



БИОТИОЛЫ
И ЖИЗНЬ

4



РОЛЬ ЗОЛОТОГО СЕЧЕ-
НИЯ В ЗЕМЛЕДЕЛИИ

6



ВЕРШИНА

14

№ 7 (59) Духовный

26 июля 2017 года

НАУЧНО-ПОПУЛЯРНОЕ
ИЗДАНИЕ

СТ α рт

WWW.IT-MEDICINA.INFO • WWW.MEDICINAVEKA.INFO

12+

ЕДИНСТВО ЖИВОЙ И НЕЖИВОЙ ПРИРОДЫ

СТР. 2



ЕДИНСТВО ЖИВОЙ И

Известное философское выражение «ничто не вечно под Луной» настраивает человека, как правило, на лирический лад, заставляя думать о бренности и зачастую о бессмысленности его жизни.

Однако такое суждение не может быть однозначным, хотя бы потому, что Природа как объект изучения, состоящая, по понятиям человечества, из объектов неживой и живой материи, не настолько изучена, чтобы понять единство Мира или Пространства, в котором по Воле Бога оказался человек!

Более того, и сам человек как энергоинформационный объект Космического Пространства и в наши дни остаётся для людей столь же загадочным, что и тысячелетия назад, несмотря на грандиозные успехи науки и технологии. Поэтому слова Создателя: «Человек ещё не известен человечеству» - лучше всего подтверждают сложившуюся ситуацию в мире естествоиспытателей.

Из наиболее интересующих людей вопросов, конечно, выделяются вопросы сроков жизни всех природных (живых) и искусственных (технических) объектов, включая и самого человека. Процессы накопления повреждений, а значит - процессы усталости или старения (в биологии), относимые к классу САМОПРОИЗВОЛЬНЫХ процессов, могут быть изучены с помощью моделей нелинейной неравновесной термодинамики.

ЯВЛЕНИЕ ВЫСОКОЙ ОБЩНОСТИ

Здесь следует отметить, что все процессы в природе и технике можно разделить на два обширных класса - самопроизвольные и вынужденные (протекающие принудительно)! Очень важно отметить, что все САМОПРОИЗВОЛЬНЫЕ процессы сопровождаются диссипацией (рассеиванием) энергии.

ДИССИПАЦИЯ ЭНЕРГИИ В ЭТОМ ОТНОШЕНИИ ЕСТЬ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ ВЫСОКОЙ ОБЩНОСТИ!

Можно предварительно сказать, что долговечность технических объектов, как и сама человеческая жизнь, является САМОПРОИЗВОЛЬНО протекающим диссипативным процессом, тогда теорию и математический аппарат диссипативной термодинамики можно применить для описания общих закономерностей Природы, включая накопление повреждений в технических объектах или заболеваний, а значит - накопление искажений в биологических объектах (в человеческой жизни).

Можно сказать, описывая поведение технических объектов и параллельно человеческую жизнь, что первопричиной разрушения или старения, включая и смерть как Природное явление, является САМОПРОИЗВОЛЬНЫЙ процесс диссипации (рассеивания) энергии, под воздействием энергоинформационных потоков как внутреннего, так и внешнего толка.

Поскольку долговечность технического объекта и срок человеческой жизни (да и вообще любого биологического объекта) удовлетворяет принципу кратчайшего времени, то приходит понимание того, что сроки эксплуатации или продолжительность жизни ЗАРАНЕЕ ПРЕДОПРЕДЕЛЕНЫ и ЗАДАНЫ НЕИЗВЕСТНЫМ физиологическим или биофизическим механизмом (назовём это Создателем) сразу после рождения (или даже в период беременности)! Возникает естественный вопрос: возможен ли и при каких условиях контролируемый переход с одной траектории на другую в целях продления срока эксплуатации технического объекта и продления активного периода жизни самого человека?

В свою очередь, несмотря на то, что человеческая жизнь как процесс САМОПРОИЗВОЛЬНЫЙ, сроки которого определены Создателем, тем не менее требует нашего личного участия, ибо без понимания Единых закономерностей Природы срок жизни является неопределённой величиной.

Тогда, в случае проявления попытки физического омоложения (продления срока жизни), такой процесс должен рассматриваться как принудительный, и для его осуществления должна быть затрачена определённая или дополнительная РАБОТА.

Иными словами, принимая лечение как процесс, на который тратится собственная энергия (работа) человека, нужно понимать, что лечение обходится человеку собственным здоровьем!

МАТЕРИЯ, ЭНЕРГИЯ, ИНФОРМАЦИЯ

Необходимо отметить, что современная наука ещё с времён Декарта, Лейбница, Ньютона провозгласила, что критерием ИСТИНЫ может быть только эксперимент, главным требованием к которому является полная воспроизводимость результата независимо от места, времени и личности экспериментатора. Можно сколько угодно спорить, но в Природе одновременно существуют три фундаментальные сущности: Материя, Энергия и Информация!

Следует отметить, что если Материя и Энергия доступны нашему восприятию, контролю и измерению, то Информация нематериальна по природе,

а значит, по представлениям научного мира, на неё не распространяются физические законы сохранения энергии и вещества. Однако не существует никаких запретов на принципиальную возможность взаимодействия Информации с Материей и Со-Знанием.

Наука наконец признала, что для всего живого необходимо не только элементарное, но и тонкополевое (информационное) питание, являющееся важнейшим фактором зарождения и существования жизни. Организм человека и среда его обитания (Природа) являются единым целым, что обуславливает их взаимное влияние друг на друга.

«Чем больше наука делает открытий в физическом мире, тем больше мы приходим к выводам, которые можно разрушить только Верой», - считал Альберт Эйнштейн.

Человечество не имеет права отказываться от мысли о целесообразности всего существующего на Планете и особенно человека как примера Великого порядка, поэтому главной целью, по словам Кеплера, всех исследований внешнего мира (Космоса) должно быть открытие рациональности Высшего порядка или Гармонии, которую Бог ниспослал не только Миру людей, но и Природе, включающей в себя её неживую часть!

Все фундаментальные научные исследования Природы и Мироздания говорят или подтверждают, что это именно так. Тогда присутствие человека в Пространстве КОСМОСА должно характеризоваться ЕДИНЫМИ с Пространством Канонами Природы, выраженными через информацию и энергию!

Необходимо помнить, что физическими законами может быть описана не только неживая Природа, но и сам человек как часть Целого, и важнейшими из них должны считаться законы термодинамики, где Первый закон является законом сохранения энергии (информации), определяющим возникновение живой материи (человека), которая не может возникнуть само по себе из ничего и без помощи Создателя.

Если же принять во внимание исторический опыт человечества, то возникновение жизни человека должно, прежде всего, вписываться в условия Высшего порядка Мироздания, а с учётом того, что человек - мыслящая

живая Сущность, состоящая из миллиардов тоже мыслящих клеток, сам человек должен представлять собой Великую Гармонию этого клеточного (микрокосмического) пространства!

ТАЙНА ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ КЛЕТКИ

За последние десятилетия учёные-биохимики, раскрывая ТАЙНУ человеческой клетки, пришли к единому выводу, что это совершенство Природы - человеческая клетка - может быть создана только как результат Высшего Творения!

Отталкиваясь от клетки, как от Высшего ЕДИНИЧНОГО фрактального микроподобия Мира Разума, можно с уверенностью сказать, что учёные, а за ними и всё человечество, обязательно придут к пониманию Божественного происхождения всего сущего (живого и неживого) на Планете.

В наших исследованиях Природы и самоорганизации клеток человека мы исходили из постулата, базировавшегося на научных исследованиях о том, что живые организмы на Планете, включая и человека как Высшее СОВЕРШЕНСТВО Природы, есть биологическая форма существования Разума, в виде многомерного и многоуровневого ЕДИНОВОГО клеточного Пространства, а значит - материей, энергией и информацией, объединённых Единными Канонами Космоса.

Исходя из этого, Холдингом НИИ «Здоровьесберегающих технологий» была поставлена задача изучения перераспределения энергии и информации в экстремальных условиях разрушения (или смерти) как отдельной клетки живой, так и атомной структуры неживой материи (металла), как части Целого, подчиняющейся канонам Мироздания.

Парацельс говорил: «Счастье человека в нём самом, а не в звёздах: он зачат вместе с ними и вырастает в утробе матери. Но, несмотря на это, он знает о гармонии между макрокосмосом и микрокосмосом».

Анализируя процесс разрушения объектов живой и неживой Природы, мы давно пришли к убеждению (на базе широкого круга экспериментальных данных), что все они сопровождаются выбросом (диссипацией) энергии и информации в космическое пространство из локальной зоны разрыва связей на уровне молекул или атомов!

В данном случае (рис. 1) при разрушении металлического образца (твёрдого тела) при достижении разрушающей нагрузки величины, равной скрытой теплоте плавления, выделялась (рассеивалась) накопленная энергия в виде:

- ✓ ионной эмиссии;
- ✓ электронной эмиссии;
- ✓ электромагнитного излучения;
- ✓ упругой волны напряжений (акустической эмиссии);
- ✓ тепловой энергии.

Нами было установлено, что в условиях, когда происходит разрушение клетки человека, накопленная при жизни человека энергия, а самое

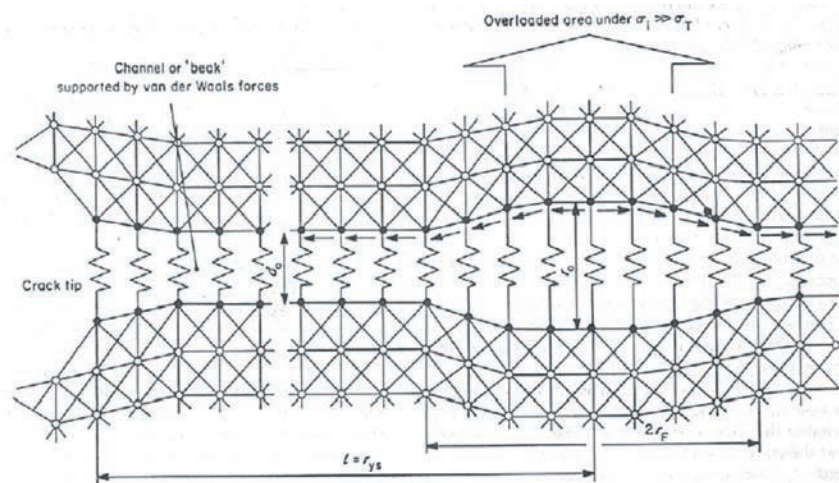


Рис. 1. Схема разрушения объекта неживой Природы (металла) (Int. J. Fatigue 8, No 3 (1986), pp 143-146, L.I. Maslov and O.M. Gradov. Fracture Thermoemission Model of Solids).

НЕЖИВОЙ ПРИРОДЫ

главное, накопленная внешняя информация (человеческий жизненный промысел), выделяются, а значит происходит процесс диссипации (рассеивания) энергии в виде:

- ✓ электромагнитного излучения;
- ✓ упругой волны напряжений (акустической эмиссии);
- ✓ тепловой энергии.

Предполагаем, из-за трудностей эксперимента с кровью человека в вакуумной установке, что ионная и электронная эмиссии тоже, как и в твёрдом теле, должны быть при разрушении клетки человека, которая, как утверждают учёные, обладает разумом, позволяющим ей (клетке) принимать самостоятельное и взвешенное решение!

