

Л. Г. КУДРИК

Львівський інститут МАУП

Ю. Р. СУРМЯК

Прикарпатський інститут ім. М. Грушевського МАУП, м. Львів

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Наукові праці МАУП, 2006, вип. 1(13), с. 124–127

Розглядаються проблеми виявлення психологічних причин хвороб і запобігання фізичним недугам через підвищення морально-духовного потенціалу людини.

Смертні набувають відчуття здоров'я тільки у міру того, як вони втрачають почуття гріха і хвороби.

Мері Бекер Едді

Про духовні причини виникнення хвороб ми не знаємо достеменно і до нашого часу, хоча ці знання закладені ще в Біблії. Христос сказав хворому, якого зцілив: “Ось видужав ти. Не гріши ж уже більше, щоб не сталось тобі чого гіршого!” (Ів., 5:14).

І традиційна, і народна медицина працюють над хворим тілом, лікують наслідки, а причини вбачають тільки на біологічному, хімічному та енергетичному рівнях. Вони займаються тілом, не вивчаючи людської душі. Але ще давньогрецький філософ-ідеаліст Платон писав: “Не можна лікувати частину без цілого, тіло без душі”. А його вчитель Сократ стверджував: “Величезна помилка — існування лікарів тіла і лікарів душі, саме тому від них вислизає багато хвороб”. Тобто необхідно вивчати і лікувати людину в єдності її тіла, душі і духу.

Сьогодні все більше і більше лікарів і цілительів приходять до розуміння причин виникнення хвороб не на клітинному матеріальному, а на духовному рівні.

Життя — явище космічне. Всі світові вчення говорять про єдність Космосу і людини, про те, що все взаємозалежне, взаємопроникне і взаємодоповнюване. Фізики вже прийшли до розуміння багатьох енергетичних зв'язків, а в духовному плані про це завжди розповідали релігії. У міру еволюції людина приходить до усвідомлення своєї індивідуальності і своєї єдності зі світобудовою, формується космічна свідомість. Людина

відчуває себе сильною, тому що, ототожнюючи себе з Цілим, прилучається до могутності Цілого. І навпаки, замикаючись у своїй обмеженості, людина почуває себе нікчемною перед величчю Цілого. Ми все більше починаємо усвідомлювати, що всі хвороби людини — це відплата за її обмеженість та егоїзм, думки, слова, вчинки, почуття і бажання.

Засновник так званої кармічної медицини Астрогор вважав, що доцільно було б на дверях кожної лікарні повісити плакат: “Пристановище для грішників і митарів, для тих, хто втратив любов і радість. Полежи. Подумай”. На його думку, хвороба — це маленький вирок особистості за неправильний спосіб життя, епідемія — вирок суспільству, а стихійні лиха, тяжкі часи і війни — вирок усьому людству [1, 24]. Так само трактує хворобу як поразку, катастрофу академік Г. П. Грабовий, який пропонує оригінальний метод зцілення від будь-якої хвороби за допомогою технологій свідомості (див. [3]).

Те, через що людина втрачає сили і здоров'я, у релігії називається порочністю і гріховністю. Накопичення гріхів відбувається тому, що люди не хочуть знати про свою сутність: “Є тіло звичайне, а є тіло духовне” (1 Кор., 15:44). На людину повинні діяти совість і сором за свою хворобу, щоб вона змінила свій спосіб життя, думок, почуттів і вчинків — відповідно до вимог християнської моралі. Духовне очищення виводить із тіла скверну хвороби, а істинне, нелицемірне звернення до

релігії пришвидшує процес одужання. У чистому, здоровому дусі здорове тіло! (Хоча є і священні хвороби, якими страждають чисті духом, але це окрема тема.)

У душі, напевно, кожна людина вважає себе хорошою і навіть кращою від інших. Але якщо ми захворіли, то це передусім ознака того, що ми щось робимо не так. Розуміння цього може просвітлити свідомість, і тоді здоров'я повернеться. На жаль, еволюційний духовний розвиток людства ще не відбувся. Людство стало розумніше, інтелектуальніше, але не мудріше; релігійніше, але не духовніше.

Людина, згідно з християнською антропологією, складається з трьох частин — тіла, душі і духу. Християнство трактує душу людини як деяку тонкоматеріальну, створену Богом субстанцію, яка повинна зріднитися з Богом-Духом, стати духовною якістю. Таким чином, тіло людини — всього лише інструмент для удосконалення душі: "... сіється в тління — в нетління встає..." (1 Кор., 15:42).

Тіло, отже, — орган душі. Тільки маючи тіло, душа може у цьому світі вдосконалюватися, еволюціонувати, набувати досвіду, набирати силу світла, любові і мудрості. Тому часто смерть є біль і жаль про упущені можливості. Життя є школою знань і досвіду, де людина має можливість зростати духовно. Якщо людина слабка на рівні свідомості, тоді знання і досвід здобуваються через страждання, хвороби, війни та інші неприємності.

