

УДК 1:61:17:82

## ПРАВОСЛАВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ В ОБЛАСТИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК И МЕТОДОВ

**Каланчина Ирина Николаевна**

Кандидат философских наук, доцент кафедры гуманитарных дисциплин. Алтайский государственный аграрный университет. Барнаул, Россия. E-mail: kalanchina62@mail.ru

**Апенышева Людмила Григорьевна**

Кандидат философских наук, доцент кафедры гуманитарных дисциплин. Алтайский государственный аграрный университет. Барнаул, Россия. E-mail: apen-000@mail.ru

## ORTHODOX DIRECTION IN MODERN RESEARCH IN THE FIELD OF HEALTH PRACTICES AND METHODS

**Kalanchina Irina Nikolaevna**

Candidate of Philosophy, Associate Professor. The Humanities Department of the Altai State Agricultural University. Barnaul, Russia. E-mail: kalanchina62@mail.ru

**Apenysheva Lyudmila Grigoryevna**

Candidate of Philosophy, Associate Professor. The Humanities Department of the Altai State Agricultural University. Barnaul, Russia. E-mail: apen-000@mail.ru

### Следует цитировать / Citation:

*Каланчина И. Н., Апенышева Л. Г.* Православное направление в современных исследованиях в области оздоровительных практик и методов // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. — 2019. — № 5 (16). — С. 48–53. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.

*Kalanchina I. N., Apenysheva L. G.* Orthodox Direction in Modern Research in The Field of Health Practices and Methods. Health, Physical Culture and Sports. 2019, 5 (16), pp. 48–53 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.

Поступило в редакцию / Submitted 01.11.2019

Принято к публикации / Accepted 29.11.2019

**Аннотация.** С позиций православия предполагается, что причинами многих заболеваний является дисгармоничное психологическое состояние, разбалансированность этического сознания человека, в том числе связанная с нарушением заповедей. Показательно, что этот подход вполне созвучен апробированным восточным философско-религиозным традициям очищения, воспитания, гармонизации и комплексного оздоровления человека, но при этом не исключаются сугубо медицинские методы оздоровления и лечения. Неслучайно сегодня ряд исследователей констатируют становление целого направления в сфере оздоровления, в рамках которого не только церковнослужители, но и ученые из различных областей зна-

ний и наук о человеке приходят к осознанию необходимости развития сердечного, а по сути, нравственного восприятия мира и человека. Значительная часть ученых также отмечают, что без понимания тонкой энергетической природы человека (энергоинформационного плана) медицина, несмотря на колоссальные шаги вперед в сфере новых технологий, все же не может считаться завершенной системой знаний. Поэтому на границе данного парадигмального перехода в современной науке начинают зарождаться информационные медицинские технологии, все более становится приемлемой позиция, при которой считается, что лечить нужно не только тело, но и душу человека — в их комплексе. С одной стороны, такой подход не отрицает достижений медицины, а с другой — в ряде серьезных недугов усматривает духовно-нравственные причины и разрабатывает методы их устранения. Поэтому православное направление в современной медицине имеет серьезные перспективы и, возможно, станет одной из составляющих медицины ближайшего будущего.

**Ключевые слова:** философия здоровья, православное направление в современных оздоровительных практиках, нравственные основы психосоматического состояния, метафизика сердца.

**Abstract.** From the point of view of Orthodoxy, it is assumed that the causes of many diseases are disharmonic psychological condition, imbalance of ethical consciousness of man, including related to violation of commandments. It is indicative that such an approach is quite in line with the proven Eastern philosophical-religious traditions of cleansing, education, harmonization and comprehensive rehabilitation of mans. But, of course, in no case are strictly medical methods of health improvement and treatment excluded. Today it is no accident that a number of researchers declare the emergence of a whole direction in the sphere of health improvement, Within the framework of which not only church servants, but also scientists from various fields of knowledge and sciences about man come to the realization of the need for the development of the heart, A large number of scientists also note that without understanding the subtleties of the energy nature of man (Energy Information Plan) medicine, despite huge steps forward in the field of new technologies, cannot yet be considered a full-fledged knowledge system. Therefore, at the border of this transition, information medical technologies are beginning to emerge in modern science, and it is increasingly acceptable that it is considered that it is necessary to treat not only the body, but also the soul of the person in their complex. On the one hand, such an approach does not deny the achievements of medicine, and on the other, in a number of serious ailments sees spiritual and moral causes and develops methods of their elimination. Therefore, the Orthodox direction in modern medicine has serious prospects and can become one of the components of medicine of the near future.