Известно, что на здоровье отражается воздействие социально-психологических условий жизни, работы, а также морально-этическое состояние общества. Перед нами стояли две основные задачи: увеличение индивидуальной продолжительности жизни, её качества и увеличение видовой продолжительности жизни (россиян в целом).

ПРОЦЕССЫ ЕДИНОГО ЭНЕРГООБМЕНА

Биохимик В. Энгельгард тоже представлял нашу жизнь как единство трёх потоков - материи, энергии и информации. Система саморегуляции психической энергии заключена в обратной связи человека с окружающим миром (Природой), суть которой определяется Законами Ноосферы по Вернадскому, когда действие равно противодействию, осуществляемому через единство информационного поля человека и Вселенной!

Единство процессов диссипации энергии при разрушении (смерти) объектов как неживой, так и живой Природы говорит, прежде всего, о Единстве Мира, в котором кто-то очень опрометчиво разделил Целое на отдельные и независимые части!

Понимание ЕДИНСТВА Природы крайне необходимо, ибо современная наука практически остановилась в своём развитии, не позволяя человеку заглянуть в Великий КОСМОС, останавливая его не только в средствах передвижения, но, самое главное, и в понимании того, что же собой представляет Великое ЦЕЛОЕ!

Как ни парадоксально это звучит, но сама наука, не имеющая чётких представлений о Пространстве, о

Великом Начале Начал, стала тормозом прогресса Сознания человека, отдав этот принципиальный вопрос на растерзание религиозным, очень часто псевдонаучным, представлениям.

Прежде всего, следует отметить, что все процессы, происходящие в КОСМОСЕ, на Планете, в самом человеке, в его клеточном пространстве (в отдельной клетке), являются процессами Единого энергообмена и, конечно, перераспределения информационных потоков, ибо Пространство, вне зависимости от масштаба, является ЕДИНЫМ, называемым Сферой Разума, или Ноосферой!

Мы все находимся в этом «бульоне Разума», подвергаясь воздействию не только Великих Ритмов Вечности или Планетарных ритмов, но ритмов (более низких частот) человечества, народов и своих родов. Как самый чувствительный инструмент биологического проявления Высшего Разума люди имеют возможность не только чувствовать наличие или отсутствие Великой Гармонии Вечности, но и реагировать на эти ритмы, изменяя или приспособляя свои гармоник к внешнему информационному воздействию. Следует помнить, что как часть Единого информационного поля мы в состоянии и управлять этими информационными потоками, если не на Планетарном уровне, то на уровне Народа и родов - безусловно!

Поэтому, масштабируя человеческие возможности по управлению информационными потоками, можно сразу определить, что наша адекватная реакция на внешнее (Космическое или Планетарное) воздействие определяет не только срок нашей жизни, но и эволюцию Со-Знания как части Великого Космоса.

Реакция же клетки человека, рассматриваемой нами как «маленький человечек», находящийся в информационном поле «человечества» (человека), абсолютно точно определяет продолжительность жизни, вероятность проявления болезни (внутреннего НЕСОВЕРШЕНСТВА) и возможность её излечения.

Поэтому если и говорить о медицине современного человечества, то, в соответствии со Словами Создателя об энергоинформационном Единстве Целого и его частей, медицина и любые технологии неживой Природы, по существу, сводятся к управлению информационными потоками, как на уровне человека, на уровне человеческой клетки, так и

объектов неживой Природы - повторяю, части Великого Целого!

УПРАВЛЕНИЕ ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННЫМИ ПОТОКАМИ

Значит, медицина будущего должна быть технологией контроля и управления информационными потоками, и как результат - управления потоками перераспределения энергии, ибо, как показали результаты скрининга, затраты человеком РАБОТЫ на приём и переработку информации лекарственных препаратов, во многих случаях являются невосполнимой потерей внутренней энергии, что подтверждает тезис Пирогова о том, что лечение есть поражение медицины!

Наша главная задача - научиться измерять, контролировать и управлять энергоинформационными потоками, понимая, что человек и его клетки являются не только приёмниками внешнего информационного поля, но ответными передатчиками этих вибраций высоких и низких частот в окружающее их Пространство, и эта причинно-следственная связь не только вечна, но и определяет целесообразность эволюции и срока жизни человека в Плотном плане (Материальном мире)!

Согласно современным физическим представлениям, структура атомов и молекул определяется Фундаментальными Системными Канонами, начиная с Принципа Нейтральности (Равновесия), имеющего прямое отношение к Вариационному принципу (Принцип наименьшего действия, или принцип Гамильтона). Синтез атомов и молекул, начиная с формирования электронных оболочек (теория Паули [5, с.239]) происходит по уникальным для каждого типа образований причинно-следственным (информационным) цепочкам, формируемым квантово-механическими законами, определяющими собственные гармоник (квантовые состояния) системы элементов, уровни энергии этих состояний, вероятности их проявления и вероятности переходов между этими состояниями. Данные факторы значительно влияют на процесс синтеза атомов, молекул, траекторию роста кристаллов, органических молекул с использованием ДНК и т.д. При этом система элементов занимает наиболее энергетически целесообразную Нейтральную (равновесную, устойчивую) конфигурацию

(Вариационный принцип). Процесс синтеза (разрушения) не может не сопровождаться переходами между состояниями, которые выражаются в поглощении или излучении квантов света (фотонов) и других видов энергии. Измерение и спектральный анализ эмиссионных процессов в объектах как живой, так и неживой материи даёт нам информацию об их внутренней структуре и о возможности управления процессами внешнего и внутреннего взаимодействия, а также о возможности менять их направление.

Отсюда активность эмиссионных процессов в клетке (объект живой Природы) и в твёрдом теле (в объекте неживой Природы) можно представить как результат внешнего воздействия в виде энергии (или информации), и эти волновые процессы (количественные и качественные характеристики) отражают не только интенсивность внешнего давления, но и гетерогенность (жизненную активность) клетки, как и объекта неживой Природы. Здесь считаем целесообразным введение понятия остаточной внутренней деформации (искажения) в клетке, также как и в металле, характеризующего как процессы старения, так и процессы возможной реструктуризации и восстановления клетки или всего биологического объекта.

Это позволяет нам сформулировать понятие энергоинформационной медицины, которое в соответствии с Канонами причинно-следственных связей подтверждает слова Великого Пирогова о том, что «лечение есть поражение медицины, настоящая медицина - сплошная профилактика» или управление процессом перераспределения информации (энергии), а значит, сроком и активностью жизненного цикла!

Теперь, если представить, что объект (клетка крови) находится в гетерогенной среде с определёнными характеристиками (рис. 1), то интенсивность эмиссионных процессов в системе «информация - объект - информация» будет зависеть от уровня внешнего и внутреннего информационного воздействия и, конечно, от уровня гетерогенности среды.

ИНФОРМАЦИЯ - ОБЪЕКТ - ИНФОРМАЦИЯ

Эти эмиссионные процессы следует рассматривать как реакцию объекта на внешнее воздействие информации по системе «ИНФОРМАЦИЯ

- ОБЪЕКТ - ИНФОРМАЦИЯ», характеризующейся волновой природой и, конечно, качественными и количественными параметрами, зависящими от силы (напряжения) информационного воздействия!

Примем, что информационное воздействие без последствий для организма (клетки) есть УПРУГАЯ ДЕФОРМАЦИЯ объекта, а информационное воздействие с неактивными последствиями - УПРУГО-ПЛАСТИЧЕСКАЯ ДЕФОРМАЦИЯ.

Интенсивность эмиссии (диссипации) всех видов энергии по схеме «ИНФОРМАЦИЯ - ОБЪЕКТ» будет зависеть от уровня внешнего и внутреннего воздействия и, конечно, от состояния (гетерогенности или внутренней однородности) организма человека!

Измерение интенсивности излучения открывает возможность определения не только размера объекта, но и интенсивности процесса перераспределения информации (энергии), а значит, возможности управления (через обратную связь) жизнедеятельностью (профилактикой) человеческого организма или производством (технологией) конструкций из объектов неживой Природы:

Выводы:

В предлагаемой энергоинформационной модели объектов живой и неживой Природы (Целого) за основу принимается ЕДИНСТВО и наличие обратной связи, что формирует технологию реальной профилактики, восстановительной реабилитации и управления процессом ревитализации (старения).

Информация (обратная связь) о физических процессах на уровне объектов микромира (живой и неживой Природы) позволяет сформулировать и новое научное направление, в том числе и медицинской практики, под названием «энергоинформационная профилактика», ибо вмешательство медицины, как ни странно это звучит, в процесс лечения болезни опасно для здоровья и долголетия человека, накрепко связанного с Создателем!

МАСЛОВ Л.И., д.т.н., профессор, академик РАЕН, генеральный директор Холдинга «НИИ Здоровьесберегающих технологий». ЩЕРБАКОВ А.П., к.ф.м.н., Институт оптики атмосферы СО РАН. ПЕНКИН А.Г., к.т.н., директор ООО «Специальные диагностические системы».

БИОТИОЛЫ И ЖИЗНЬ

В качестве аннотации нашей темы приведём отрывки из его книги «Редокс реакции в космобиологии»:

«Среди интригующих проблем современной фундаментальной науки особое место занимает «первая в истории науки масштабная междисциплинарная проблема» взаимосвязей нашей планеты с ближним и дальним Космосом.

В настоящее время под напором нарастающей лавины фактов рушатся устои традиционных взглядов. Оказалось, например, что периодичность многих явлений, происходящих в атмосфере, биосфере, гидросфере и литосфере Земли, совпадает с динамикой физических явлений, наблюдаемых на Солнце (пятна, вспышки и др.)

Наши усилия были направлены на изучение того, какими путями реализуется влияние космических и земных факторов на живые организмы. Исследования продолжались более 40 лет.

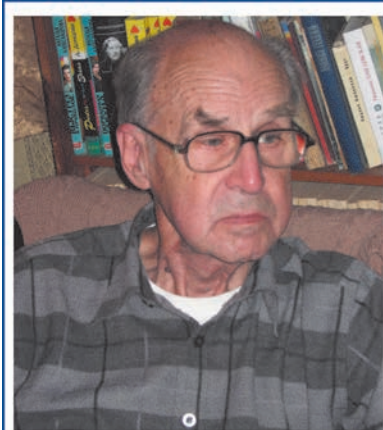
В свете полученных нами данных важнейшей стороной механизма действия космогеофизических факторов на живые организмы является их влияние на окислительно-восстановительные процессы и системы. Ключевая роль при этом принадлежит тиоловым соединениям, содержащимся в организме. Благодаря уникальным свойствам биотиолов становятся возможными сенсорно-регуляторные функции тиолдисульфидной системы».

- Виктор Владимирович, начнём с «азов». Почему именно окислительно-восстановительные процессы являются важнейшими, и что вообще такое биотиолы и тиолдисульфидная система?

В.В.: Начнём с того, что особенно-стью живых организмов является:

- непрерывный обмен веществами, энергией и информацией с окружающей средой;
- реакция на внешние воздействия и адаптация к ним;
- размножение и рост;
- механическая работа.

В основе всех этих процессов лежит происходящее в клетках организма непрерывное и направленное движение электронов. Движение, перемещение электронов и происходит в ходе окислительно-восстановительных реакций, когда электрон от донора (восстановителя) переходит на акцептор (окислитель). При этом восстановитель окисляется, а окислитель восстанавливается. То есть, по сути своей окислительно-восстановительные процессы – это отдача и приём электронов, которые



У нас в гостях доктор медицинских наук, профессор СОКОЛОВСКИЙ Виктор Владимирович, автор концепции молекулярно-клеточных механизмов неспецифической резистенции (универсальной устойчивости) организма.

