

УДК: 613.6:616 – 056.22

Лідія ПОТАПОВА,
Буковинський державний медичний
університет,
Чернівці (Україна)
society@bsmu.edu.ua

ФИЛОСОФСКО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВАЛЕОЛОГИИ

Key words: *valeology, valeological philosophy, ecology, anthropology, health.*

Potapova Lidiya. Philosophical and theoretical aspects of valeology

This article deals with the philosophical and anthropological dimensions of valeology in a global spiritual and ecological crisis. Deterioration of the human's health is the manifestation of this. Valeology as science attracts more attention in this context.

Solving this problem using philosophical means, there are used general scientific and practical finds, which are represented by valeology as integral discipline.

Анализируя новые процессы в развитии научного знания нашего столетия, можно выделить три типа наук – синтетические, интегративные и комплексные.¹ Синтетические науки возникают на пересечении двух или нескольких научных областей. Что касается интегративных дисциплин (кибернетика, семиотика, теория систем), то объективной основой их формирования является не субстанциональная однородность исследуемых объектов и процессов, а объективное торжество структурных и функциональных характеристик различных областей реальности. Наконец, нередко возникает ситуация, когда формируется объективная потребность в изучении тех или иных сложных объектов в их целостности и качественном своеобразии. Объектами исследования здесь становятся такие феномены, как человек, планетарная геополитическая ситуация, среда обитания, само знание как развивающаяся наука и др. Так возникают „комплексные дисциплины”. Именно к таким наукам относится валеология, в которой мы имеем особую разновидность комплексной науки, возникшая в результате взаимодействия медицины, экологии, биохимии, психологии, социологии, педагогики, она выдвигает собственный объект исследования – здоровье человека, который привлекает пристальное внимание исследователей в различных областях знаний. Как пишет Тейяр де Шарден: „... с чисто позитивной точки зрения человек – самый таинственный и сбивающий с толку исследо-

вателей объект науки. И следует признать, что в своих изображениях универсума наука действительно не нашла ему места...”, пренебрегая существенным фактором или из-за боязни, наука постоянно ходила вокруг человека – предмета познания, не осмеливаясь подступить к нему.²

Возникновение валеологии как предмета научного познания и практическое внедрение новой парадигмы мироориентации обусловлено рядом обстоятельств, относящихся к очень разным сферам общественного бытия и жизнедеятельности личности.

Сегодня человечество, как никогда ранее, способно к полноценной рефлексии. Рост общественного сознания повлек за собой необходимость создания качественно новой науки о человеке, которая позволила бы ему противостоять углубляющемуся глобальному кризису. Для современной цивилизации характерна одна особенность: благодаря техническому прогрессу мир меняется настолько быстро, что человек, меняясь вместе с ним физически, психически и духовно не успевает осознать себя в этом мире. Валеология пытается найти истинное место человека в современном мире, раскрыть его возможности и установить разумные параметры его взаимоотношений с природой.

Последние три столетия наука развивалась в русле ньютоново-картезианской парадигмы,

которая явилась колонизатором мощного прогресса знания. Механический взгляд на мир стал решающим в развитии таких дисциплин, как физика, биология, медицина, антропология и др., где был сделан ряд революционных открытий. Однако в ходе дальнейшего развития концептуальные схемы этой парадигмы утратили свою революционную силу и сыграли роль смиренной рубашки для наук, изучающих человека. Ньютоно-картезианская парадигма, с точки зрения своих познавательных интенций, пренебрегала холистическим подходом к пониманию человека, общества и жизни на планете, направив всю свою деятельность на внешний мир и его преобразование, человек забыл позаботиться о себе, о том как будет существовать в этом мире, и в результате, по выражению Э. Фромма, „сам оказался пойманным в расставленные им же сети. Он и завоевывал природу, изобрел машины, рабом которых становился сам, овладел обширными знаниями о материи, но остался невежественным в самых важных и фундаментальных вопросах человеческого существования, а именно: что такое человек, как он должен жить, каким образом можно вызволить и плодотворно использовать во благо человека заключенные в нем самом огромные потенциалы.“³

