органического, человеческого “Я”.

Возможность иметь временное пространство, ограниченное часом

музыкотерапии, в котором все, что ты делаешь, включая движения тела, ритм, а также слово, звук голоса и множество других вещей, происходит под непосредственным руководством органического “Я”, определит впоследствии положительное развитие всего человека. Мы оставляем свободным телесное здоровье для того, чтобы оно могло выражать себя и управлять собой. Доставляет удовольствие смотреть, как человек учится двигаться; смотреть на него действительно очень приятно: можно увидеть жизнь, когда представляешь собой порядок, приходит в состояние гармонии и ликует от своей силы подлинной и своего истинного здоровья.

BLEEDING HEART
By
Dr. Chief Swift Eagle

If you're poor and you don't know it.
A social worker will happily show it.
She won't improve your worldly plight
But social workers think they've the right,
To poke and pry and stir up dissension,
To tally the don't haves and add hypertension.
God in His Wisdom made both good and bad,
Created the kind and scurrilous cad.
He shapes petal and tree leaf and warms
with His palm,
The tinniest life form between dark and dawn.
God made the wealthy; poor people as well.
If each stood stark naked could anyone tell?
Which is the poor man and which is the wealthy,
If each was scrubbed clean and equally healthy.
If you looked at his spirit and each man was good,
Would you cast aspersions for poor neighborhood?
The poor are endowed with a virulent pride
That substandard housing and hunger can't hide.
They work, they love, they seek with long stride.
They have courage and hope; their children have cried.
To children the ghetto is a home filled with love,
A safe place from world cares that threaten and shove.
The bureaucrat sits in his black leather chair,
He plays chess with people and he doesn't care.
Political pawn is the meek social worker,
With sob sister heart, he pulls and he twists her.
Out in the field she's enthralled with the squalor,
She revels in misery and lack of the dollar.
It's too bad she misses the love and the joy.
She just can't accept the paper box toy,
As it serves well the child's simple needs,
She pries and intrudes and sprinkles her seeds.
Poor social worker who only sees trash.
Poor social worker who strives for more cash.
Poor social worker with small bleeding heart.
Poor social worker does every man's part.
Poor social worker in hip clothes and taste.
Poor social worker has majored in waste.
Copyrights 1987 - All Rights Reserved

СОЦИАЛЬНОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

К понятиям “социальное здоровье”, “здоровье и больное общество” не раз в своих трудах обращался Эрих Фромм (Э.Фромм. Здоровое общество. 1953). Он назвал неотчужденное общество “здоровым” - понятие позаимствованное из психиатрии. Фромм показал, что в созданном им образе речь идет об обществе со здоровой психической структурой, с характером, ориентированным на эффективность. Ключом к здоровому обществу является его общественный характер. Принципиально новое в видении Фромма заключается в акцентировании социально-психологического подхода к общественному характеру: “Если я считаю, что причина болезни какого-либо общества имеет экономическую, или духовную, или психологическую природу, то, естественно, считаю также, что устранение этой причины ведет к выздоровлению. Но когда я вижу, как взаимосвязаны различные аспекты, то прихожу к заключению, что достичь духовного и душевного здоровья можно лишь, если будут проведены изменения в области индустриальной и политической организации, в сфере духовной и мировоззренческой ориентации в структуре характера и культурной деятельности. Если же мы сосредоточим наши усилия на одной из этих областей, исключив другие или пренебрегая ими, это повлияет деструктивно на все изменения. Действительно, мне представляется, что в этой односторонности заложено одно из важнейших препятствий к прогрессу человечества”.