являются элементарными носителями энергии. На этих процессах приёма-отдачи и зиждется наша жизнедеятельность.

Тиолы – это своего рода спирты, у которых гидрофильная группа не OH, а SH, т.е. вместо кислорода сера. Биотиолы – это органические вещества, молекулы которых содержат одно или несколько соединений серы с водородом, т.е. группу -SH (сульфгидрильная группа). Уникальные особенности тиолов и обусловлены присутствием группы SH.

- В чём заключается уникальность?

В.В.: Благодаря уникальным особенностям атома серы биотиолы легко отдают электрон и протон водорода на нужды организма, к примеру, для нейтрализации токсичного вещества или оксиданта. При этом сами биотиолы соединяются между собой в дисульфидные группировки. Схематично это выглядит так:



В мягких условиях дисульфидные группировки тиоловых белков снова присоединяют себе водород и электрон и восстанавливаются. Эта обратимость окислительных реакций тиоловых соединений – как оказалось, одно из важнейших свойств живой материи. Такое уникальное свойство обратимости тиолов и дисульфидных группировок и образуют тиолдисульфидную редокс систему. Редокс – это окисление-восстановление.

При определении количества восстановленных и окисленных форм тиолов, то есть количества сульфгидрильных (S-H) и дисульфидных (S=S) групп в крови здоровых взрослых людей обоего пола оказалось, что величина тиолдисульфидного отношения (ТДО) крови в среднем равна 3,0 (данные получены сотрудниками В.В. Соколовского в 1980-е годы). То есть, сульфгидрильных групп должно быть в 3 раза больше дисульфидных. В последнее время в литературе приводятся меньшие цифры: 2,5 – 2,6, что вполне объяснимо, если

учитывать значительно более насыщенную стрессами разного рода современную жизнь, нежели это было 30 лет назад. Фатальное прогностическое значение имеет «застывание» ТДО на предельно низком уровне, для крови человека близком к 1,0 (к единице), когда количество сульфгидрильных групп в организме равно количеству дисульфидных.

Поэтому важно отметить, что живая система не должна находиться в равновесии. Равновесие – это остановка. Природа распорядилась так, что живая система всегда находится в состоянии устойчивой неравновесности.

- Выходит, что неблагоприятный фактор для организма – это воздействие сильного окислителя, который забирает разом большое количество электронов. В школе под окислителем обычно подразумевают кислород.

В.В.: В роли окислителя может выступить любое вещество или соединение, которое перетягивает на себя электроны. Например, диоксид азота NO₂ или элементарный фтор F. Кстати, с изучения фтора и начались мои исследования в данной области.

- Каким образом?

В.В.: Началось с того, что я, будучи старшим научным сотрудником лаборатории при Военно-медицинской Академии, решал проблему безопасности использования элементарного фтора в качестве окислителя для ракетного топлива. Фтор – исключительно высокотоксичное вещество и самый мощный окислитель. Было бы весьма перспективно запустить его в дело, но насколько это будет безопасно для людей, которые будут работать с топливом.

Меня назначили руководителем исследовательской группы, перед которой поставили задачу дать полную токсикологическую характеристику элементарного фтора. Чтобы

определить пресловутую ПДК (предельно допустимую концентрацию), мы провели эксперименты на всех уровнях от молекулярного до организменного, в том числе на разных видах животных. А в заключении я провёл эксперимент на себе.

- Как же Вы решились на такой риск?

В.В.: Экстраполяция данных о токсичности фтора с животных на человека – очень коварная вещь. И давать заключение о безопасности установленной предельно допустимой концентрации фтора без опытов на людях я не считал возможным, так как нес ответственность за результат. Поэтому и засунул свою грешную голову в камеру для исследований. Со мной ничего не произошло. На следующий день и мой однокурсник Илья Барышников повторил этот опыт на себе. Тогда мы не задумывались об отдаленных последствиях. А спустя 34 года и у Ильи, и у меня развились злокачественные опухоли. Не исключаю, что это практически одновременное появление у нас онкологических заболеваний может быть результатом тех экспериментов.

Вся история с промышленным применением элементарного фтора в итоге лопнула, но те годы стали трамплином для прыжка в будущее. И всё, что мне удалось сделать, идёт оттуда.

- Вы выявили у тиолдисульфидной системы сенсорно-регуляторную функцию. Что это такое?

В.В.: Это значит, что тиолдисульфидная система как бы считывает информацию об изменениях окружающей среды и в соответствии с ней регулирует своё состояние и состояние окружающих её клеточных компонентов. Макромолекула белка содержит встроенные в неё тиолдисульфидные участки, ответственные за его конформацию (пространственную структуру, форму). Меняется редокс состояние окружающей среды – меняется редокс состояние тиолдисульфидного участка, вследствие чего изменяется конформация белка, и в результате меняется его специфическая биологическая активность.

Таким путем тиолдисульфидные белки реагируют на внешнее сигнальное воздействие, как сенсор, изменением своей структуры и функции. Система (цепочка) тиолдисульфидных связей обеспечивает перенос сигнала и конечный регуляторный эффект. Например, активируется или ингибируется (тормозится) фермент, блокируется или

«Вы (Я говорю о человечестве) УНИКАЛЬНЫ, ибо вобрали в себя все лучшие черты Творящего Начала Начал, проявленного в биологической форме жизни, а значит вобрали в себя способность к САМОВосстановлению...»

(«Откровения людям Нового века» Послание от 08.02.2013, ст. 12)

стимулируется нейрорецептор или гормональный рецептор, сокращается или расслабляется мышечное волокно, регулируется активность генов и т.д.

Тиолы в силу тех свойств, которыми их наградила Природа, - регуляторы.

Материя, энергия и информация находятся в триединстве. И в тиолах это триединство выявлено.

Совсем недавно, в 2015 году, американские ученые опубликовали обзорную статью под названием «Редокс-код», где декларирована ведущая роль тиолдисульфидной системы в жизнедеятельности клетки. Но ведь мы говорили об этом ещё в 1982 году! Мы без ложной скромности опередили американцев более чем на 30 лет.

- Вы пошли ещё дальше: стали исследовать связь человека с Космосом.

В.В.: Да. Всё вышеизложенное было первым этапом моей научной работы. И на этом всё бы закончилось, если бы не один случай. В процессе работы мы ежедневно в стандартных условиях проводили опыты с окислением унитиола (искусственно синтезированного тиола). Внезапно очередной опыт показал сильное отклонение от всех предыдущих – скорость реакции была гораздо больше.

Это не находило правдоподобных объяснений, так как были перепроверены все условия проведения эксперимента. Стали ломать голову, в чём причина. Я подумал, что вмешался какой-то внешний фактор. Но что? Перебирая возможности, предположил, не связано ли это с влиянием Солнца. Чтобы выяснить происходило ли что-то аномальное на Солнце в этот день или нет, поехал в Пулковскую обсерваторию, которая официально осуществляет наблюдения за солнцем. Там на меня посмотрели, как на сумасшедшего. Общий смысл высказываний сотрудников обсерватории сводился к тому, что «этого не может быть, потому что не может быть никогда». Я пристыженный уехал, а мысль свербит.

За консультацией я отправился в геофизическую обсерваторию имени Воейкова, где мне неожиданно повезло. Правильно говорят, что для православного человека нет случайностей. Старший научный сотрудник Б.И. Сазонов очень заинтересовался моей идеей и сказал, что Пулковская обсерватория выпускает ежедневные бюллетени о состоянии солнечной активности. Более того, эти

бюллетени стояли у него на полке. Что вы думаете? В тот день действительно был мощный всплеск солнечной активности! Так я первый раз в жизни испытал восторг открытия и возвращался из обсерватории как на крыльях.

Хорошо, солнце, всплеск активности... но каковы механизмы происходящего? Было известно, что всплески солнечной активности сопровождаются возмущением магнитного поля Земли. Так может именно оно влияет на скорость нашей реакции? Чтобы проверить эту гипотезу, я отправился в магнитометрическую обсерваторию, где в то время велся круглосуточный мониторинг состояния магнитного поля в Ленинграде, и обратился к её директору Эдуарду Степановичу Горшкову*. Как оказалось, магнитной бури в день проведения опыта не было, но Эдуард Степанович проявил к проблеме живой интерес и с тех пор принимал активное участие в исследованиях. В его лице я обрел друга и единомышленника, который внёс неоценимый вклад в дальнейшее развитие представлений о механизмах космобиологических связей.

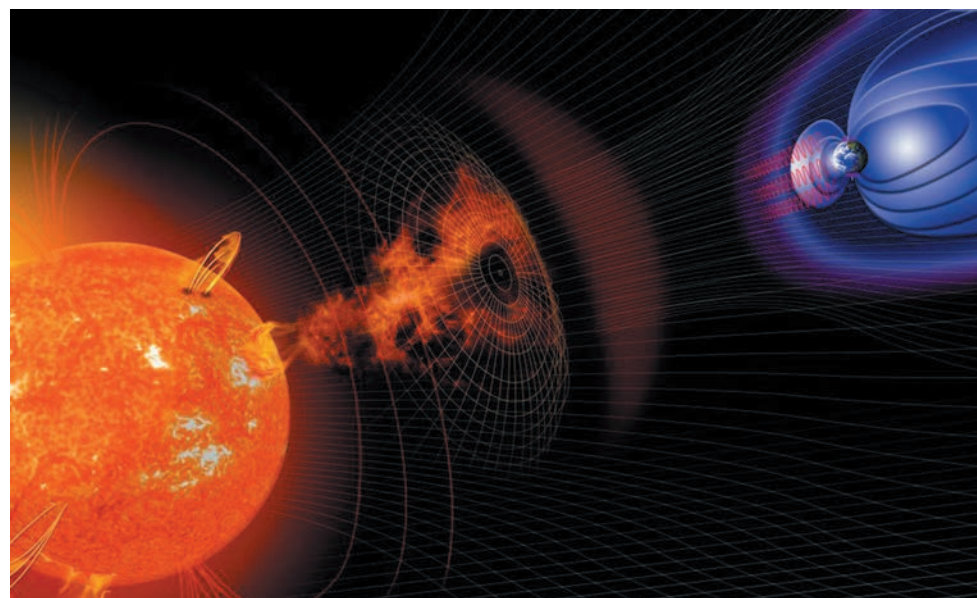
Для того чтобы установить, какие космогеофизические факторы влияют на скорость окислительной реакции, мы ежедневно и даже круглосуточно проводили эксперименты не только в Ленинграде, но и в далеких экспедициях в Арктике и Антарктиде. В трудные 90-е годы нами была организована домашняя лаборатория, чтобы измерять скорость окисления в ночные часы.

Таким образом, именно многолетние наблюдения за скоростью реакции окисления унитиола («унитиоловый тест») позволили нам впервые почувствовать «дыхание Космоса» - постоянное и изменчивое. Оказалось, что тиолдисульфидное редокс «неравновесие» постоянно существует, как в неодушевленной природе, в окружающей нас среде, так и в живом организме.

- Так какие же факторы действуют на эту реакцию?

Как показали наши исследования биологически активными космогеофизическими факторами, оказывающими влияние на тиолдисульфидную систему, являются:

1. Факторы электромагнитной природы:
 - солнечная активность и её циклы;
 - магнитное поле Земли и его возмущения;



Флуктуации – колебания, волновое движение.