На трагическую недостаточность ценностных ориентиров предлагаемых научно-техническим прогрессом, обратил внимание уже Антуан де Сент-Экзюпери, который на заре этого самого прогресса с горечью писал, что принципы господствующей экологической системы, сопровождаемые бездуховностью, ведут к „человеку-роботу“, человеку-термиту, человеку, мечущемуся между конвейерной системой Бедо и игрой в карты, ... выхолощенному, лишенному творческой силы..., вскормленному серийной, стандартной культурой, наподобие того, как скот вскармливается сеном. Вот он человек сегодняшнего дня.“⁴

Писатель прозорливо увидел, что подобный прогресс, игнорирующий духовные запросы человека, отторгающий его от подлинной культуры, единственно способной дать ему представление о его роли среди нарастающего вала вещей и об их определенной взаимосвязи, неминуемо обречен: „У нас будут совершенные музыкальные инструменты – большое серийное производство. Всех наделают инструментами, но кто напишет музыку?“⁵ Вот почему, с его точки зрения, „существует лишь одна проблема, одна единственная на свете. Вернуть людям духовную сущность, духовные заботы“, ибо „один лишь Дух коснувшись глины, творит из нее Человека.“⁶

Развивая тенденции к эстериоризации, превращая мир в клубок технических манипуляций с вещами человечество идет по пути ниво-

люции. Повернуть этот процесс вспять может только обращение человека внутрь себя. Любой вид деятельности во внешнем мире должен быть дополнен систематическим процессом глубинного самоисследования. Путь эволюции человека – есть путь трансформации сознания. Только радикальные преобразования на совершенно новом уровне самосознания и познания способны предотвратить гибель человечества, вовлеченного в глубокий духовно-экологический кризис. Современная наука, находящаяся в тисках старой парадигмы, не в состоянии вывести человечество из этого кризиса. Необходим новый род знаний, серьезное переориентирование всей системы ценностных установок, основанное на более глубокой антропокосмической парадигме мышления.

Очень точно эту ситуацию кризиса современного научного знания описывает Р. Тарнас в своей книге „История западного мышления“: „На протяжении нового времени западный человек прошел долгий и сложный путь, перейдя от почти не знающей границ уверенности в своих силах, духовной мощи, способности к истинному познанию, в своем владычестве над природой и своим будущим к состоянию резко противоположному: обесценивающему чувству метафизической бессмысленности и личной бесполезности, к утрате духовности и веры, к неопределенности в знании, к обоюдному опасным отношениям с природой и тревожной неизвестности, поглотившей будущее человечества. Не прошло и пяти веков развития современного человека, как Бэкон и Декарт превратились в Кафку и Беккета“.⁷

Антиэволюционная природа технократического мировоззрения особенно очевидна в такой научной дисциплине, как медицина. Альтернативной медицине наукой выступает валеология. В чем же её отличие от медицины? Современная медицина казалось бы, вся пронизана заботой о человеке. Но для нее характерны две особенности: во-первых, врач изучает „болезнь“ и мало интересуется здоровьем, во-вторых, медик всегда шел от отдельных частей и органов к целому, но до этого целого так и не доходил. Он изучает сердце, печень, почки, но не человека как целостную систему. Точнее сказать традиционная медицина в основном интересуется патологией человеческого организма, а не его нормальным функционированием, болезнью того или иного органа, но не здоровьем личности как нормой его существования, как формой и способом его сущностного бытия.

„Валеология же взяла на себя смелость осмыслить феномен человека в его бытийной целокупности как существа одновременно духовно-социального и биологического, земного и ноосферного, как некий „узел” Великой Пустоты многомерного мира, как „микрокосмос”, „монаду” неразрывно связанную с макрокосмосом Вселенной⁸, отыскать интегральные оценки человека, оценки параметров его здоровья, его физического и психического благополучия. Она подошла к исследованию чрезвычайно важной, в известном смысле, философской проблемы: подлинности человеческого существования и порождающих эту подлинность структур, ибо не на минуту не упускает из поля зрения вопрос о благополучии индивида и полноте его бытия с некой объективированной точки зрения. Сегодня человека нельзя изучать в отвлечении от конкретных условий его существования в окружающем мире.