В самом деле, отсутствие интегрального, целостного подхода при решении проблем, как общества, так и отдельного человека приводит рано или поздно в тупик. Говоря о здоровье отдельного человека, мы должны учитывать и его физические и физиологические параметры, и его личностные и социальные характеристики, и степень развития его индивидуальности (его психические – эмоциональные, творческие характеристики). Общество в целом тоже может рассматриваться с точки зрения здоровья только в целостном, интегративном контексте, когда учитываются и медицинские его параметры, и социальные процессы и проблемы, а также политические процессы, глубоко отражающиеся на психической жизни человека, фор-



**Коваленко Н.П.,
Д.п.с.н., проф. СЗАГС
президент Российской ассоциации
перинатальной психологии
и медицины**

мируя его мировоззренческие и духовные позиции.

Здоровье человека связано не только с его физическими потребностями и их реализацией, но и с духовными потребностями и уровнем достижения в этой сфере. Это определяет, насколько данный человек – творец своей судьбы, счастья, здоровья.

“Жизнь исполнена здоровьем в той мере, в какой человек рассчитывает только на присущие ему человеческие силы для восприятия единства с миром через разум, любовь и продуктивную деятельность... Действительность становится пустой, когда человек стремится жить, исходя не из собственных сил, а пытается заполнить жизнь с помощью surrogate, заменителей и “костылей” (Э. Фромм).

Среди российских ученых проблеме психического здоровья уделил большое внимание Владимир Михайлович Бехтерев. Во многих выступлениях и публикациях Бехтерев проводит мысль, что борьба за свободу личнос-

ти есть в то же время борьба за ее здоровое развитие. Бехтерев особо подчеркивал определяющее влияние социально-экономических условий на распространение душевных расстройств, и особое значение придавал вопросам психогигиены и профилактики психических заболеваний, охраны здоровья, воспитания в целях формирования и сохранения психического здоровья.

На рубеже XX-XXI веков в недрах медицинской психологии, психиатрии и психопатии накоплен огромный опыт противодействия психическому нездоровью. Психическое здоровье людей – неперемное условие социальной стабильности общества. Однако сегодня мы видим катастрофическое увеличение уровня психического нездоровья, к которому можно отнести не только психиатрические заболевания, но и хронический стресс, алкоголизм, наркоманию и другие болезни общества.

С одной стороны - это результат социальной, политической и экономической нестабильности, с другой стороны – низкий уровень психического здоровья в обществе порождает такие аномалии как информационная агрессия средств массовой информации

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА СВЯЗАНО НЕ ТОЛЬКО С ЕГО ФИЗИЧЕСКИМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ И ИХ РЕАЛИЗАЦИЕЙ, НО И С ДУХОВНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ И УРОВНЕМ ДОСТИЖЕНИЯ В ЭТОЙ СФЕРЕ

(низкий уровень культуры, отсутствие морали, психопатогенность массовой культуры).

В этом замкнутом круге создается благоприятная среда для процветания психопатологий и патологий вообще. Внедрение в массовое сознание потребительской философии отнюдь не способствует гармонизации личностного развития и доминированию психического равновесия в социуме.

Современный человек еще не до конца осознал, что достижения в области материальной культуры не способны дать ощущения полного счастья. Эти достижения являются лишь фоном, на котором строится счастье за счет познания себя, других, расширения и углубления межличностных связей, проникновения в глубины и тайны человеческой культуры.

Всестороннюю полноту человечес-

кой жизни как непреходящей ценности обуславливает здоровье. Ценность человеческой жизни является абсолютной ценностью, так как жизнь – это единственное условие и критерий для существования любой другой ценности. Наше здоровье зависит от множества причин, в основе которых лежат социально-психологические закономерности (В.А. Ананьев). По модели обусловленности здоровья основными и определяющими факторами риска являются: образ жизни - 50-55%, внешняя среда - 20-25%, генетический риск - 15-20%, здравоохранение - 8-10% (Лисицин, Петленко, 1992).

Сравнивая ретроспективный и проспективный подходы, можно заметить, что современная медицина – ретроспективная наука, которая ищет причины уже существующей болезни, интегративная медицина – проспективная наука, опирающаяся на стратегические задачи сохранения, укрепления и развития здоровья.