- межпланетное магнитное поле, в частности его секторная структура.
2. Факторы гравитационной природы:

- изменения параметров вращательного (вокруг своей оси) и поступательного (по орбите) движения Земли;
- новолуния, полнолуния, солнечные и лунные затмения;
- циклы соединений и противостояний планет Солнечной системы.

А также значение географической широты наблюдений, что подтверждено синхронным проведением опытов на средней широте (г. Санкт-Петербург), на полярных широтах Арктики и Антарктики и на экваторе в момент пересечения его научно-исследовательским судном.

Эти факторы влияют на флуктуации* окислительно-восстановительного равновесия как в модельных условиях (окисление дитиола нитритом в водном растворе), так и в тканях живых организмов.

Следовательно, возникают основания воспринимать космический сигнал, как регулятор окислительно-восстановительного состояния окружающей среды и живых организмов и, соответственно, как регулятор биохимических и физиологических процессов в живых системах.

Собранные нами факты высвечивают ведущую роль тиолдисульфидной редокс-системы в биохимическом механизме реакций живых организмов на космогеофизическое воздействие и, по всей вероятности, являются ключевой физико-химической основой космобиологических связей.

- Наверное, для многих людей мысль о том, что Космос влияет на биологические процессы на Земле, выглядит, по меньшей мере, сомнительной. Вас никогда не упрекали, что Вы занимаетесь лженаукой?

В.В.: Такие упреки вполне возможны, так как новые идеи часто с трудом воспринимаются в научном

мире. Академик РАЕН С.Э. Шноль, биофизик, на международной конференции сказал в пылу эмоций: «физика отвратительна тем, что она впускает в себя только то, что件нятно». Другими словами, всё, что на сегодня непонятно, - этого быть не может. Мы в полученных нами результатах абсолютно уверены. Они подтверждены многочисленными опытами, опубликованы в различных научных изданиях, представлены на международных конференциях. В последние годы сходные исследования стали появляться и за рубежом, и то, что на первых этапах могло показаться кому-то околонульными спекуляциями, сейчас уже является непреложными фактами.

- И в заключении, что бы Вам хотелось бы сказать?

В.В.: Огромное влияние на моё мировоззрение оказал А.Л. Чижевский. Я исповедую его взгляды о жизни на нашей планете. Он писал: «Мы привыкли придерживаться грубого и узкого антифилософского взгляда на жизнь, как на результат случайной игры только земных сил. Это, конечно, неверно. Жизнь же, как мы видим, значительно в большей степени есть явление космическое, чем земное. Она создана воздействием творческой динамики Космоса на инертный материал Земли. Она живёт динамикой этих сил, и каждое биение органического пульса согласовано с биением космического сердца этой грандиозной совокупности туманностей, звёзд, Солнца и планет».

В этом весь Чижевский, его взгляды и романтическое восприятие Вселенной. Великолепная мысль!

Создатель или Высший Космический Разум безусловно существует. Ведь чтобы выстроилась такая грандиозная система, как наша Вселенная, предварительно нужен план строительства, а уже потом – его реализация.

Беседу провели Александр ИОРДАНОВ, Татьяна ИОРДАНОВА.



Принцип действия антиоксидантной защиты.

***примечание редакции:**

Горшков Э.С. – ветеран СПб филиала Института земного магнетизма и ионосферы РАН, кандидат физ.-мат. наук. Исследователь магнитных свойств метеоритов и горных пород. Автор 2-х научных открытий, 10 патентов РФ на изобретения.



В основе ноосферного образования лежит понимание роли биосферы Земли. Для земледельца – это знание круговорота элементов в тропосфере и литосфере: воздух, земля, пашня, сельскохозяйственные растения, изымаемая продукция питания, человек. Имея знания и руководствуясь Волей Божьей человек отвечает за среду обитания и ноосферу. Плодородный слой Земли ничтожно мал, тонкая плёнка, одна миллионная часть диаметра Земли. Она и кормит всё живое. У человека должно быть правильное отношение к земле-пашне.

Золотое отношение в накоплении и распределении элементов в плодородном слое земли – это ключ к пониманию его законов. Ноосферное образование относится и к правильному земледелию: пашня – плодородие – севообороты – живая биомасса микрофлоры – вспашка – удобрения – сохранение гумуса – получение продукции для себя и потомков, не истощая плодородие почв.

- «Золотая середина (огненная, бриллиантовая, алмазная)..., целые трактаты написаны об этом законе. Он употребляется в пирамиде Хеопса, в архитектуре, живописи, музыке и в человеке. Это закон гармонии, закон бытия. ... в человеке должно быть всё прекрасно, гармонично, всё должно подчиняться закону Золотого сечения. Закон композиции уравнивает все энергии между собой... По закону Золотого сечения все явления природы совершаются в этом диапазоне – в Золотом сечении. Где этот закон нарушается, сразу возникает разрушение...». 236-й закон композиции или Золотого сечения – М. Мориа. Пенза. «Алмазное сердце», 2004. С92-93.

Из «Откровений людям Нового века» от 26.03.08:

П11. Чтобы как-то вам ориентироваться в этом мире, как я сказал, было оставлено очень много подсказок, ибо Помощь Моя, если вы проявляете должное внимание, есть повсюду!

П13. Одной из таких подсказок, известных вам из истории человечества, является так называемое Золотое сечение, определяемое во многих науках, как оптимальное соотношение сторон.<...>

Каждая энергия пространства имеет своего носителя (Р.Штайнер, 1924). Человек в Плотном плане, обладая наибольшей энергией от природы Творца для эволюции сознания должен иметь 62% духовно-квантовых энергий Сознания и 38-34% материальных энергий, по Золотому сечению. Тогда человек будет вписываться в фон Золотой гармонии Природы (озвучено в газ. Родовая Земля, 2013, №7). В физическом плане, если человеческое тело вписывается в Золотые пропорции, идущие от Творца, наблюдается истинная красота (Леонардо Да Винчи, Дюрер; Матила Гика, 1931, Фриссел, 1998; Васютинский, 2006). У человека в Золотом интервале с периодом обращения планет вокруг солнца связан энерге-

принимающие и распределяющие энергии на метаболизм элементов в живых системах микроорганизмов по Золотому сечению. Основными 4-мя жизненно-важными элементами растительной и животной пищи для человека, поступающими из Земли, являются С, N, O, H. В метровом верхнем слое, наиболее подверженном солнечной радиации (Ленинджер, 1974), в накоплении этих элементов проявляется Золотое отношение 1,3-1,7.<...>

Следовательно, накопление или расходование энергии биомассой микрофлоры почв, в основном водорослей и грибами, проходит в Золотом интервале. Далее, вся живая система почвенной массы, если не нарушена хозяйственной деятельностью,

ядохимикатов, обогащение минеральными элементами без органического «буфера», пропашные интенсивные севообороты, монокультура, засоление неправильным орошением и т.д. Особенно сильно сокращается масса микоризных грибов – в 40 раз. Лишаются растения-хозяина. При длительном «насильном притягивании минерального» симбиоз микрофлоры меняется от синтезирующих (водоросли, эукариоты, черви, ВАМ) видов к потребляющим (бактерии, бациллы, актиномицеты, токсичные виды эукариотов) и патогенным формам (Марфенина, 2005).

Особо нужно сказать о дождевых червях – клапанах плодородия. Выведенные культурные штаммы – идеальные сельскохозяйствен-

биомассы сокращается на 18-33%. Пестициды, фунгициды и другие загрязнители, как ингибиторы, увеличивают нагрузку на микрофлору в 3-5 раз, чем в природной почве. «Загубить» жизнь почвы можно быстро. Восстановление или самоочищение при исключении «нагрузок» проходит за 2-5 лет, даже до 7 лет (Ананьева, 2003). После прекращения применения минеральных удобрений в течение 30 лет в дозах 60-100кг/га только через 10 лет можно было утверждать, что почва пришла в равновесие по населённости микрофлорой по сравнению с неудобренной почвой (Козлова, 2005).

«Пашотная почва – это живой организм и имеет определённый предел своих возможностей». Э. Пфайффер, 1994.<...>

Научными исследованиями показано, что в севооборотах наибольший урожай можно получить, когда минеральные удобрения вносятся по фону питательных веществ из органики в Золотом отношении: на 60-70% из органического вещества и на 40-30% из минеральных добавок (Ильина и др. 2004). Исследования велись в течение 25 лет в севооборотах на серой лесной тяжелосуглинистой почве Рязанской области. Наибольший урожай культур составил 4-7т/га корм. ед., урожайность возрастала на 12-16%, шло воспроизводство гумуса.<...>

Рекомендации П.А. Никончук, 2012, для всей Белоруссии: **«При освоении рекомендуемых севооборотов в пашотные почвы республики ежегодно может поступать 13900 тыс. тонн абсолютно сухой органической массы за счёт корневых и пожнивных остатков сельскохозяйственных культур. Нужно только вносить 8744 тыс тонн органических удобрений. В расчёте на подстильный навоз это составит 12 и 7,6т/га ПКО и органических удобрений. В общем количестве поставляемой в почву органической массы доля растительных остатков (корневая и пожнивная) составит около 62% и органических удобрений 38%».**<...>

Пожнивно-корневые остатки на пашне, особенно корни, способствуют формированию плодородия. Особенно кремний, содержащийся в корнях в наибольшем количестве (Титлянова, 2007), является катализатором при формировании гумуса. Разложившаяся корневая масса обеспечивает 70% питания растений N, P, K, Ca, Si, P, Mg (Титлянова, 2007). Количество углерода также больше в корневой массе.<...>

При внесении минеральных удобрений в России



тический возраст (Якимова, 2001). Физиологические параметры человеческого тела имеют множество Золотых параметров (по Флиндт, 1992, «Биология в цифрах»). Сердце работает по Золотому сечению (Цветков, 1999, 2008). Элементарный состав тела в 70кг на 63% (44кг) представлен кислородом. Остальные 37% - углеродом, водородом, азотом, кальцием, фосфором, микроэлементами. Соотношение кислород/остальные элементы 63%/37% = 1,7 – золотое.<...>

Человек на Земле является организованной энергетически-вещественной сущностью, одновременно и Земной и космической (Шипов, 1993; 2006; Родионов, 2011). В тело человека энергия на 2/3 поступает с пищей, на 1/3 из эфира (прана). Также Золотое отношение.

Пищу формирует фотосинтез и плодородный слой почв, под воздействием солнечной энергии или радиации. Фотосинтез с помощью хлорофилла и Солнечной энергии идёт в Золотом отношении...

Для плодородия почвы носителем энергии пространства являются кремний и фосфор,

«работает правильно» в Золотом интервале по круговороту C, N, O, H, P, Ca, S, возможно и других элементов, на питание растений.<...>

Кремний для почвенных процессов – энергетический посредник, но мало изученный (Штайнер, 1924, Ланда, Гладкова, 1990, Детков, 2012).

«Молекулы кварца имеют форму тетраэдра и она порождает своеобразный аналог сверхэнергетики Земли, который, мгновенно рассеиваясь, овеивает будущую живую матерью. Плазменная энергия Земли каким-то образом переходит в Золотоносные корпескулы в объёме кристалла кварца. Кварц (кремнезём) – жизненный компонент Земли». Ланда, 1990.