„Феномен человека, – справедливо считают В.С. Поликарпов и В.А. Поликарпова, – на пороге XXI столетия невозможно понять вне контекста фундаментальной социальной и этической проблемы „Я и Вселенная”. Ведь сейчас актуализировалась присущая традиционному подходу в интерпретации природы человека значимость его места во Вселенной, которая в виде стержня проходит сквозь все многообразия культуры человечества. Это связано как с необходимостью решать возникшие в наше время глобальные проблемы, так и с процессом космоизации, охватывающим чуть ли не все сферы человеческого существования”⁹.

Понимание этого стало сегодня исходной позицией любых обращений науки к проблеме человека, кроме традиционной медицины, которая по-прежнему придерживается принципа расчленения человека на больные органы и их лечение без особого учета их сложнейшей многомерной взаимозависимости. В отличие от медика валеолог – это носитель нового мировоззрения, способный видеть человека в развитии, в его многомерной, сложной, нелинейной и многоэтажной природе, в контексте социальной и природной среды, с его внутренними противоречиями, проблемами и перспективами.

В результате валеологический подход несет в себе новое понимание здоровья как интегративной характеристики и вытекающего отсюда нового уровня рациональности в наших действиях и нашем мышлении. Он связан с нацеленностью на человека с пониманием подлинности его бытия, с такой стратегией поведения, которая обеспечивает полноценность человеческого существования в мире и его обратную связь с миром.

Валеология наука о здоровье, которая имеет интегральный характер, базируясь на основах биологии, экологии, медицины, психологии и других наук, которые в той или иной мере имеют отношение к человеку. Ведущей идеей валеологии стала мысль И.И. Брехмана о том, что „здоровье должно служить „визитной карточкой” социально-экологической зрелости и преуспевания государства”¹⁰.

Нельзя не отметить, что принципы науки о здоровье близкие к валеологическим, уходят своими корнями в глубокое прошлое, по меньшей мере к мифологическим временам античности. Причем уже на этом этапе обозначились два направления в развитии знаний о здоровье и методах его стимуляции, которые условно можно обозначить как западное и восточное направления.

Восточное направление ставило перед собой задачу улучшения общего состояния организма, гармонизация его с окружающим миром. Вследствие этого основное внимание в восточных оздоровительных системах (Древняя Индия, Китай) уделялось не столько сугубо физическому развитию и достижению внутренней гармонии путем создания определенных психологических состояний за счет различного рода психорегуляций. Существенное место в этих системах занимали и статические упражнения, такие как позы змеи, лотоса, имитация движений птиц и животных. Эти системы, сохранившиеся в своем неизменном виде в течение многих веков, дошли до нашего времени и получают все более широкое распространение на Западе.

Западные же оздоровительные системы основное внимание сосредоточили на физическом развитии человека, на достижении непосредственно полезных и способных быть исчисленными и измеренными результатов – силы, ловкости, выносливости, быстроты. Такой путь как нельзя более полно отвечал потребностям и особенностям развития западной цивилизации, сосредоточенной на покорении и освоении новых пространств, на расширении сфер трудовой деятельности.

И тем не менее, и в западной системе оздоровления с самого начала дают о себе знать противоположные подходы к оздоровлению человека. Появление врачебного искусства греки связывали с именами богов Аполлона, Артемиды и Асклепия. Сыновья Асклепия Махаон и Подалирий, согласно Гомеру, были врачами в стране греков во время осады Трои и действовали там прежде всего как искусные хирурги. Но в то же время в некоторых свя-

тилищах Аполлона в Греции больных лечили при помощи музыки. Двухсторонний подход к оздоровлению обозначен в именах дочерей Асклепия: одну из них звали Панацеей, что можно перевести как „всцелительница”, вторую Гигиеей – богиней здоровья. То есть одна из них исцеляла больных (лечебная медицина), а вторая управляла здоровьем, поддерживая его в нормальном состоянии системой предупредительных мер, что является свидетельством существования у греков профилактической оздоровительной медицины.