Значення душі першочергове для здоров'я, життя і діяльності людини. Оскільки на Землі все змінюється, розвивається, то і душа повинна змінитися, еволюціонувати, стати іншою, а для цього їй потрібне тіло, яке в Біблії назване храмом для душі. Про необхідність удосконалення душі говорив ще Платон: "Поки душа зіпсована — нерозумна, несправедлива, нечестива, — треба утримувати її від бажань і не дозволяти їй нічого, крім того, що робить її кращою".

Багато наших хвороб виникають від психологічних настроїв і таємних думок, яких ми ніколи не вимовляємо вголос. Виявляється, можна читати ці настрої і думки за хворобами людини (див. [4, 10–50]). Люди створили і вигадали собі безліч пороків, а за це їх гніять хвороби, трясуть лихоманки, підстерігають "нещасні випадки", але, незважаючи на це, причини проблем залишаються до кінця не розгаданими. Їх необхідно шукати у свідомості людини, у відсутності або припиненні духовного розвитку.

Духовний розвиток людини йде за трьома основними напрямками: етичним, інтелектуальним і психоенергетичним. Етичний напрямок є найважливішим. Просування за кожним із зазначених напрямків сприяє засвоєнню двох інших [2, 262–263].

Отже, стрижнем духовного розвитку є етика. Навколо цього стрижня формується, зростає все інше, що становить сутність людини, яка духовно розвивається: знання, навички, психоенергетичні здібності та інші якості. Успіх залежить від того, наскільки надійний цей стрижень. Саме завдяки етичному просуванню ми рухаємося до Бога. А Бог дає нам можливість духовно наблизитися до Нього у міру того, як ми морально вдосконалюємося.

Основою етики є любов: в аспекті співстраждання, здатності прощати, терпимості, ніжності, готовності до самопожертви... Любов невичерпна, ніколи не зазнає поразки, і чим більше любові людина готова віддати, тим більше благодаті, енергії і здоров'я вона отримує.

Усім буттям навколо нас керують енергоінформаційні процеси, які є первинними щодо процесів, що відбуваються у фізичному тілі. Завдання людини — пізнати ці процеси і навчитися керувати ними.

Існування будь-якого матеріального об'єкта, у тому числі фізичного тіла людини, можливе доти, доки воно має певний енергетичний потенціал. У процесі фізичного життя відбувається постійне розсіювання енергії, яке збіднює загальний енергетичний потенціал об'єкта, внаслідок чого біологічні тіла хворіють і помирають. Щоб змінити ситуацію, необхідно не бездумно витратити, а постійно підтримувати і збільшувати свій енергетичний потенціал, навчитися управляти своїм організмом.

Шлях самовдосконалення і гармонізації особистості триває все життя і вимагає доброї психологічної, духовної та інтелектуальної підготовки.

Людина, яка замкнена у своїх стереотипах і не хоче їх змінювати, навіть не здогадується, що саме від цього у неї виникають проблеми зі здоров'ям. Хвороби духу призводять до порушень у фізичному тілі, які часто не піддаються лікуванню, набувають хронічних форм і вимагають хірургічного втручання.

Якщо немає гармонії на тонких планах, то передусім страждає фізичне тіло. Всі три грані людського ества — тіло, душа і дух — повинні шукати гармонію. Грань душі знаходить гармонію

в душевності, грань духу — в духовності, а грань тіла — у фізичній міцності. Біда людини полягає в тому, що вона найчастіше живе однією граннюю і несвідомо відшліфовує один бік тріади. При цьому вона завжди буде страждати, мучитися і хворіти.

Розглянемо докладніше душевність і духовність та різницю між ними (за інтерпретацією Астрогора [1]). Душевність — це щире почуттєве ставлення до когось або чогось без участі розуму; це те емоційне начало, що в українській філософській традиції отримало назву “серце” (Г. Скворода, П. Юркевич та ін.). Душевність базується на співчутті, співстражданні і любові; у ній тепло і світло; вона робить людину відкритою, доступною, але вразливою для грубості; володіє високою терпимістю до подій, явищ і людей. Якщо душа не розвиває цих якостей, то вона поступово стає “мертвою душею” (М. Гоголь), серце черстве і камене. Як відомо, “Бог є любов”, а любов — це душа. Віддавати свою любов іншим, діяти морально на підставі вимог совісті — це і є душевність. Саме душа, не позбавлена душевності, відповідає за людський образ у людині.

Дух — це сила. Якщо грань душі пластична і поступлива, то грань духу вперта і конкретна, практична і раціональна. Сила духу найчастіше проявляється у чомусь одному: фізична сила, сила слова, розуму, таланту тощо. Володіння якоюсь силою дає людині впевненість і опору. За цією силою про неї судять, визнаючи, що у людини є іскра духу, яскрава грань прояву її індивідуальності. Отже, індивідуальність народжується силою духу, а її якості визначаються душею.