Для решения этих стратегических задач требуется осознанное участие самого человека, его изначальная ориентация на здоровье. Осознанная личность – это показатель психической (духовной) зрелости человека, способного вырабатывать свою собственную мораль, не расходящуюся с вечными нормами гуманистической морали, выработанными человечеством в процессе эволюции.

Зрелый человек способен к самостоятельному формированию здорового стиля жизни. Можно выделить пять факторов мотивации, существенных для здорового образа жизни:

- знание того, какие формы поведения способствуют нашему благополучию и почему;
- желание быть хозяином своей жизни, вера в то, что здоровое поведение даст положительные результаты;
- положительное отношение к жизни – взгляд на жизнь как на высочайшую целесообразность;
- развитое чувство самоуважения;
- развитое чувство прекрасного, уважение к другим людям, единение с природой.

Зрелость, как показатель психического здоровья человека, является той планкой, к которой движется в процессе своей жизни каждый человек.

Как показывает современная статистика, достигают этой планки лишь немногие, и основная причина – психологическая.

Биологическое взросление далеко не всегда по времени совпадает с психологическим, с духовным. Иногда, даже на исходе своей жизни, человек так и не достигает своей зрелости, не формирует ответственности за свое здоровье, потомство и судьбу. Чаще всего такие

люди тяготеют к асоциальным нормам поведения или склонны к хроническим заболеваниям, в преклонном возрасте склонны к психопатологии.

Эти рассуждения подчеркивают важность целостного подхода к лечению и оздоровлению человека с учетом его психологических, интеллектуальных и творческих возможностей.

Творческая реализация человека подчеркивает его социальную включенность, ведь любой продукт творческой деятельности (книга, музыка, проект, вещь) предполагает передачу его людям.

Психология здоровья стремится выстроить психосоматическое развитие человека в творческий процесс преобразования себя и окружающей действительности, системы взаимоотношений

ЗРЕЛЫЙ ЧЕЛОВЕК СПОСОБЕН К САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО СТИЛЯ ЖИЗНИ

с этой деятельностью, что и есть креативный процесс отлаживания адаптационно-компенсаторных механизмов, то есть приведение человека к полному здоровью.

“Здоровье – это состояние равновесия (баланс) между адаптационными возможностями (потенциал здоровья) организма и постоянно меняющимися условиями среды” (Петленко, 1996, с. 24).

Адаптационные возможности складываются из нескольких составляющих ресурсов человека:

- интеллектуальный ресурс и умение им пользоваться;
- волевой ресурс и способность к самореализации;
- эмоциональный ресурс и способность к творческому самовыражению;
- физический ресурс и способность регулировать свое физическое состояние;
- социальный ресурс и способность к социальной реализации, коммуникации.

Таким образом, мы видим наличие психической составляющей, прежде всего в области профилактической медицины. В области интегративной медицины психическая составляющая становится той основой, на которой может выростить целостный подход к человеку не только как к организму, но как сознательному существу, обладающему потенциальными возможностями.

Психика человека – это то непознанное до сих пор явление, которое еще долгое время предстоит познавать человечеству. Но известно давно, что именно в психическом (духовном) человек проявляет свои невероятные возможности и это высшее проявление и

отличает человека в общем, эволюционном процессе.

Определенные достижения на пути познания глубин человеческой психики и первых этапов формирования ее во внутриутробном периоде имеет перинатальная психология. Глубинные психические связи в системе мать-отец-дитя, перинатальная память, ресурсы психического развития – это те направления, в которых развивается перинатальная психология. Обеспечение нетравматичного рождения ребенка – важная практическая часть перинатальной психологии, которая позволила создать систему комплексной подготовки к материнству и отцовству. Эту систему можно отнести и к профилактической медицине, если учесть, что методы перинатальной психоло-

гии позволяют обеспечить профилактику акушерских патологий и патологий ребенка.

В 2005 г. Российской ассоциацией перинатальной психологии и медицины планируются развитие совместных исследовательских и практических направленных проектов с Межрегиональной ассоциацией интегративной медицины (ВМА).