**Keywords:** philosophy of health, Orthodox direction in modern health practices, moral foundations of psychosocial condition, metaphysics of the heart.

**А**ктуальность. Проблема сохранения здоровья в современном мире с каждым годом приобретает все более острое звучание. Если же говорить о ситуации в нашей стране, то Россия по многим заболеваниям находится в первой десятке в мире. При этом не только в философских, социологических, психологических, но непосредственно в медицинских исследованиях все чаще стала звучать тема взаимосвязи между нравствен-

ным состоянием и соматическим здоровьем. Поэтому сегодня, в период цивилизационного кризиса, подход к здоровью человека с религиозных позиций, в частности, православного учения, приобретает особое звучание, ибо человечество остро нуждается в нравственно обоснованном, цельном мировоззрении, способствующем преодолению «раздробленности» в изучении и понимании многогранной природы человека, в гармонизации телесной

и духовной сторон его жизни. Православное направление в современных оздоровительных практиках — явление новое, но в то же время его можно рассматривать и как «хорошо забытое старое». В настоящее время оно представлено трудами таких современных исследователей, как Д. А. Авдеев, Н. Д. Гурьев, В. К. Невярович, О. Г. Сыропятов и др. Опирается данное направление на целостный подход, в основу которого положено триединство человека «дух — душа — тело», и представляет собой определенный синтез научных и религиозных знаний.

**Цель и задачи исследования.** Цель данной работы — обосновать нелинейную взаимосвязь между нравственным сознанием человека и уровнем его психосоматического здоровья. В качестве задач предлагается эксплицирование с позиций православного мировосприятия основных маркеров уровня нравственного сознания, влияющих на общее состояние здоровья человека; а также обоснование с помощью реальных фактов существования такой взаимосвязи.

**Методы исследования.** В данной работе применены методы сравнительного анализа и концептуального синтеза, аналогии, а также элементы герменевтического и системного анализов.

**Результаты и их обсуждение.** С позиций православия предполагается, что причинами многих заболеваний является дисгармоничное психологическое состояние, разбалансированность этического сознания человека, в том числе связанная с нарушением заповедей. Иными словами, перефразируя известное изречение, можно сказать, что не только «в здоровом теле — здоровый дух», но и «здоровьем духа определяется здоровье тела». Показательно, что этот подход вполне созвучен восточным философско-религиозным традициям очищения, воспитания, гармонизации и просветления всех сторон природы человека. Но при этом, конечно же, ни в коем случае не исключаются сугубо медицинские методы оздоровления и лечения.

В православном направлении в сфере оздоровительных практик принято подразделять болезни на телесные, душевные и духовные, которые имеют соответствующие характеристики:

1. Телесные болезни определяются как те, в основе которых лежит изменение структуры тканей человека, приводящее к нарушению нормальной работы органов и систем.

2. Душевные болезни — это болезни, связанные с изменением состояния психологической и психической сферы. Их причины принято связывать с нарушением норм общественной морали, с негативными процессами в ментальной сфере.

3. Духовные заболевания — это такие заболевания, при которых происходят деструктивные процессы, связанные с нарушением универсальных этических принципов бытия, которые часто бывают вызваны в первую очередь такими негативными качествами человека, как гордость, тщеславие, леность, гневливость, блудная страсть, властолюбие и сребролюбие.

Опыт духовных наставников показывает, что неосознаваемые экзистенциальные проблемы, влекущие психосоматические инверсии, могут быть эксплицированы в частных беседах или на исповедях, что впоследствии через сублимацию способствует их разрешению. Так, Н. Д. Гурьев отмечает, что «врачующими качествами могут быть качества, противоположные грехам и требующие изменения сложившегося стереотипа поведения» [1, с. 80].