Знання, досвід і талант, відірвані від душевності, формують у людини грубу форму духу, який ставить перед собою певні цілі і, концентруючись, досягає їх, при цьому змітає все на своєму шляху і відкидає будь-яке зацікавлення життям інших людей. Розростаються Его і самість.

Духовність — це властивість духу, наповненого душевністю. Істинна духовність можлива тільки за умови душевності. Це спільна робота душі і духу. При духовності моральні та інтелектуальні інтереси людини переважають над матеріальними. Духовність — це не просто розум, а свідомість і мудрість, це дотримання Законів Буття, свідоме недіяння зла. Духовність — це сильна, промениста і тепла душа. Дух красивий своєю душею, душа сильна своїм духом. Духовність світить мудрістю і гріє любов'ю. Саме цими якостями наділені святі.

Нелегко розвинути грані душі і духу і, поєднавши їх, створити гармонію. Але, напевно, заради цього людина і народжується на Землі.

Тіло — це сцена для гри душі і духу. Хвороба — завжди неузгодженість душі і духу. Вони включають механізми дисгармонії, які призводять до численних порушень в організмі. Не об'єднавши зусиль душі і духу для відновлення втраченої гармонії, людина, зрештою, отримає зрив генетичного коду. Здоровий образ життя — це образ гармонії душі, духу і тіла, образ животворящий, духовний, непорушний.

Виховувати душу і дух необхідно з раннього дитинства. Але дуже часто у школі, вищому закладі освіти знання у дітей формуються без душевної основи, тобто навчальні заклади готують “душевних калік”. А якщо знання учнів при цьому сильні, то отримуємо “духовних калік”. Небагато вчителів здатні гармонійно розвивати особистість учня, будучи при цьому прикладом для нього, транслятором своєї особистості, свого життєвого досвіду, мудрості, стилю життя і мислення. Тільки при комплексному духовному підході можна виховати здорове покоління.

При цьому важливо знати, що немає невиліковних хвороб: є люди, які не хочуть еволюціонувати, не бажають нічого змінювати у своєму житті, у своїй свідомості, думках і почуттях. При духовному підході невиліковних хвороб не існує, більше того, за умови духовності хвороби просто не виникнуть.

Усі людські хвороби починаються у площині душі і духу. Душа потрапляє в обман почуттів, а дух — в ілюзію цілей. А наше тіло розбивається від хибних почуттів та орієнтирів, які несуть у собі моральний удар, який перетворюється у недуги.

Християнське вчення пропонує зберігати здоров'я шляхом моральності буття. Від людини вимагається уміння прощати, а отже, бруд чужих думок і почуттів не прилипне до неї; відпущення гріхів, а отже, ті думки і почуття, які терзають нас, будуть прощені і витягнуті куполами священних храмів... Християнські Заповіді допомагають очистити душу й укріплювати дух.

Хвороба — при адекватному її сприйнятті — завжди змушує людину подумати про її причини. Вона ставить питання праведності життя, думок і почуттів; допомагає зрозуміти, що немає ще в людині гармонії; спонукає до самопізнання і самовдосконалення, до пізнання Бога та Його законів.

Біблія вчить, що Слово божественної істини є “для тіла усього його лікування” (Пр., 4:22), і пропонує надійний шлях до здоров’я — послух Богові: “І сказав Він: «Коли дійсно ти будеш слухати голосу Господа, Бога твого, і будеш робити слухне в очах Його, і будеш слухатися заповідей Його, і будеш виконувати всі постанови Його, то всю хворобу, яку Я поклав був на Єгипет, не покладу на тебе, бо Я — Господь, Лікар твій!” (2М., 15:26); “І будеш служити ти Господові, Богові своєму, і Він поблагословить твій хліб та воду твою, і з-посеред тебе усуне хворобу” (2М., 23:25).



Література

1. **Астрогор.** Душа и карма. Формула души и генетика духа (Кармическая медицина). — Кн. 3. — М.: СКРИН, 1998. — 192 с.
2. **Кандыба В. М.** Мировой опыт духовного саморазвития. Энциклопедия духовной самореализации. — СПб.: Лань, 2003. — 448 с.
3. **Феномен** Григория Грабового (Целители России). — М., 2002. — 381 с.
4. **Хей Луиза Л.** Исцели себя сам. Психологические причины болезней и метафизические пути их преодоления. — Кн. 1–3. — Луганск, 1996. — 236 с.

The author shows close interactions between man's spiritual and physical health, the importance of morality and spirituality in the formation of human being's healthy way of living.

Надійшла 27 лютого 2006 р.