Литература:

1. Бехтерев В.М. Личность и условия ее развития и здоровья. СПб., 1905.
 2. Братусь Б.С. Аномалии личности. М., 1980.
 3. Гулина М.Н. Внутренняя гармония и психическое здоровье. Практическая психология. СПб., 1993.
 4. Коваленко Н.П. Перинатальная психология. СПб., 2002.
 5. Коваленко Н.П. Психология успеха. СПб., 2000.
 6. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. М., 1975.
 7. Меграбян А.А. Личность и сознание. М., 1978.
 8. Платонов К.К. Проблема способностей. М., 1972.
- Психология здоровья. Под ред. Г.С. Никифорова. СПб., 2000.

**IUFS ART CENTER
IUFS FACULTY OF ARTS & WORLD CULTURE**

International University of Fundamental Studies, St. Petersburg, Russia
<http://www.iufs.edu> E-mail: info@iufs.edu

BUSINESS PROPOSAL

IUFS Art Center – Faculty of Arts & World Culture offer International Art and Culture Projects continues the development of the spiritual humanitarian traditions in Russia and mutual cooperation with different world culture centers.

Thus the foreign ministries and departments, companies and culture art establishments, business centers, producers are offered to undertake the grand cycle of concert, theatre, exhibition, educational, publishing, sport, tourist and cinema programs intended for to intensify and renew integration processes between Russia and Asian countries, Australia and the USA.

The main idea of this cultural project is mutual cooperation, according to the principle of cultural exchanging and mutual enrichment by the professional, traditional and amateur collectives of the cooperating countries. The IUFS Art Center offers the tours of the following collectives

1. State Russian Ballet Theatres of St. - Petersburg, Moscow, Voronezh, Minsk, Kiev (ballets «Swan Lake», «Giselle», «Sleeping Beauty», «Nut-Cracker» etc.)
2. Gala-concert «St. - Petersburg Ballet stars»-soloists of the Mariinsky Theatre, Mussorgsky Opera and Ballet Theatre and the State Rimsky-Korsakov Conservatoire Russian Ballet Theatre.
3. Imperial Orchestra of the Russia Folk Instruments involving vocal soloists and the performers of the Russian folk songs and romances



4. Russian Cossack Songs and Dances Ensemble:
The Don, Cuban, Voronezh, Altai, Siberian, Neva.
5. Symphony and Chamber Orchestras of the State Philharmonics of St. Petersburg, Moscow.
6. Ensembles (quartets, quintets) of strings, wood winds and brass involving the soloists from state philharmonics, high music institutes, colleges and schools of St. Petersburg and Moscow.
7. Choirs of Russian classics, folk and ecclesiastic music (St. Petersburg, Moscow)
8. Imperial Russian Horn Kapelle (St. - Petersburg, exclusive ones)
9. Ensemble of Magic Dances of the Far North (Yakuts, Chukchi, Evenks) “Aurora Borealis” (St. Petersburg, exclusive ones)
10. Ensemble of the Russian gypsies “Romen” (St. Petersburg, exclusive ones)
11. Russian Arts Academy: pedagogical skill classes of music schools, drawing, theatre, and sinema studios. The St. Petersburg and Moscow conservatories, institutes, colleges, art academies.

More detailed information and agreement bargains concerning the Art Centre are accessible by e-mail.
All business proposals and projects of personal cultural programs from companies and country representatives interested in the IUFS Art Center Cultural Programs are welcome.



Programme Founder /President/CEO IUFS : Prof Shanti P. Jayasekara

Programme Director - IUFS Art Center : Dr. Yuri Simakin

АРТ-ЦЕНТР МУФО (Санкт-Петербург),
продолжая и развивая духовно-гуманитарные традиции России,
направленные на расширение и укрепление интеграционных процессов между
народами предлагает вниманию зарубежных Министерств и ведомств,
компаний и учреждений культуры и искусства, бизнес-центров, продюсеров
большой цикл концертных, театральных, выставочных, образовательных,
спортивных, туристических и кино программ.