При этом священник или же духовный отец прежде всего должен исцелиться сам от своих немощей и быть богословом [1, с. 80]. Митрополит Иерофей (Влахос) на основе Добротолюбия, сочинений исихастов, творений св. Григория Богослова, Григория Паламы, Иоанна Златоуста и других написал святоотеческий курс врачевания души, в котором он отмечает, что православный подход к оздоровлению и гармонизации мира внутренних переживаний человека приводит в большинстве случаев к положительным результатам. Автор делает вывод, что зачастую душевное расстройство происходит от грязных мыслеобразов, недостойных мыслей и нечистого сердца. Главная цель при оказании помощи людям с такими расстройствами состоит в том, чтобы, по словам отца греческой церкви Григория Паламы, вернуть «рассеянный по внешним ощущениям ум» из внешнего мира в сердце, эту «сокровищницу помыслов» и «первый телесный ра-

зумный орган» [2, с. 43]. Библейское предание говорит о том, что сердце заболевает, когда «не исполняет волю Божью, а идет на поводу у диавола, который входит в сердце человека и пленяет его». В этом случае сердце как бы покрыто неким облачком или покрывалом.

Митрополит Иерофей отмечает, что оказание помощи со стороны священника должно сопровождаться покаянием самого «болящего», которое является важным фактором для исцеления душевного недуга. Чем более осознанно и глубже раскаяние в негативных, аморальных поступках, тем больше шансов на положительный результат. «Боль духовного сердца помогает собрать вместе все силы нашей души. Тогда ум с большой легкостью пригвождается к сердцу и обращается на него» [3, с. 183]. Искреннее покаяние «вызывают ощущение тепла в сердце», которое может ощущать и тело. Эти ощущения часто являются маркером начала процесса духовного возрождения, которое проявляется и в активизации телесной активности.

По учению святых отцов, болезнь — это время, когда человек может обратиться к высшим основам бытия, иметь возможность для саморефлексии и «беседы с Божественным», что является одним из путей к духовному совершенствованию человека. Эти процессы, как правило, протекают имплицитно, но через определенное время можно увидеть результат, который проявляется как новый уровень нравственной зрелости и насыщения душевной жизни человека. Таким образом, при сочетании медицинского воздействия и контроля с религиозно-этической саморефлексией болезнь может окончиться выздоровлением как от телесного, так и духовного недуга [4, с. 251]. Но при этом важно, чтобы, испытывая душевные страдания, человек сумел переосмыслить свои аморальные мысли и поступки и раскаялся в них. Неслучайно сегодня при многих больницах в нашей стране действуют православные храмы, которые, по словам как больных, так и медицинского персонала, действительно помогают повышать вероятность позитивной динамики в процессе лечения.

Также практикующие врачи отмечают ряд закономерностей в связи с тем, когда успех духовной помощи частично определяется тем,

насколько светло и спокойно на душе больного, насколько открылся он по отношению к медицинскому персоналу. Негативные же эмоции только усугубляют течение болезни, снижают эффективность процедур и действие лекарственных препаратов. В прошлом этот феномен был обнаружен и зафиксирован известным ученым и врачом Н. И. Пироговым, которые отмечал, что «моральное состояние больного (раненого) влияет на скорость его выздоровления» [5, с. 70–71].

Идеалом православного врача, соединившим и большие научные знания и священнический опыт духовной помощи, по справедливости считают известного врача, священника XX в. Валентина Феликсовича Войно-Ясенецкого. О таких, как он, справедливо говорят — «врач от Бога». В 1921 г. он принял сан архиепископа под именем Луки. Впоследствии, имея высшее медицинское образование и врачебный опыт, он становится еще и врачом духовным. Ю. Н. Фокин пишет о нем: «Он, добровольно совместив в едином интеллекте науку и религию, соединил в одной душе и служение хирурга — врачевателя тела, и служение священника — врачевателя душ верующих» [5, с. 116]. В. Ф. Войно-Ясенецкий полагал, что врач, опираясь на православие, может выявлять признаки и причины духовного неблагополучия и помогать устранять их при комплексном лечении и применении медицинских средств и методов. Также известны случаи, когда при явно неблагоприятном диагнозе, который исключал выздоровление, работая в военном госпитале, Войно-Ясенецкий во время хирургических операций, по словам очевидцев, буквально творил настоящее чудо — и больной возвращался в строй и впоследствии проживал долгую полноценную жизнь.