Нарушает природную гармонию золотых отношений в плодородии почв и в «пейзаже» микроорганизмов («подземной коровы») хозяйственная деятельность человека. Для микрофлоры сильнейшим стрессом является вспашка. Общая биомасса сокращается в 4 раза. Далее – применение

ные животные. Содержатся до 1-4т/га (Игонин, 2006). Биогумус – продукт переработки ими всех органических отходов, компостов, навоза и т.д.; 60кг богатого всеми элементами питания органического удобрения заменяет по эффективности 1т химических удобрений (Егин, Рогов, 2013). Вермипродукт (биогумус) фульватно-гуматный с соотношением Стк/Сфк = 1,3-1,6 – по Золотому сечению. Гумус стабильный – 75-82% содержит С гумина. Имеются ТУ по содержанию червей и получению биогумуса (Игонин, 2006, Егин и др, 2013). В капролитах червей доминирует грибная биомасса, где определяется 90% связанного азота, количественно 63кг/га (Харин, Кураков, 2008, Умаров и др, МГУ 2008). Вот такое Золотое отношение в гумусе качественного торгового органического удобрения!!!

Однако, черви при концентрации минеральных солей 0,5% гибнут или «уходят». Особенно избегают внесения мочевины (Субботина и др, 1997).<...>

В условиях интенсивного земледелия при обработке гербицидами активность

теоретической основой оставался закон минимума Либиха, установленный в лабораторных условиях вегетационных опытов. Критика его взглядов объясняется новыми исследованиями последних десятилетий. Вывод Э. Пфайффер, 1994, заложивший в Европе и США основы биодинамики земледелия:

«при низком содержании органики – 1,5% - урожай потребляет необходимые ему питательные элементы из минерализованной почвы и из удобрений. Тут обоснована теория Ю.Либиха. При высокой гумусности (3% и более) на первый план выступают совсем другие отношения...».

При высоких дозах внесения минеральных удобрений в отсутствие органического «буфера» (навоза или других источников), нет адекватного роста урожая. Примером в России является Нечернозёмная зона. Исходя из того, что почвы этой зоны бедны питательными элементами и эффективность удобрений выше, чем в засушливых южных зонах, удобрения вносились в возрастающих дозах. В больших объёмах проводилось фосфоритование. <...>

При отсутствии навоза химические добавки нарушают Золотую гармонию биосистем.

Возвращаясь к росту урожайности зерновых после прекращения удобрённости в 1990-93 гг (или при низких дозах), можно найти объяснение не только остаточным последствием внесённых удобрений, но и установлением биологического равновесия в «пейзаже» микрофлоры...

Для роста урожайности ведущие агрохимики в настоящее время поднимают вопрос производства и применения минеральных удобрений в прежних объёмах (1990-1991 гг) (Державин, 2007, 2013; Чекмарёв, 2012; Сычёв и др., 2013, 2016). По последним расчётам есть три варианта: 1 – инерционный, уровень сохранения достигнутой урожайности, производства и применения 7,4-7,8 млн. тонн д.в.; 2 – расширенное воспроизводство почвенного плодородия для урожая зерна 120-125 млн. тонн, потребуется

9,5 млн. тонн д.в. удобрений; 3 – оптимистический вариант, получение 145-150 млн. т. зерна при интенсивном воспроизводстве почвенного плодородия, внося 13 млн тонн удобрений в д.в. (Сычёв и др., 2012, 2013)...

Много это или мало? Очень много, если нет навоза и Государственной политики на объём его заготовки и применения, нет поощрения земледельца за сохранение плодородия пашни. Расширенное воспроизводство почвенного плодородия требует внесения д.в. минеральных удобрений по превосходящей дозе органического «буфера», по Золотому сечению. Иначе, вместо воспроизводства гумуса пойдут его потери. Можно получить сиюминутную выгоду, для потомков останется истощённая пашня.

В настоящее время только к 2020 г планируется довести выход навоза до 178 млн. тонн (Иванов, Завалин, 2011)... Для России в данное время это нереально. Хотя есть желание очиститься от отходов, но нет узаконенной Государственной политики на компостирование всех органических отходов, как промышленных, так и сельскохозяйственных.

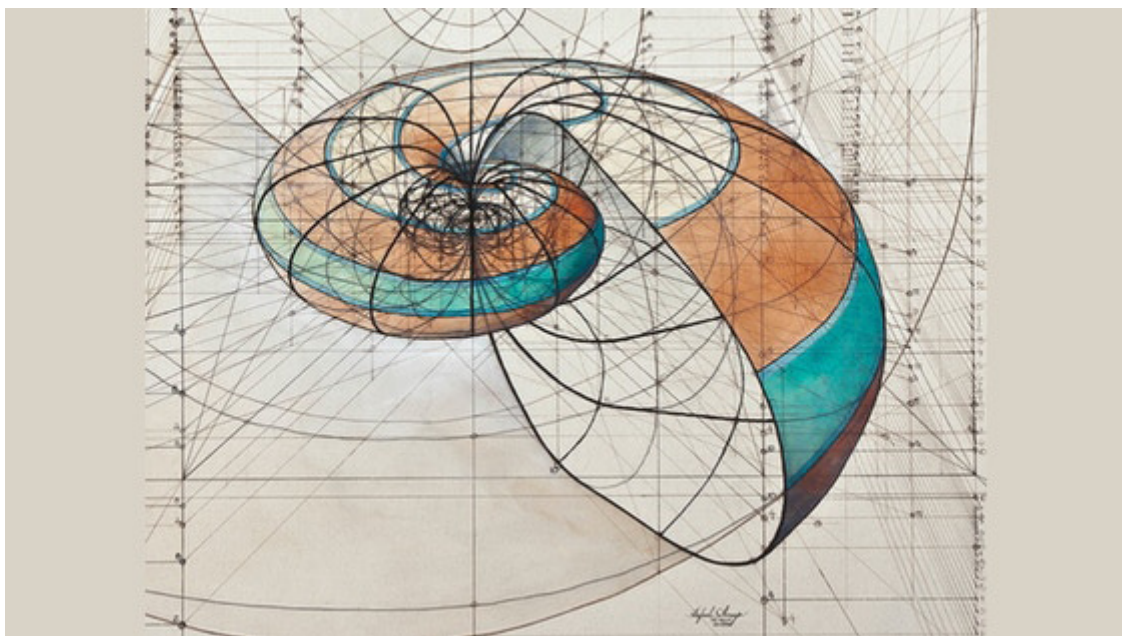
В балансовых методах расчёта потребности в минеральных удобрениях по выносу, приходную часть нужно тщательнее включать поступление с осадками и размеры фиксации азота и фосфина биомассой всей микрофлоры. Зачастую они занижены и не включают последние научные исследования. Это сократило бы расчётные величины потребности производства минеральных удобрений.

По России, если нет навоза на данные планируемые объёмы производства минеральных удобрений, то нужно переходить на травопольную систему земледелия, на биологизацию с внесением оптимальных доз минеральных удобрений, не приводящих к потере плодородия. Органическая составляющая в питании сельскохозяйственных культур должна быть выше в 1,6 раза по Золотому правилу.

**Эмилия Сергеевна
ИЛЛАРИОНОВА,
агроном-агрохимик, канд.
с.-х. наук.**

ЗОЛОТОЕ СЕЧЕНИЕ

«...помните, что оптимальное для вас движение к высотам Духовности, или совершенствование, достигается, когда соотношение векторов Духа и Материи соответствует Золотому сечению, ибо оно вечно, ибо оно есть Канон, в том числе и Канон Мира низких Частот вибрации» («Откровения людям Нового века» от 26.03.08, стих 30).



По мнению автора открытия Jean-Claude Perez SUPRA-код ДНК является универсальным биоматематическим законом, который указывает на высочайший уровень самоорганизации нуклеотидов в ДНК согласно принципу «Золотого Сечения» (http://works.doklad.ru/view/545P22_A84c.html).

Еще в 1925 году искусствовед Л.Л. Сабанеев, проанализировав 1770 музыкальных произведений 42 авторов, показал, что подавляющее большинство выдающихся сочинений можно легко разделить на части или по теме, или по интонационному строю, или по ладовому строю, которые находятся между собой в отношении золотого сечения. По мнению Сабанеева, золотое сечение приводит к впечатлению особой стройности музыкального сочинения. Наибольшее количество произведений, в которых имеется Золотое сечение, у Аренского (95%), Бетховена (97%), Гайдна (97%), Моцарта (91%), Шопена (92%), Шуберта (91%) (<https://www.baby.ru/community/view/219392/forum/post/153336305/>).

«Великий русский кристаллограф Г.В. Вульф (1863...1925) считал золотое сечение одним из проявлений симметрии. Золотое деление не есть проявление асимметрии, чего-то противоположного симметрии. Согласно современным представлениям золотое деление — это «асимметричная симметрия» («Золотое сечение», Виктор Лаврус).

«Ввиду исключительного значения Золотого Сечения в смысле такого пропорционального деления, которое устанавливает постоянную связь между

целым и его частями, и дает постоянное между ними соотношение, недостижимое никаким другим делением, схема, основанная на нем, выдвигается как нормативная на первое место и принята нами в дальнейшем как при проверке основ пропорциональности исторических памятников, так и современных сооружений... Считаюсь с этим общим значением Золотого Сечения во всех проявлениях архитектурной мысли, теорию пропорциональности, основанную на делении целого на пропорциональные части, отвечающие членам геометрической прогрессии Золотого Сечения, следует признать основой архитектурной пропорциональности вообще». (Проф. Гримм «Пропорциональность в архитектуре» (1935)).

Громкость звука.

Известно, что максимальная громкость звука, которая вызывает болевые ощущения, равна 130 децибеллам.

Если разделить этот интервал золотой пропорцией 1,618, то получим 80 децибелл, которые характерны для громкости человеческого крика.

Если теперь 80 децибелл разделить золотой пропорцией, то получим 50 децибелл, что соответствует громкости человеческой речи.

Наконец, если разделить 50 децибелл квадратом золотой пропорции 2,618, то получим 20 децибелл, что соответствует шепоту человека.

Таким образом, все характерные параметры громкости звука взаимосвязаны через золотую пропорцию.

Влажность воздуха. При температуре 18-20° интервал влажности 40-60% считается оптимальным.

Границы оптимального диапазона влажности могут быть получены, если абсолютную влажность 100% дважды разделить золотым сечением: $100/2,618 = 38,2\%$ (нижняя граница); $100/1,618 = 61,8\%$ (верхняя граница).

Давление воздуха. При давлении воздуха 0,5 МПа у человека возникают неприятные ощущения, ухудшается его физическая и психологическая деятельность. При давлении 0,3 — 0,35 МПа разрешается только кратковременная работа, а при давлении 0,2 МПа разрешается работать не более 8 мин.

Все эти характерные параметры связаны между собой золотой пропорцией: $0,5/1,618 = 0,31$ МПа; $0,5/2,618 = 0,19$ МПа.

Температура наружного воздуха. Граничными параметрами температуры наружного воздуха, в пределах которых возможно нормальное существование (а, главное, стало возможным происхождение) человека является диапазон температур от 0 до +(57-58)°С. Очевидно, по первой границе пояснений можно не приводить.

Вторая граница соответствует максимально возможной температуре наружного воздуха для организма человека.

Разделим указанный диапазон положительных температур золотым сечением. При этом получим две границы:

$$(57+58)/1,618 = (35,23+35,85)°C;$$

$$(57+58)/2,618 = (21,77+22,15)°C.$$

Обе границы являются характерными для организма человека температурами.