Миссией взаимодействия продиктован главный принцип организации
культурных программ. Его основой является культурный взаимообмен
и взаимообогащение достижениями профессиональных, традиционных
и самодеятельных коллективов взаимодействующих сторон.

Арт-центр МУФО (Санкт-Петербург)
предлагает гастроли следующих коллективов:

1. Государственные театры Русского балета Санкт-Петербурга, Москвы,
Воронежа, Минска, Киева (балеты “Лебединое озеро”, “Жизель”, “Спящая красавица”,
“Щелкунчик” и др.).
2. Гала-концерт “Звезды балета Санкт-Петербурга”, - солисты балета
Мариинского театра, Театра оперы и балета им. М.П. Мусоргского, и Театра
Русского балета Государственной консерватории им. Н.А. Римского-Корсакова.
3. Императорский оркестр русских народных инструментов при участии
солистов вокала, исполнителей русских народных песен и романсов
4. Ансамбли песни и танцев российских казаков: донских, кубанских,
воронежских, алтайских, сибирских, невских.
5. Симфонические и камерные оркестры государственных филармоний
Санкт-Петербурга, Москвы.
6. Ансамбли (квартеты, квинтеты) струнных, деревянных и медных духовых
инструментов при участии солистов государственных филармоний, высших
музыкальных учебных заведений, колледжей и школ Санкт-Петербурга и Москвы.
7. Хоровые коллективы русской классической народной и духовной музыки
(Санкт-Петербург, Москва)
8. Императорская Русская роговая капелла. (Санкт-Петербург, эксклюзив)
9. Ансамбль магических танцев народов Крайнего Севера (якуты, чукчи,
эвенки) “Северное сияние”. (Санкт-Петербург, эксклюзив)
10. Ансамбль русских цыган “Ромен”. (Санкт-Петербург, эксклюзив)
11. Русская Академия Искусств: мастер-классы педагогического мастерства школ
музыки, танца, живописи, театра и кино. Консерватории, институты, колледжи,
академии искусств Санкт-Петербурга и Москвы.

Для получения более подробной информации, а также заключения
контрактных отношений АРТ-центр МУФО Санкт-Петербург готов к диалогу по электронной почте,
в том числе и по личным контактам в России и за рубежом.

Ждем деловых предложений и проектов собственных культурных программ
от фирм и представителей стран,
заинтересованных в сотрудничестве с Арт-центром МУФО (Санкт-Петербург).

Арт-центр МУФО, а/я 59, Санкт-Петербург-191049, Россия

E-mail : info@mufo.ru , www.mufo.ru

E-mail : info@iufs.edu, www.iufs.edu

Tel. 812-717-9605



Дух времени

научный журнал
для всех и для каждого
Адрес редакции:
Санкт-Петербург,
улица 2-я Советская, дом 4, офис 89
Тел. 812-717-9605
E-mail: info@spiritoftime.net
info@mufo.ru
www.iufs.edu
www.mufo.ru

Spirit of Time,

IUFS Press Center, House No. 4, St.
Petersburg -193036, Russia
Tel. 812-717-9605
E-mail: info@spiritoftime.net
web:www.spiritoftime.net

**Статьи предлагаемые для публикации
в журнале “Дух времени” просим направлять
по электронной почте e-mail: info@mufo.ru**

Желательно чтобы материал для публикации соответствовал
общепринятой схеме:

1. Актуальность заявленной темы
2. История вопроса
3. Основная суть вопроса и его научная новизна
4. Обоснование предлагаемого решения (основной материал)
5. Доступность изложения
6. Выводы (заключение)
7. Список литературы

Статья должна удовлетворять следующим требованиям:

1. Объем материала не более 30 000 знаков (без пробелов).
2. Материал оформляется в редакторе WORD.
3. Необходимо предоставить две фотографии автора.
4. Рисунки, фотографии и таблицы должны быть интегрированы в текст статьи а так же прилагаться отдельными файлами в формате TIFF, JPEG, Corel, EPS (Разрешение 300 dpi).