Необходимо более подробно остановиться на важном свойстве поста в процессе исцеления от многих заболеваний. Конечно, эти меры должны применяться по назначению врача и под медицинским контролем. Показательно, ряд современных медико-биологических исследований свидетельствуют о том, что периодическое соблюдение поста не только безопасно для здоровья, но и в определенных случаях является оптимальным режимом питания

для профилактики целого комплекса заболеваний. Однако необходимо отметить, что, помимо поста телесного, подразумевается и пост духовный, который включает в себя: ограничение внешних хаотичных впечатлений; контроль над качеством поступающей информации; возможность уединения, позволяющая человеку «остановиться и подумать», отрешиться от своих мыслей, поступки и осуществить главную цель поста — покаяние [6, с. 178]. Как писал И. Брянчанинов, «... покаяние, и все из чего оно составляется, как то: сокрушение или болезнование духа, плач сердца, слезы» (цит. по: [4, с. 232]).

Но следует подчеркнуть, что в ряде случаев те или иные заболевания в силу своей симптоматики допускают послабление физического поста во имя сохранения здоровья пациента. И здесь на первое место выходит пост духовный. Как мы уже указывали выше, сегодня известно не только служителям церкви, но и медицинским работникам, что развитию многих заболеваний человека часто способствуют нарушения, связанные с нравственным сознанием и поведением человека. Определяя сердце средоточием жизненной силы и энергии, многие исследователи православного направления отмечают, что физическое и духовное здоровье человека зависит прежде всего от того, в каком состоянии находится его сердце. Причем сердце и как физиологический орган, и как носитель высшего «я», высших духовных энергий. Если последние не развиты, а человек не уделял должного внимания их развитию, то это влечет за собой проявления в той или иной мере расстройств в сфере межличностных и социальных связей, что, в свою очередь, чревато возникновением психосоматических, а впоследствии соматических расстройств, в том числе нарушений в работе сердечно-сосудистой системы.

Еще русский философ Г. С. Сковорода писал: «Пророк называет человеком сердце» [7, с. 129]. А Б. П. Вышеславцев отмечал: «Сердце является центром жизни вообще — физической, духовной и душевной...» [8, с. 80]. Известный православный старец Порфирий Кавсокаливит также говорил о единстве душевно-телесной сущности человека, поэтому он считал, что при лечении телесных заболеваний необходимо исходить из неразрывной связи между нравственным уровнем

человека и его физическим телом [6, с. 290]. Порфирий указывал, что замечена закономерность, проявляющаяся в том, что общепризнанные религиозные подвижники практически не подвержены инсультам и инфарктам.

Убедительно подтверждают подлинность основных положений православного подхода к оздоровительным практикам результаты исследований, которые проводились в Институте математики сердца (Калифорния, США). Полученные в этом институте эмпирические данные прямо соотносятся с древнейшими знаниями о сердце как органе духовного сознания: «Сердце — не простая «помпа», но очень сложный, самоорганизующийся информационный центр со своим собственным «мозгом»... Сердце создает сильное ритмизированное электромагнитное поле вокруг тела. Мозг и клетки тела постоянно «омываются» этим полем, которое может регистрироваться чувствительными приборами на расстоянии нескольких футов от тела... Сердце обладает подлинной сложной нервной системой, которая может быть классифицирована как «маленький мозг» [9]. Сложная схема этого мозга позволяет ему действовать независимо от головного мозга — познавать, учиться и даже чувствовать и переживать... Энергетические взаимодействия, в которые включено сердце, лежат в основе феномена интуиции и других важных аспектов человеческого сознания» [5].

**Заключение (рекомендации).** Таким образом, можно говорить о становлении целого направления в сфере оздоровления, когда не только церковнослужители, но и ученые из различных областей знаний и наук о человеке приходят к осознанию необходимости развития сердечного, а по сути, нравственного восприятия мира и человека. А для этого необходим высокий общий уровень образования, этического воспитания и общей культуры. Значительная часть ученых также отмечают, что без понимания тонкой энергетической природы человека (энергоинформационного плана) медицина, несмотря на колоссальные шаги вперед в сфере новых технологий, все же не может считаться завершенной системой знаний [10].