<https://www.baby.ru/community/view/219392/forum/post/153336305/>



ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

Чувства, желания и эмоции – это то, что делает нашу жизнь разнообразной, полноценной и удивительной. Они наполнены лучшими образцы человеческого творчества, они – суть наших воспоминаний и помыслов о будущем. Но одновременно они – источник серьезной опасности, поскольку в триаде «физическое тело – эмоции – интеллект» именно эмоции труднее всего поддаются сознательному контролю.

Выходя из привычного русла, поток эмоций сметает все разумное и ценное на своем пути и перекрывает возможность здраво мыслить, оценивать ситуацию и принимать адекватные решения. На фоне бурлящих эмоций невозможен поиск вдохновения, концентрация и постижение высших идеалов человечества. Чтобы обуздать его, необходимо научиться подчинять низшее – эмоции и желания – высшему (разуму, интеллекту, духовно-нравственному контролю). Достичь этого возможно, развивая и укрепляя ценнейшую способность нашего сознания – эмоциональный интеллект.

Одна из задач эволюции человека – достижение единства физического, эмоционального и ментального начал, их целостности и совершенства. Человек, чье физическое тело обладает достаточной крепостью, выносливостью и сопротивляемостью негативным факторам среды, чьи желания и эмоции стабильны и контролируемы, а разум гибок, открыт и наблюдателен, представляет собой совершенную личность, подготовившую себя для служения высшим духовным идеалам человечества.

Эмоциональность занимает среднее положение в триаде «тело – эмоции – разум». А это значит, что сбалансированная эмоциональная сфера, которая подразумевает самоконтроль, вдохновение и настойчивость, умение правильно мотивировать себя и распознавать эмоциональные состояния других людей, связывает воедино физическое и умственное начала в человеке. Без стабильных эмоций невозможно скоординированное физическое действие, а ум слишком возбужден, чтобы выявлять причины и видеть следствия. Бурлящие чувства мешают концентрации, сводя на нет все лучшие устремления человека, будь то формирование характера, общественная работа, научный и творческий поиск, молитва и высочайшее вдохновение.

Для людей с неконтролируемыми эмоциями также характерно отступление от строгих принципов морали и нравственности, им труднее понять боль и отчаяние другого человека, сопереживать и радоваться успехам окружающих, противостоять страхам. А эти качества просто необходимы в наше трудное время.

То, что мы наблюдаем ежедневно на экранах телевизоров и в собственной практике жизни, говорит о широкомасштабном выходе эмоций из-под контроля:

- конфликты в семье и на работе;

- моральное и физическое насилие, стремление контролировать и подавлять другого;
- распушенность и деморализованность;
- депрессии, рост эмоциональных расстройств и психических заболеваний;
- повышенный интерес населения к тематике агрессии и злоупотребления сексуальной природой, «смакование» боли;
- отсутствие ощущения безопасности, социальной и физической защищенности, постоянное пребывание в страхе за жизнь, работу, материальное благополучие и пр.

Но это лишь внешняя сторона проблемы, она отражает эмоциональное состояние большинства из нас.

Внутренняя сторона вопроса связана с эмоциональными проблемами тех, кто составляет авангард человечества. Люди, чей уровень сознания достаточно высок, чтобы не быть захлестнутыми эмоциональными волнами социума, сталкиваются с другими трудностями. Осознавая нужды общества, они хотят изменить ситуацию, содействовать выходу человечества из кризиса и стремятся использовать свой ум, талант и время для служения прогрессу и высшим идеалам. Успехи при этом чередуются с сокрушительными поражениями, любовь и признательность окружающих сменяется непониманием, насмешками и открытой травлей, уверенность в выбранном пути порой оборачивается растерянностью и ощущением тщетности всех усилий. Если не удержаться на этих эмоциональных качелях, если позволить отчаянию, самоуничижению или, наоборот, самодовольству и гордости взять верх, то решение насущных проблем человечества отодвинется на еще более дальний срок.

Все перечисленное рождает вопрос: а есть ли хоть какие-то средства и механизмы в самом человеке, которые позволят ему сознательно управлять своей эмоциональной жизнью и, как следствие, способствовать оздоровлению общественных отношений?

Современная наука доказывает, что такой механизм существует, и не просто механизм, а нечто,

относящееся к сфере способностей или одаренности человека – его эмоциональный интеллект.

Само понятие символично и отражает контроль низшего (чувственной природы, инстинктов, желаний) высшим (рациональным умом и интуицией). Оно родилось в результате более чем ста лет исследований природы эмоций и интеллекта, начала которых были заложены еще Ч. Дарвином, З. Фрейдом и Э. Торндайком.

Эволюцию понятия отражают этапы его осмысления разными учеными: «социальный интеллект» (Э. Торндайк, 1920-е гг.), «эмоциональная грамотность» (К. Штайнер и др., 1970-е), «межличностный и внутриличностный интеллект» (Г. Гарднер, 1980-е), «эмоциональная одаренность» (Д. Гоулман, 1995), «эмоциональный коэффициент (EQ)» (Р. Бар-Он, 1980-е и 90-е), «эмоциональный интеллект» (М. Бэлдок, 1960-е; П. Саловэй, Дж. Майер, Д. Карузо 1990-е и 2000-е; Д. Гоулман, 1995).

Что же такое эмоциональный интеллект (далее ЭИ)? Это метаспособность личности (от греч. *μετά* – «между», «через», в гуманитарных науках эта приставка отражает знание о себе, самоосмысление), то есть способность задействовать все имеющиеся в личном арсенале способности. Она включает «способность выработать для себя мотивацию и настойчиво стремиться к достижению цели, несмотря на провалы, сдерживать порывы и откладывая получение удовлетворения, контролировать свои настроения и не давать страданию лишиться себя возможности думать, сопереживать и надеяться» (Д. Гоулман, Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. – М., 2017. – С.74).

Психолог П. Саловэй выделил в составе ЭИ пять главных способностей:

1) **Способность знать свои эмоции.** Это не что иное, как самосознание, взгляд на себя со стороны, или способность распознавать чувство, когда оно возникает.

2) **Способность управлять эмоциями.** Этот дар также основан на самоосознании и отражает умение управлять своими чувствами, чтобы они не выходили за рамки. Если

этой способности нет – приходится постоянно сражаться с беспокойством. Если она развита – человек быстрее приходит в себя (в норму) после неудач и огорчений.

3) **Способность мотивировать самого себя.** В конечном счете, это умение привести себя в состояние вдохновения, необходимого как для творения самого себя, так и для созидательного труда во внешнем мире. Приведение эмоций в порядок необходимо для достижения цели, сосредоточения внимания, овладения собой и способности созидать. Контроль над эмоциями позволяет также отсрочивать удовлетворение и подавлять импульсивность.

4) **Распознавание эмоций других людей.** Эта способность, называемая в психологии эмпатией, – основной дар человечества. Она побуждает к альтруизму, мудрому управлению на основе любви и взаимопомощи, позволяет настроиться на тонкие социальные струны, чтобы понять, в чем нужда окружающих.

5) **Способность поддерживать взаимоотношения.** Это бережное и не критическое отношение к окружающим, уважение к их выбору и жизненной позиции (даже, если они заблуждаются). Оно основывается на понимании того, что каждый человек вправе получить необходимый социальный или личностный урок и что только выводы, полученные на личном опыте, пусть и ошибочном, составляют копилку мудрости человека, а не совет, данный со стороны. Это способность умело обращаться с чужими эмоциями, терпеливость и доброжелательность.

Рассмотрим перечисленные составляющие ЭИ несколько подробнее.

Суть первых двух способностей связана с самоосознанием. Это такое состояние, которое писатель Уильям Стайрон называл «быть сопровождаемым вторым «Я», а великий Зигмунд Фрейд – «ровно парящим вниманием». У. Стайрона, на высказывание которого ссылается в своей книге «Эмоциональный интеллект» и ученый-журналист Дэниел Гоулман: нам надо стремиться «быть сопровождаемым вторым «Я», прозрачным наблюдателем, который, не разделяя помешательства своего двойника, способен с бесстрастным любопытством следить, как сражается его компаньон».

Высшее «Я» наблюдает, как личность пытается найти островок суши в бурлящем потоке эмоций, если твердая почва обретена, мы можем слышать его подсказки и действовать безошибочно, интуитивно.

Распознавание собственных эмоций в момент их возникновения у всех происходит по-разному. Часто набор мыслей, подтверждающих, что самоосознание включено, не такой хладнокровный и бесстрастный, как нам хотелось бы. Тем не менее, мысли вроде «зря я поддался эмоциям», «ну, вот, опять», «не думать об этом», «я спокоен» и др. свидетельствуют о том, что мы, как минимум, пытаемся отстраниться от переживания, создавая параллельный поток сознания, не позволяющий погрузиться в водоворот эмоций и утонуть. Цель при этом – не подавить эмоции, которые, будучи загнанными вглубь, могут стать причиной болезней и расстройств, а обрести



– ДАР ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

душевное равновесие и оставаться дееспособным в любой ситуации.

Так эмоциональное самоосознание переходит в следующий принцип ЭИ – способность управлять эмоциями и избавляться от дурного настроения.

Например, естественным источником гнева и страха ученые считают эмоциональную память, которая помогает действовать эффективно в случае, когда нам действительно грозит опасность. Однако, наш мозг способен разжигать более обдуманную злость, которую мы можем зафиксировать как внутреннее проговаривание (монолог или воображаемый диалог с обидчиком) и вихрь возмущенных мыслей (если он запущен) очень долго не утихает, а потому всем нам знакома ситуация, когда долго не можешь уснуть, мысленно сражаясь с ветряными мельницами несправедливости.

Что в таких случаях советуют специалисты? Считается, что один из мощнейших инструментов смягчения гнева – это стремление разрушить убеждения, которые его питают. Рекомендуются не обдумывать то, что возмутило, а попытаться сформировать иной взгляд на ситуацию – еще раз описать ее, но уже с позитивной точки зрения: на какие ошибки она указывает, от чего предостерегает, какой опыт дает и т.п. Если момент упущен, рекомендуется охладить страсти в обстановке, не предполагающей дополнительных механизмов разжигания ярости. Целесообразны прогулки, развлечения, методики релаксации, переключения внимания. Главное – остудить гнев до того уровня, когда человек способен развеселиться.

Другой камень преткновения – это страх, волнение и беспокойство. Каждому известен страх, его диапазон огромен – от инстинктивных и архаических страхов перед темнотой и неизвестностью, до распространенных в наше время страхов потери близких, здоровья, денег и имущества, работы и уважения. Палитру дополняют страх смерти и физической боли, страх перед будущим, боязнь испытать страдания. Отдельное место занимает тревога, основанная на сомнениях. Сюда входит страх перед неудачей, боязнь не успеть и упустить благоприятную возможность, страх быть презируемыми теми, кто нам дорог, боязнь прослыть предателем и не оправдать возлагаемых на нас надежд.

Опричинах страхов и беспокойств написаны тысячи томов научной и популярно-прикладной литературы, и мы не имеем возможности даже кратко эти причины охарактеризовать. Скажем лишь, что ученые сравнивают беспокойство с наркоманией, так как наша лимбическая система (если можно так выразиться, самая древняя часть нашего мозга) видит в нем нечто логическое. Страх и беспокойство для нее словно амулет, который предохраняет от ожидаемого зла, и якобы может предотвратить грозящую опасность. Здесь напрашивается робкий вывод о том, что страх свойственен самой материи, из которой мы состоим, а потому противостоять ему чрезвычайно сложно.