Желательно чтобы материал статьи содержал ссылки на работы ученых МУФО. Материал для публикации направляется на рассмотрение редколлегии журнала и на экспертизу Ученого Совета МУФО.

Материал может быть отклонен или направлен на доработку.

Публикация в журнале “Дух времени” осуществляется на платной основе. Рукописи не возвращаются и не рецензируются.

Дух времени

(Spirit of Time)научный журнал
для всех и для каждого

IUFS Press Center,
Пресс-Центр МУФО

ISBN 5-7443-0066-x
Издательство «Ut»
Санкт-Петербург

Подписано в печать
Формат А4
Заказ

Отпечатано в типографии
ЗАО «ПРОГРАММА»
Санкт-Петербург,
ул. Кирочная д. 23
тел. 595-98-53

УЧРЕДИТЕЛЬ / Published by :

IUFS Press Center
Пресс Центр МУФО,
Международный Университет
Фундаментального Образования
(МУФО)

ГЛАВ РЕДАКТОР /Editor in Chief :

Шанти П. Джаясекара
Shanti P. Jayasekara

ЗАМ ГЛАВ. РЕДАКТОРА/Sub Editor :

Иезуитов А.Н. - Iezuitov A.N.

ВЕДУЩИЙ РЕДАКТОР/Leading Editor:

Сисира К. Джаясекара
Sisira K. Jayasekara

РЕДАКТОРЫ/Editors:

Симакин Ю.А. Simakin Yu. A,
М.Самаракоон - M. Samarakoon
Кузнецов Б.П - Kuznetsov B.P.

ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР:

Щуров К.С.

СЕКРЕТАРЬ/Secretary:

Лапкина Л.-Lapkina L.A

АВТОРЫ:

Иезуитов А., Шанти П. Джаясекара,
Высочин Ю.В., Лукоянов В.П.,
Лукоянов В.В., Симакин Ю.А.,
Владыко Антоний, Чиф Игл (США),
Роберт Хил, Роберт Никсон,
Данченко А.Н, Аввакумов М.Н.,
Сисира К. Джаясекара,
Сологубов В.В., Сорокин О.Н.,
Дубовский Л.Я., Боровков Е.И.

ВЫСШАЯ АТТЕСТАЦИОННАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ КОМИССИЯ (ВАКК) «ГРАНД-ДОКТОР ФИЛОСОФИИ»



По Распоряжению Ректора от 31 января 2006 года при МУФО, аффилированного и аккредитованного как отделение Оксфордской образовательной сети (Великобритания), и на основании Договора от 23 января 2006 года с Европейской Академией Информатизации (Бельгия) совместно с Всемирным информационно-распределительным университетом (Бельгия – США) создана Высшая Аттестационная Квалификационная Комиссия (ВАКК) по присуждению Международной Ученой Степени Гранд Доктора Философии – Grand PhD.

Председатель ВАКК – Ректор МУФО, академик, профессор
Шанти П. Джаясекара.

Заместитель Председателя - академик, профессор,
Гранд Доктор Философии **А.Н. Иезуитов.**

ВАКК обладает правом присуждать Международную Ученую Степень «Гранд Доктора Философии» и звание «Полный Профессор».

Высшей Международной ученой степенью является степень «Гранд Доктор Философии» применительно к определенной области знания, входящей в группу наук: общественных, естественных технических, медицинских и гуманитарных. Основным критерием для получения искомой степени тем или иным соискателем является конкретная мера реализации и развития им основных идей «Философии взаимодействия» (ФВ), универсальной и всеобъемлющей по своей сути, в области научной деятельности соискателя, входящей в определенную группу наук. Каждая из групп наук и входящая в нее конкретная наука обладают определенными философскими представлениями, которые имеют определенную специфику в связи со своеобразным предметом изучения, методами его исследования и т.д. Эти представления находятся во взаимодействии с ФВ. Конкретные науки по своему изучают реальную сущность различных явлений, как особого рода взаимодействие образующих эти явления различных начал, в конечном счете материального и духовного.