Особенно отчетливо это проявилось в деятельности отца медицины – Гиппократ (460-377 г.г. до н.э.), которому принадлежат плодотворные для валеологии мысли о том, что организм излечивает природа и что следует изучать все, что полезно, на основе образа жизни еще здоровых людей. В своей работе „Corpus Hippocraticum”, которую можно рассматривать как энциклопедию медицинских знаний того времени, он уделяет много внимания известным ему способом сохранения здоровья и стимулирования защитных сил организма с помощью сил природы. В русле этой тенденции следует рассматривать последующие оздоровительные практики с использованием естественно-природных стимуляторов, получивших распространение и в Греции и в Древнем Риме.

Значительный вклад в развитие валеологических знаний внес врач и мыслитель Авиценна (Абу Ибнсина, 981-1037 г.г.) так же, как и Гиппократ, в своем пятитомном труде „Каноны лечебной науки” проводит мысль о не обходимости изучения здоровья, утверждает приоритет сохранения здоровья, а не лечения болезни. В этой связи необходимо упомянуть, что он разработал систему оздоровительных физических упражнений.

Учеными и философами на разных этапах истории высказывались мысли и идеи о значении здоровья. Следует упомянуть Ф. Бекона, провозгласившего, что „медицина – не основанная на философии, не может быть надежной” и что „первая обязанность медицины – сохранение здоровья, а вторая – лечение заболеваний, третья – продление жизни”.¹¹

Валеология как учение о здоровье также может быть рассмотрена с точки зрения различных моделей развития науки, так ключевая идея коммуникативного междисциплинарного подхода В.С.Степина – междисциплинарный обмен парадигмальными установками (как своеобразными образами – гештальтами), который осуществляется не только между разными естественно-научными дисциплинами, но и между ними и социально-гуманитарными науками, формируя гештальт нового, более высокого уровня подчиняющий себе и трансформирующий всю прежнюю

иерархию представлений и образов научной деятельности именно таким образом – гештальтом современного научного познания, в первую очередь медицины, биологии, психологии и социологии и выступает новая парадигма здоровья. Она воплощается в научном направлении – валеология, которая строится на использовании различных исходных оснований парадигмы здоровья, взаимодополняющих и конкурирующих, зачастую не соответствующих или даже противоречащих друг другу. Именно поэтому сегодня используется несколько различных определений валеологии как науки, которые в качестве оснований используют различное по форме валеологическое знание, специфика которого определяется тем или иным пониманием сущности и содержания здоровья.

Исходя из этого все существующие валеологические концепции можно сгруппировать в такие основные группы:

1. Бихевиористская валеология – включает те формы валеологические знания, которые здоровье объясняют с помощью парадигм „поведения” и „образ жизни” человека, а его нарушения недостатками или пороками образа жизни или жизнедеятельности. Системная валеология – объединяет те формы валеологии, которые на основе теории систем рассматривают здоровье как проявление системной парадигмы (с социальными, организменными и другими функциями), а болезнь связывается с недостаточностью или нарушениями системной структуры и организации. Психоаналитическая валеология – объединяет те формы валеологии, которые здоровье выводят из парадигмы бессознательного, разработанной в психологических теориях Фрейда, Юнга и др., а болезнь – результат неосознанных конфликтов и фиксаций развития.

2. Когнитивная валеология – объединяет те формы валеологического знания, которые здоровье связывают с парадигмой „разумность жизни”, а болезнь есть результат ошибок в мышлении, познании, обучении, воспитании.

3. Экзистенциальная валеология – объединяет валеологическое знание, использующие парадигму „экзистенция” и соответствующие принципы экзистенциальной и феноменологической философии. Болезнь – недостаток ясности понимания обстоятельств и условий человеческого существования.

Вполне понятно, что такое большое число различных групп валеологического знания трудно описать при помощи какой-то одной, единой дефиниции. Поэтому используя идею Л.Витгенштейна, о том, что разнообразие фор-

мы проявления объединяются не определением, а „семейным подобием” и отражают существенное и главное во всех основных течениях валеологии.

Исходя из этого валеология – комплексная дисциплина, направленная на сохранение и улучшение здоровья человека, использующая индивидуальные методы и технологии для достижения и сохранения здоровья и решения проблем жизнедеятельности человека, которые базируются на теоретических концепциях его природы, сущности и смысла жизни.