Тем не менее, привычку беспокоиться, тревожиться и испытывать страх можно научиться контролировать. Первым шагом на пути контроля является самоосознание.



Необходимо, как и в случае с гневом, отследить вызывающие тревогу эпизоды как можно ближе к началу, в идеале – сразу, как только катастрофический образ запустит цикл беспокойства.

Далее рекомендуется дать решительный отпор мыслям, вызывающим беспокойство. Специалисты советуют занять критическую позицию в отношении своих катастрофических прогнозов. Можно задать себе вопросы: Велика ли вероятность того, что пугающее событие действительно произойдет? Есть ли какие-то варианты? Можно ли предпринять конкретные шаги? Поможет ли тревога? Необходимо помнить, что страх, стресс сужает мышление, не дает видеть ясно и принимать адекватные решения. Надо постараться дать ему отпор, сочетая вдумчивость и здоровый скептицизм.

Следующий принцип ЭИ – способность к самомотивации. Наилучшими мотиваторами и стимуляторами любых достижений ученые считают умение надеяться, оптимизм и умение войти в поток вдохновения.

Надеяться, с точки зрения ЭИ, означает не поддаваться навязчивой тревоге и не теряться в периоды испытаний и неудач. «Люди», – пишет Д. Гоулман, – «в ком надежда очень сильна, обладают особыми качествами, в том числе способностью находить для себя мотивацию, изобретательностью в отыскании способов решения задач, умением подбодрить себя в трудной ситуации, сказав, что все будет хорошо, гибкостью, чтобы находить способы достижения целей или изменить цель, если ее достижение невозможно. У них достаточно ума, чтобы догадаться разбить грандиозную задачу на меньшие и легко выполнимые части».

Оптимизм – другой великий мотиватор – эффективен лишь в том случае, если он реалистичен и лишен наивности. Это такая установка, которая помогает человеку не впасть в апатию, безнадежность или депрессию перед лицом суровых обстоятельств и испытаний. Оптимизм, как и надежда, подразумевает уверенность в том, что все, в конечном итоге, будет хорошо и послужит во благо, даже несмотря на неудачи и разочарования.

Высшим проявлением ЭИ специалисты считают умение войти в поток вдохновения. Все испытавшие это состояние, описывают его по-разному. Музыканты в такие

минуты чувствуют себя бестелесными, спортсмены отождествляют себя со стремительным водопадом или локомотивом. Халиль Джебран говорил: «Вдохновение всегда будет петь; вдохновение никогда не будет объяснять». К. Г. Паустовский сравнивал это состояние с сияющим летним утром, сбросившим темноту ночи. Исчерпывающе точно природу вдохновения охарактеризовал А. В. Круглов: «Настроение – это, когда ты “в духе”, а вдохновение – когда “в Духе”».

Это состояние высочайшей концентрации, приводящее к полному самозабвению. В такие мгновения мы теряем всякое самоосознание, не отслеживая, как мы действуем, и не беспокоясь об успехе или провале. Ученые, художники и любые мастера своего дела сравнивают эти моменты с пребыванием в молитве или медитации. Мы полностью лишаемся своего эго и получаем истинное удовольствие от своих занятий. Эмоции в этот момент направлены в нужное русло. Они положительные, полны энергии, внимание сконцентрировано, но не напряжено. В дальнейшем нам будет хотеться еще не раз побыть в этом состоянии. Именно это желание будет побуждать нас к служению и достижению мастерства, а не мечты о признании.

На обучении вдохновению современные психологи предлагают построить новую модель образования. Г. Гарднер считает вдохновение самым здоровым способом обучения детей, поскольку, во-первых, вдохновение приходит тогда, когда все силы и способности человека напряжены. А это значит, что с ростом умений и мастерства нужны будут все более сложные задачи для того, чтобы войти в поток творческого удовлетворения. Во-вторых, желая испытывать радость от труда, ребенок будет стимулировать себя сам (а не угрозы взрослых или обещание награды). Он не будет завидовать другим детям, поскольку каждый будет испытывать радость и чувствовать рост.

В русле предлагаемой модели необходимо будет выявить врожденные способности ребенка (а они, как правило, множественные, не только интеллектуального профиля), развивать его сильные стороны и одновременно укреплять слабые. Главное ее отличие от традиционных систем в том, что педагогам предстоит передать своим ученикам ценнейший

дар – умение направить эмоции на достижение полезного результата и поддержание правильных человеческих отношений. А для этого потребуются умение распознавать состояния других людей, сочувствие или эмпатия и высокая культура отношений.

Итак, мы подошли к двум последним упомянутым нами компонентам ЭИ. Эмпатия, как и все другие составляющие ЭИ, тоже является результатом самоосознания. Чем лучше мы знаем свои чувства и оттенки эмоций, тем легче нам понять других людей. Специалисты-психологи советуют помнить, что эмоции редко выражаются конкретно, через слова. Гораздо чаще они проявляют себя через невербальные сигналы (интонация, жесты, поза, выражение лица, глаз и пр.). Исследования по психологии общения показывают, что невербальным путем передается более 90 процентов информации. Она почти всегда фиксируется нами на подсознательном уровне, а вот довести ее до сознания умеют не все. Несмотря на обилие подсказок, появившихся в последнее время на телеэкранах и полках книжных магазинов, расшифровать невербальную информацию не так уж легко. Это скорее интуитивный процесс и результат опыта и наблюдательности, основанной на любви к окружающим. Поэтому детей советуют воспитывать чуткими к своему окружению.

Завершая обзор концепций ЭИ, отметим, что исследователи пытаются разработать эффективные методы его диагностики. Раньше, говоря о способностях человека, в первую очередь выявлялась его когнитивная оснащенность (логико-математические, языковые способности и объем памяти). Однако современные научные исследования доказывают, что ЭИ совершенно не зависит от показателя IQ, демонстрирующего преимущественно наследственные закладки и развитие логического мышления. Специалисты считают, что люди с высоким IQ иногда менее эмоционально стабильны и подвержены внутренним спадам.

Типичный пример тому – «отличник», получивший единственную четверку и переживающий эту ситуацию до состояния депрессии. Это не значит, что нужно стабилизировать эмоциональную сферу в ущерб интеллектуальному развитию, отнюдь нет. Но обратить внимание на выводы ученых, говорящих, что из двух интеллектуально равных друг другу людей преимущество на стороне человека с высоким уровнем ЭИ, все же стоит.

Такова природа эмоционального интеллекта – дара, который каждый из нас может развить в себе сам. Не лишним будет сказать, что концепции ЭИ и их авторы собрали богатый урожай критики. Их упрекают главным образом в том, что положения их теорий довольно утилитарны, что их выводы можно с легкостью приспособить к нуждам менеджеров по персоналу, крупных маркетинговых компаний и любых коммерческих структур (что и произошло на самом деле). Однако так происходит со всеми стоящими идеями: рожденные в блеске наивысшего нравственного устремления, они быстро подхватываются практиками и приспособляются к конкретным жизненным условиям. При этом они неизбежно теряют первоначальный блеск и красоту, но польза от их применения несомненна.



В гостях у газеты «Духовный старт», директор салона красоты «Клео» города Ярославля Алексей МИЛАКОВ и профессиональная, творческая команда.

- Алексей, салон является одним из ведущих города Ярославля и Ярославской области, за 15 лет его существования, работают и были выращены Чемпионы России, Призёры разных Чемпионатов, в том числе Москвы. В чём концепция салона?

А.М.: Изначально, концепция салона, давать качественные услуги на высоком уровне! Не просто услуги, а созданные и продуманные через научную организацию труда где учитываются все детали: красота помещения, дизайн, инструменты, оборудование, спецодежда, чтобы через эстетическую среду создать максимально комфортные условия для специалиста и клиента. Мэрия города часто выделяет нас, как один из ведущих салонов и у нас есть грамоты, кубки, неоднократно участвовали в съёмках журнала «Элитный квартал», на телевидении. Имеются городские дипломы, например, «Диплом доверия потребителей». За плечами 6-7 Чемпионатов России, и чтобы туда попасть, нужно занять 1 место в городском конкурсе.

- Алексей, у Вас два высших образования: педагогическое и экономическое. А почему изначально выбрали педагогику?

А.М.: В первую очередь - это взаимоотношения людьми во всех сферах общества, общение в любой социальной группе, лояльность, профессиональный подход; специальность помогла создать доверительную атмосферу в коллективе, с многими так и ведём сотрудничество со дня открытия салона.

- Что важнее внутренняя красота или внешняя?

А.М.: Ответ, мне кажется, находится на поверхности: конечно, внутренняя. Без внутренней ничего не бывает. Если только внешняя, получается эффект искусственности и пустоты... Надо стараться из продуцирования, из делания внутренней красоты, переходить уже во внешнюю. Она сама пере-



текает, например, как и у мастеров-парикмахеров: ставится задача творческого решения, вдохновения, импульса, а не чисто технической задачи, люди это чувствуют, всё пересекается, и в работе тоже самое. Только от творческого подхода, от созидательного импульса получаешь удовольствие.

- Плюсы и минусы в современной индустрии красоты.

А.М.: Вся индустрия красоты - это эволюционный процесс, он текучий,

подвижный, он всё время меняется от исторических процессов и явлений, в этом процессе он отвечает запросам людей, но надо опять же быть не поддельным, а наполненным, соответствовать возрасту.

Индустрия развивается в двух направлениях: одно мне импонирует, которому сам стараюсь соответствовать: есть такое понятие, как «дорогая простота». Это направление мне нравится, для дам: ухоженное лицо, внешность, в окрашках тот же омбре, макияж, как будто его нет, причёска свободная. Стрижки современных техник, например, Vidal Sassoon, легки в

молодом возрасте начинают делать сложные процедуры с лицом: нити золотые, мезопроцедуры, коктейли - это перечень уже более солидного возраста. Желательно, чтобы процедуры были поддерживающие с элементами профилактики.

- Что для Вас имидж человека?

А.М.: Внешний вид, наш образ, помогает адаптироваться и влиться в социум, легче устроиться, например, на работу, общаться... просто приятно смотреть на ухоженного человека.

Как Творец нарисовал тебя, и корректировать это

гипертрофируемую внешность, нужно подчёркивать свои достоинства, убирать при этом свои недостатки: стрижкой, аксессуарами, одеждой, окраской, но не должно это быть вычурно, ярко, как у папуаса.

Считаю, что салон красоты должен нести тенденции, которые будут его подталкивать в то состояние комфортности, в котором он может творить, общаться, быть уверенным в себе.

- Как стилист знаю, раньше было мало процедур по окрашиванию, только хна и перекись водорода, а сейчас есть линейки для любых типов волос, даже безаммиачные красители. А что сейчас изменилось в косметологии?

А.М.: Современная косметология представляет собой синтез наук: биология, медицина, физика и др. Сейчас даже требования контролирующих органов другие и косметологи все с медицинским образованием, современно новые технологии. Раньше было всего лишь: массаж лица, оформление бровей, чистки, процедуры по депиляции, вот и вся косметология. Сейчас она ушла в направлении медицины.

Современное направление - это мезо.

Мезо - эти вещества вводятся под кожу, замедляют старение и улучшают процессы регенерации, идёт обновление, человек выглядит более молодым здоровым. Золотые нити поддерживают овал лица. Я это не поддерживаю, но всё уходит в медицину, моментальные инъекции... Раньше косметология была снаружи, то сейчас ушла под кожу, серьёзные коктейли дают максимальный эффект, есть программы для мужчин и женщин.