Общее требование к любому соискателю и его работе: открытие и обоснование нового направления в науке, что позволяет по новому понять и объяснить существенные и ранее не изученные или слабо изученные реальные явления в конкретной области знаний как взаимодействию присущих этим явлениям различных начал, неизвестных ранее или слабо изученных. Принципиальная практическая ценность сделанного открытия в данный момент и на перспективу.

Конкретные результаты, которые получил соискатель в области знаний, входящей в определенную группу наук, оценивают специалисты в данной области знания (2), делая акцент на философской значимости работы соискателя и на реальной соотношении такой значимости с ФВ, ее основными положениями. Собственно, философский аспект работы оценивает специалист по ФВ (1): в чем именно ФВ оказалось уточненной и дополненной, расширенной и углубленной. Число таких специалистов со временем будет расти, как и число специалистов в конкретных областях знания, значительно развивших и обогативших ФВ своими оригинальными трудами.

Аккредитация Международного Университета Фундаментального Обучения (МУФО) и его членов

Оксфордская образовательная сеть, Великобритания (Oxford Educational Network, UK).

Национальная академия высшего образования, США, Вашингтон (National Academy of Higher Education, USA, Washington).

Международная университетская аккредитационная ассоциация, Калифорния, США, Пасадена (International University Accrediting Association, CA, USA, Pasadena)

Международный Межакадемический Союз, Россия Москва (International InterAcademic Union, Russia Moscow))

Аккредитационная комиссия качественного образования в Испании, Мадрид (Educational Quality Accrediting Commission, Spain, Madrid).

Кристомас консорциум Лондон, Великобритания (Christhomas Consortium London, UK).

ООН США, Вашингтон (United Nations Association UNA – USA, Washington)

Всемирная Федерация ООН Швейцария, Женева (WFUNA World Federation of United Nation Association, Geneva)

ЮНИСЕФ, США, Вашингтон (UNICEF, USA, Washington).

Международная комиссия по высшему образованию, США, Хьюстон (International Commission for Higher Education, USA, Houston).

Американская федерация астрологов (American Federation of Astrologers, AZ Tempe)

Всемирная ассоциация университетов и колледжей (World Association of Universities and Colleges, USA, Beverly-Hills)

Европейская Академия Информатизации, Бельгия, Брюссель (European Academy of Informatisation Belgium, Brussel)

Всемирный Международный распределительный Университет, Бельгия, Брюссель (WORLD INFORMATION DISTRIBUTED UNIVERSITY, Belgium, Brussel)

Международная Академия “Информация, Связь, Управление” (МАИСУ) Россия, Санкт-Петербург. (INTERNATIONAL ACADEMY OF INFORMATION COMMUNICATION, CONTROL, Russia, Sankt-Petersburg)

Австралийско-Азиатский Институт Гражданского Управления, Австралия, Квинсленд (Australian-Asian Institute of Civil Leadership, Australian, Queensland)

Австралийская Академия И.С. Баха Музыкальных искусств и наук, Австралия, Квинсленд (J.S. Bach Academy of Music, Arts, Letters and Sciences, Australian, Queensland)

Австралийское Общество Музыкологии и Композиции, Австралия, Квинсленд (Australian Society of Musicology and Composition, Australian, Queensland)

Американский Союз Гражданских свобод (American Civil Liberties Union, USA, Washington, USA)

Фулбрайт ассоциация (Fulbright Association, Washington), USA

Институт международного образования (Institute of International Education, New York, Washington. Moscow).

Международная ассоциация педагогов - миротворцев, США International Association of Educators for World Peace, USA (UN, UNICEF)

МУФО зарегистрирован регистрационной палатой города Санкт-Петербурга (государственный регистрационный 76034, лицензия 4058-Д77).

