

Князев В.М. (РГППУ, г. Екатеринбург)

ГЕРМЕНЕВТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ПОНЯТИЯ «ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА»

Есть такая примета: если люди самозабвенно и постоянно, с чувством знатока говорят о чем-то, то это «что-то» есть важнейшая и универсальная ценность их жизни. Люди более всего говорят с уверенностью знатока о своем здоровье, следовательно, мы можем предположить, что здоровье есть фундаментальная и важнейшая ценность человеческой жизни.

В чем же величайшая значимость здоровья для человека? Обычно, здоровье определяют через общее понятие «благополучие». Здоровье в контексте этого понятия фиксируется как факт физического, психического, ментального и социального благополучия человека. Априорно предполагается, что социум дает человеку многоаспектное благо, в котором присутствует социальная и образовательная помощь человеку. Общество дает человеку защиту и помощь в сложном и многотрудном процессе его социального и личностного становления, создает благоприятные физические, психические и ментальные условия для полноценной жизни человека. По свидетельству знаменитого детского врача Рошаля наше российское государство дает нам ровно столько, сколько необходимо, чтобы мы были по уровню здоровья на 127 месте в мире. Это очень мало, это преступно мало. Но это факт, который определяет стартовую позицию огромного большинства российских людей к вершинам своего здоровья.

Суть этого жизненного старта к полноценной, здоровой жизни в том, что мы стартуем из бездны социальной и культурной деградации российского общества. Бездна, как известно, это та пропасть, которая не имеет дна. По отношению к жизни человека эта бездна может и должна именоваться именем «смерть». Под каждым нашим жизненным шагом бытийствует в безмолвной открытости и ожидании бездна небытия. Мы одиноки в своем жизненном существовании перед смертью. И лишь незнание этого, судорожное, безумное бегство в искусственный праздник жизни, в наркотический, алкогольный дурман, уход в нарциссизм самоутверждения посредством славы, власти, богатства позволяет человеку как страусу, засунувшему голову в песок, не видеть суровую реальность жизни.

Однако, от реальности, от ситуации жизни, в которую мы заброшены со дня своего рождения никому не дано убежать, ибо эта ситуация и есть поле нашей жизни, которое надо с подобающим нам достоинством, с имеющим у нас умением перейти. Благо здоровья для нас не дано, а задано.

Мы его не получаем, а вырываем в неравной борьбе со своим незнанием, со своим неумением жить и побеждать невзгоды и беды, которыми изобилует жизненный путь каждого человека. Здоровье как дар благополучия жизни дается человеку не даром, а за цену жертвенной жизни, за цену смертельного износа человеческого существа во время отпущенного ему века. Дар аванса, как и благополучие жизни за счет кредита надо отрабатывать во все время будущего, которое имеет длительность, определяемую ценной полученного нами от жизни здоровья.

В свет этого факта неверно определять здоровье как ценность благополучия. Ценность здоровья как благополучия жизни обманчива. Вроде бы, она дается даром, дается на целый век и дается данному конкретному человеку. Во всех этих предположениях есть скрытая сторона дела. Так как в действительности это «вроде бы» очень дорого стоит. Его цена труд жизни до смертельного износа. Дается здоровье не на сто и более лет, а до дня смерти, которая не обязательно придет к человеку в конце его долгого века. Смерть может прийти в любой момент, потому что дар благополучия напоминает пересыхающий родник живой воды, за которым надо ухаживать и день, и ночь при любых условиях своей жизни. И, наконец, здоровье дается условно данному конкретному человеку, под поручительство, охрану людям ответственным за жизнь родившегося ребенка. Здоровье, конечно, дается реально родившемуся ребенку, но этот дар подобен дару Короля, бросившему монету в руки нищего сироты, окруженного толпой голодных бродяг. Как долго сирота будет хозяином этой монеты? Думается, очень не долго, как только державный даритель переведет свой взор с «счастливчика» на других подданных, так сразу же у беззащитного сироты этот дар короля отберут. Благополучие здоровья, данное ребенку с рождения, полностью зависит от силы защитного покрова, которым укрывают для сбережения и развития ребенка его попечители.

Поэтому проблема здоровья – это проблема сущего жизни, которое способно нести на своих плечах дар здоровой, следовательно, сильной, активной жизни. Это проблема зрелости, субъектности сущего. Только человек из всего царства живых существ поднимается на уровень зрелого, ответственного отношения к дару жизни. Человек претендует на право быть здоровым, т.е. нести через свое существование груз сущей жизни.