Становление и развитие валеологического знания позволило сформировать новое видение человека и его здоровье как многомерного процесса. Это мышление является выходом за пределы редуционизма и механизации, которые со времен Р.Декарта имеют решающее влияние в науках о жизни „заботливое описание механизмов, которые способствуют становлению живых организмов стало главной задачей биологов физиков и психологов в последние триста лет”.

Картезианский подход был довольно успешным, особенно в биологии, но он также ограничивал другие направления исследований. Проблема состояла в том, что учение, вдохновленные своими успехами в обращении с живыми организмами как машинами, начали верить в то, что они не более чем машины. Негативное следствие этого редуционистского падения стало особенно наглядным в медицине, в которой приверженность картезианской модели человеческого тела как работающих часов помешало врачам понять многие из негодных главных болезней”, – отмечает Америкаский исследователь науки Ф. Капра¹². Такая модель подошла к своим естественным границам, а далее потребовались шаги, которые давали бы новое видение явлений жизни и здоровья. Все это приводит к мнению, что валеология есть частью дисциплинарного круга практической философии, и ее развитие должно проходить на собственных мировоззренческих и методологических основаниях.

Сегодня на валеологию возлагаются большие надежды, с ней связывают не только развитие культуры здоровья в стране, воспитание духовно и физически здоровых людей, но и надежд на преодоление глобального духовно-экологического кризиса и создание новой мироориентации человека и человечества, то есть по сути дела, философско-гуманитарных основ третьего тысячелетия.

Литература:

¹ Грофф С. За пределами мозга. М.: Издательство Трансперсонального института. – 1993. – С. 38-40.

² Нестеренко В.Г. Вступ до філософії: онтологія людини. – Київ: Абрис, 1995. – С. 275.

³ Фромм Э. Бегство от свободы. Человек для себя. Мн:ООО. 1998. – С. 376-377.

⁴ Экзюпери А. Планета людей. – Кишинев: карта Молдовеня –1973. – с. 547

⁵ Экзюпери А. Планета людей – Кишинев: карта Молдовеня. – 1973. – с. 548.

⁶ Экзюпери А. Планета людей – Кишинев. карта Молдовеня. – 1973. – с. 547.

⁷ Гарнас Р. История западного мышления. М.: крон-Пресс, 1995. – С. 334-335.

⁸ Поликарпов В.С., Поликарпова В.А. Феномен человека – вчера и завтра. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – С. 222.

⁹ Поликарпов В.С., Поликарпова В.А. Феномен человека – вчера и завтра. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – С. 26.

¹⁰ Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – С.7.

¹¹ Бекон Ф. Сочинения: В 2т. – М.: Мысль, 1997. – С. 263.

¹² F.Capra. The Turning Point. Sciens, Societe and Prising Culture. Flaming. London. – 1983. – 47-48 p.

Potapova Lydia. LES ASPECTS PHILOSOPHIQUES ET THEORIQUES DE LA VALEOLOGIE.

Dans l'article s'agit de l'étude philosophique et anthropologique des mesures valéologiques dans l'environnement mondial et spirituel qui soit une des manifestations de la crise écologique ce qui amène à la détérioration de la santé humaine. Dans ce contexte, on a attiré plus d'attention à la valéologie en tant que science. En résolvant ce problème par des moyens philosophiques on a pleinement utilisé les trouvailles scientifiques et pratiques de la valéologie en tant que discipline jeune.

Mots-clés: valéologie, vision du monde du poin de vue valéologique, l'environnement, l'anthropologie, la santé.

Потапова Лідія. ФІЛОСОФСЬКО-ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВАЛЕОЛОГІЇ

У статті досліджено філософсько-антропологічні виміри валеології в умовах глобальної духовно-екологічної кризи, одним із проявів якої є погіршення здоров'я людства. У цьому контексті привертає більше уваги валеологія як наука. Розв'язуючи цю проблему філософськими засобами, у повній мірі використовуються загально-наукові і практичні знахідки, які представляє валеологія як молода інтегральна дисципліна.

Ключові слова: валеологія, валеологічний світогляд, екологія, антропологія, здоров'я.