Поэтому на базе данного мировоззренческого сдвига в современной науке начинают

зарождаются информационные медицинские технологии, все более становится приемлемой позиция, при которой считается, что лечить нужно не только тело, но и душу человека — в их комплексе. С одной стороны, такой подход не отрицает достижений медицины, а с другой — в ряде серьезных недугов

усматривает духовно-нравственные причины и разрабатывает методы их устранения. Поэтому православное направление в современной медицине имеет серьезные перспективы и, возможно, в ближайшем будущем станет одной из составляющих системы здравоохранения.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Гурьев Н. Д. Страсти и их воплощение в болезнях (соматических и нервно-психических). М. : Экоспром : Арго-книга, 2000. 192 с.
2. Григорий Палама. Триады. Слово в защиту священнобезмолствующих. М. : Канон, 1995. 383 с.
3. Иерофей (Влахос), митрополит. Православная психотерапия / пер. с греч. А. М. Крюкова; Свято-Троицкая Сергиева Лавра. Сергиев Посад, 2004. 368 с.
4. Православная церковь и современная медицина / под ред. С. Филимонова. СПб. : Общество святителя Василия Великого, 2000. 432 с.
5. Фокин Ю. Н. Вера. Отчизна. Жизнь. СПб. : Сатисъ: Держава, 2003. 139 с.
6. Цветослов советов / пер. с новогреч. иером. Агафангела (Легача). Святая Гора Афон: Пустынь Новая Фиваида Афонского Русского Пантелеимонова монастыря, 2008. 532 с.
7. Сковорода Г. Сочинения : в 2 т. М. : Мысль, 1973.
8. Вышеславцев Б. П. Значение сердца в религии // Путь. Орган русской религиозной мысли. № 1. М. : Информ-Прогресс, 1992. 752 с.
9. Институт математики сердца. URL: <http://www.heartmath.org/research>.
10. Артамонова Т. А. Познающая роль сердца: некоторые аспекты с позиций учения «Живой Этики» // Интеллектуальный потенциал ученых России : сб. науч. трудов Сибирского института знанияведения. Вып. XIII / отв. ред. Е. В. Ушакова, Ю. И. Колужов. Барнаул: ИП Колмогоров И. А., 2013. С. 253–256.

## REFERENCES

1. Gur'ev N. D. Strasti i ih voploshchenie v boleznyah (somaticheskikh i nervno-psihicheskikh). M.: Ekosprom: Argo-kniga, 2000. 192 s. (in Russian).
2. Grigorij Palama. Triady. Slovo v zashchitu svyashchennobezmolstvuyushchih. M.: Kanon, 1995. 383 s. (in Russian).
3. Ierofej (Vlahos), Mitr. Pravoslavnyaya psihoterapiya. Per. s grech. Kryukova A. M.: Svyato-Troickaya Sergieva Lavra, 2004. 368 s. (in Russian).
4. Pravoslavnyaya cerkov' i sovremennaya medicina. Pod red. S. Filimonova. SPb.: Obshchestvo svyatitelya VASILIIYA VELIKOGO, 2000. 432 s. (in Russian).
5. Fokin YU. N. Vera. Otchizna. ZHizn'. SPb.: Satis', Derzhava, 2003. 139 s. (in Russian).
6. Cvetoslov sovetov ю Per. s novogrech. Ierom. Agafangela (Legacha). Svyataya Gora Afon: Pustyn' Novaya Fivaida Afonskogo Russkogo Panteleimonova monastyrya, 2008. 532 s. (in Russian).
7. Skovoroda G. Soch. v 2 t. M.: Mysl', 1973 — T. 1. 511 s., T. 2. 486 s. (in Russian).
8. Vysheslavcev B. P. Znachenie serdca v religii. Put'. Organ russkoj religioznoj mysli. Kn. 1. M.: Inform-Progress, 1992. 752 s. (in Russian).
9. Institut matematiki serdca: Institut matematiki serdca. URL: <http://www.heartmath.org/research>.
10. Artamonova T. A. Poznayushchaya rol' serdca: nekotorye aspekty s pozicij ucheniya "ZHivoj Etiki". Intel'ektual'nyj potencial uchenyh Rossii: sb. nauch. trudov Sibirskogo instituta znanievedeniya. Vyp. XIII. otv. red. E. V. Ushakova, YU. I. Kolyuzhov. Barnaul: IP Kolmogorov I. A., 2013. S. 253–256 (in Russian).