Ответственность – атрибутивное свойство духовно развитого человека. Ответственное поведение производно от дара сильной и здоровой жизни, т. е. от дара независимой от изъянов и болезней жизни, пребывающей в бытии духовной свободы, в бытии безусловного для себя бытия. Только Бог абсолютно свободен и абсолютно здоров – все остальные по мере причастности к полноте и силе Божьего бытия. Бог не творил смерти, не

творил социума, где условием жизни одного является смерть другого. Как только человек отвернулся от Бога и стал застраивать пространство отношения между Я и Ты делами самоутверждения любыми средствами, так сразу же Ты превратилось в отчужденное бытие Оно. Отношение частной жизни к всеобщей жизни стало отчужденным. В результате этого отчуждения смерть отдельно взятого человека стала не переходом человека из несовершенного бытия в более совершенное бытие, а падением в бездну небытия. Божественное Ты стало в глазах отвернувшегося от Бога человека силой смерти, которая нападает на нас из бездны чуждого нам бытия Оно.

Светлый диск солнца стал, черной точкой, или, говоря образами искусства, он стал «черным квадратом» Малевича - символом грубой, темной и бесчеловечной жизни. Этот ужас и холод смерти отрезвляет человека, и дурман наркотического сна проходит, и человек, наступает время жить и действовать в реальном мире. Ждать помощи от государства, бросившего своих граждан на 127 место по уровню здравоохранения, особо не приходится. Рассчитывать можно только на себя, на свое понимание сложившейся ситуации и на представление о путях выхода из нее.

Осознание факта одиночества совместно с решимостью жить вопреки всему, самостоятельно, ответственно рождает в душе человека жизненный порыв к здоровой, сильной и совершенной жизни. Этот жизненный порыв и есть рождение духа. Но от рождения духа до его взрослости нас отделяет трудный путь становления, возмужание, взросление духа. Только духовное совершеннолетие дает человеку плод духовного здоровья. Здесь важно подчеркнуть, что духовное здоровье не дается человеку, а приобретается им в жесточайшей схватке один на один с его собственной смертью. Когда за дар жизни, за благополучие здоровья человек расплачивается сполна и выходит в пространство независимого, свободного бытия, тогда у него есть возможность в ходе собственного духовного взросления вырастить в себе плод духовного здоровья. И тогда с высоты и силы выстраданного и заработанного духовного здоровья он выстраивает здоровый образ жизни, жизненно правильный путь жизни и творит физическое, психическое, социальное и культурно историческое благополучие своей жизни.

Если это так. А мы полагаем, что именно так и обстоит дело в трудном искусстве человека быть здоровым, то все разговоры о духовном здоровье как некой панацее, чудодейственном лекарстве, которое за определенную плату дает некий Гуру страждущему, есть сказка потребительского, привыкшего к иждивенчеству и инфантилизму сознания.

Сила духовного здоровья приходит к нам не извне, не из аптеки, не из университетской аудитории, а изнутри, из пробудившейся духовности инстинкта, из воспоминания нашей души о своем духовном первородстве.

Жизнь тела, его физиология имеют удивительно целесообразное, духовно разумное устройство. Но право голоса этому разуму тела не дает ошалелый разум горделивой культуры. В разумном устройстве человека есть не только прагматичный рассудок, абстрактно-отчужденный разум, но и умный свет сердечной интуиции. Тот свет различения жизненного интереса, который струится из горящего сосредоточия нашего существа. От чего же может трепетать и гореть неугасимым желанием жизни это сосредоточие человека – сердце человека? Только из произошедшей, или происходящей встречи человеческого Я с Божественным Ты. Огонь любви к Богу может зажечь в сердце человека неугасимый огонь жизни и породить силу здоровья.

В феномене духовного здоровья есть мистический, таинственный момент, благодаря которому и свершается чудо обретения здоровья обреченного на смерть человека. Но это уже иной не философский разговор, а теологический.

Ковель С.Г. (БНТУ, г. Минск)

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ЦЕЛЕВОЙ ТОЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ В СПОРТЕ

Общее понятие целевой точности включает в себя два различных понятия, поэтому в спортивных исследованиях пользуются краткими понятиями: точность попадания и точность процесса выполнения [1].

Особенностью точностных движений является наличие их результирующего эффекта [1]. Каждое движение является целевым и направленным на решение определенной двигательной задачи. Особенности двигательной задачи и способы ее реализации определяют различия в характере точностных движений [2, с.147]. Кроме «смысловой структуры» (направленности на выполнение двигательной задачи) движение включает в себя и «двигательный состав» (способ реализации данной задачи).

Выбор наиболее рациональных способов выполнения приемов позволяет шире раскрыться способностям спортсмена точно поражать цель. Совершенствование техники, обусловленной биомеханической целесообразностью, учет игровых ситуаций позволяют достигнуть наибольшего эффекта.

Техника точностных мгновенных движений характеризуется специфической их организацией. Считается, то человек выполняет действие наиболее точно, когда конечность (например, рука) движется в определенных чаще всего привычных условиях. Однако в спортивных играх, единоборствах