Считаю, что развитие идёт неправильно: получение мгновенного результата - это не выход, лучше постоянные, последовательные действия, усилия самого человека, мягкие процедуры... быстро - это всегда не очень хорошо, это как от лукавого, и чтобы чего-то добиться, надо приложить усилия,

укладке, созданы для «ленивых», помыл волосы, феном высушил. Видна фактура стрижки.

Второе категорически не принимаю: не натуральность, увеличенные губы, через чур большие формы ресниц, наращенные волосы. Прекрасно, когда есть элементы, которые могут улучшить красоту людей, но, когда это принимает катастрофические формы и видно, что человеку это не идёт, это не естественно, надо понимать, что ему придётся общаться и это может поставить в неудобное внутреннее состояние, дискомфорт другим людям.

Хирургия - это вопрос психологической проблемы. Это сегодня просто... А вот процесс внутреннего содержания - намного сложнее с ним работать, это длительный процесс, начинать надо с себя. Меняя внешность, не решаются внутренние проблемы, и они самые глобальные.

Моя точка зрения: минимальные хирургические вмешательства в организм, просчитать последствия сложно. Поражаюсь, когда красивые девушки в

неестественно, уже не натуральность, не по мне, не могу примерить на своих близких.

Внутренние поступки человека, его действия влияют на лицо. Важно адекватно смотреть на себя: что ты есть, то ты из себя и представляешь. Коко Шанель хорошо сказала: «В двадцать лет у вас лицо, которое дала вам природа; в тридцать лет у вас лицо, которое вылепила вам жизнь; а в пятьдесят у вас лицо, которого вы заслуживаете».

И запах парфюмерии должен быть еле уловимым. Нельзя выставлять





труд, это закон природы, а иначе, получается ложное, и впоследствии деградация!

Как быстро приходит, так быстро и уходит, и интересно, что если такую процедуру повторять третий или четвертый раз, она будет всё медленнее приходить, что заставляет применять более серьёзные препараты, чтобы был эффект. Это так же, как и в лечении: димедрол или антибиотики, со временем они уже не помогают, а только разрушают организм.

- Некоторые аппараты и препараты, которые использовались только в медицине, используются сейчас и в косметологии, например, тот же collagen?

А.М.: Косметология так далеко шагнула, что тот же collagen позволяет ускорить процессы метаболизма во внутренних тканях и качественно улучшить состояние организма, или определённой системы... Сейчас всё ушло в более серьёзные медицинские направления: препараты, процедуры.

Можно питательные вещества донести иглой, а можно наружными способами, есть методики, которые позволяют за счёт вибраций, создающихся на каждом покрове лица или тела, расширяется пора и эти вещества доставляются туда безинъекционно. И различные лазерные аппараты, которые воздействуя на внутренние слои кожи заводят процессы регенерации, обновление клеток, стимулируют их, ускоряя процессы метаболизма в клетках.

- Сейчас есть случаи, когда препарат наносит ущерб людям. Какие формы безопасности есть для клиентов?

А.М.: Не могу сказать однозначно, но требования к изготовителям намного стали серьёзнее, больше допусков, сертификации и формы соответствия возлагаются на производителя, чтобы защитить клиента, салон, мастера. И не надо гнаться за общедоступным или дешевым, а препарат должен быть проверен, сертифицирован и у известного поставщика, имеющего государственные лицензии.

- Раньше, в 40 лет люди выглядели по-другому, а сейчас больше возможностей ухода за собой, и нет разницы между 30-ю и 50-ю годами, любой может выглядеть молодо.

А.М.: Уровень жизни растёт, и много возможностей и важны поддержка и профилактика: физиотерапевтические процедуры, массаж, недорогие, но эффективные. Нельзя ходить урывками в салон - это должно быть



на постоянной основе, т.к. сейчас есть отличные, доступные многим, поддерживающие процедуры, нужен именно профессиональный уход. Специалист имеет определённый опыт и стаж, и может увидеть всё со стороны, подсказать, посоветовать, чтобы выглядеть красиво и успешно.

- Значит, салон красоты - это комплекс подхода к внешности, образу человека?

А.М.: Да, действительно, это комплекс - уход: косметология, парикмахерские услуги, маникюр, педикюр,



а не надо забывать о сбалансированном питании.

За небольшие средства можно выразить свой стиль, очарование, подчеркнуть внутреннюю индивидуальность и через советы специалистов подобрать оптимальную процедуру. Парикмахерские услуги: мы даём возможность человеку выбирать, есть разные линейки красителей, чтобы максимально сберечь волосы.

- Актуален ли солярий и какая от него польза? Многие, наоборот, считают солнечные лучи вредными для здоровья и что загар сейчас не в моде.

А.М.: Солярий в небольших количествах полезен, изначально он был разработан только для медицинских целей и использовался под контролем медицинских работников.

Различные спектры по-разному влияют на кожу. Коллагеновые лампы улучшают поступление кислорода в кожу, и стимулирует выработку коллагена и эластина, а ультрафиолетовые лучи улучшают микроциркуляцию крови и стимулирует выработку витамина D. Кроме того, ультрафиолет дарит коже загар. Использование коллагеновых и ультрафиолетовых ламп одновременно сводят к минимуму нежелательные побочные эффекты воздействия ультрафиолета - пересыхание кожи, случайные ожоги.

- Какие пожелания для красоты и здоровья читателям издания?

А.М.: Пожелание читателям - это гармония и комфорт именно с самим собой. Простые слова, но они характеризуют состояние человека, его чувство самореализации... быть в своём потоке, не тратить время на суету ритма жизни, на сиюминутные удовольствия, а сконцентрироваться на основных вещах: саморазвитии, на психологическом и физическом здоровье, на семье, обществе. Должна быть



Парикмахерская середины XX века.



Современный салон.

радость в жизни, а если этого нет, значит в жизни надо выбирать такие пути, которые могут в вашем сознании что-то сдвинуть, изменить, но, главное, всё должно идти от света души.

Это для меня является составляющей всей моей жизни, и мир можно менять только через себя, не через окружающих, не ища в людях какие-то проблемы, а

заниматься собой.

Хочется, чтобы у людей была главная идея, ветер в парусах, что бы он дул, был постоянным, не прекращался. Любить людей, которые окружают, себя, свою работу. Простые истины, которые сложно воплотить, если ты будешь делать это только внешне.

Продолжение на стр. 16

Н. К. Рерих в своих дневниках писал: «Мяту можно употреблять во всех видах и наружно и внутренне. Чай из мяты – несомненно хорошая дезинфекция, так же и пары мяты, при некоторых видах астмы очень помогают. Если валериана является жизнедателем, то мята – охранитель».

Мята – известное растение, с освежающим вкусом и ароматом, произрастает и культивируется по всему миру и применяется в лекарственных, пищевых и косметических целях с древних времён. В тибетской медицине, Мята (лат. Menta) одна из восьми главенствующих трав, источник силы и чистоты. В Китае это лекарственное растение, с названием «глазная трава», возвращающая здоровье и долголетие.

Сегодня многолетнее растение мята объединяет в своём роде множество видов, различимых только по эфиромасличным качествам и легким вкусовым нюансам. Самые традиционные сорта мяты: Перечная, Длиннолистная, Полевая, Кудрявая, Домашняя, Кошачья, Ментоловая, Лимонная, Лесная и Шоколадная. Растение ценно своим эфирным маслом, содержание которого достигает 62% в листьях, а на втором месте стоят каротин, органические вещества и жирные кислоты.

Основу эфирного масла мяты составляет ментол – главный компонент в её целебных свойствах. Ментол мгновенно снимает боль, стимулирует холодовые рецепторы кожи и слизистых, обладает



сосудорасширяющими и антибактериальными свойствами. Лечебный эффект воздействия ментола продолжает изучаться, так как даже мятный леденец способен изменить конфигурацию рецепторных белков в организме человека, например – TRPM8, отвечающий за ощущение холода, запустив реакцию, схожую по взаимодействию с кубиком льда, а значит охлаждения организма. Или наоборот, если температура окружающей среды поднимается выше 37 градусов, ментол вызывает ощущение тепла.

Однако ментол в табачном производстве, способен нанести вред организму: уменьшает раздражение в горле, обладает противокашлевым и анестезирующим действием, в результате курительщик лишается основных механизмов защиты, вдыхая дым более глубоко,

перестает испытывать неприятные ощущения. Клинически доказано, ментол ускоряет всасывание никотина, вредные вещества, проникают в глубокие ткани лёгких, формируя сильную зависимость.

Ментол эффективен в разных лекарственных формах: мази, крема, гели, ополаскиватели, зубные пасты, помады, совместим с большинством химических компонентов. Валидол, бальзам «Золотая звезда», Меновазин (анестезирующее), Эфкамон (при заболевании суставов), Пектусин (от кашля), некоторые из препаратов, содержащие экстракты мяты.

Мята обладает успокаивающим, противовоспалительным, антибактериальным, ветрогонным, противопаразитарным, потогонным, мочегонным и слабительными свойствами.

«МЯТА - ОХРАНИТЕЛЬ»

Народная медицина предлагает большой спектр рецептов на основе мяты.

Например, чай успокаивает, но придаёт бодрость и ясность ума; для женщин корректирует гормональный и эндокринный фон. В мужском организме, способствует быстрому и качественному восстановлению обменных процессов, после физических нагрузок. Достаточно 2-3 свежих листочков мяты на одну порцию горячей воды.

Специалистами НИИ глазных болезней Российской академии медицинских наук, установлено: «Мята, используемая в пищу, в сочетании с мёдом, предотвращает кровоизлияния, снимает усталость глаз. Мятные компрессы на глаза, снимают покраснение и отёчность век за несколько минут». 3 г мяты на 200 мл. воды, кипятить 5 минут.

Сбор и заготовку осуществляют летом, к периоду бутонизации и цветения, растение всё больше запасает ментол. Правильно заготовленный сбор, длительное время сохраняет полезные свойства. В пищу лучше использовать молодые побеги мяты, а в качестве специй высушенную.

Мяту не рекомендуется сочетать с зелёным чаем, возможно развитие бессонницы и тревоги, а людям с пониженным артериальным давлением, а также проходящим любое гомеопатическое лечение, желательно воздержаться от мятных средств.

Ирина ТРОФИМОВА.

САХАР КОКОСОВЫЙ - ОРГАНИЧЕСКИЙ ПРОДУКТ



Производят кокосовый сахар в странах Азии, в основном в Таиланде и Индонезии. Это полностью ручной труд, организованный на кокосовых фермах. Сахар кокосовый не подвергается обработке, 100%-й органический продукт.

Способ производства не предусматривает никаких технологических операций по изменению состава исходного сырья. Он сделан из нектара соцветий

кокосовой пальмы. Берётся цветок кокосовой пальмы, надрезается и несколько раз сдаивается нектар; потом нектар процеживают и продают в виде сиропа или дают выпариться на солнце и продают в виде гранул. Никакой химии и многоэтапного очищения. Даже тростниковый сахар обрабатывается гашеной известью, а уж наш, свекольный, вообще теряет всю пользу после превращения в белоснежные гранулы.

Кокосовый сахар богат цинком, калием и магнием, железа в нём намного больше, чем в других видах сахара. Продукт содержит витамины группы В, полезные аминокислоты и антиоксиданты, но главная особенность этого продукта в том, что у него низкий гликемический индекс и он оказывает благотворное влияние на работу сердечно-сосудистой системы, активизирует

мозговое кровообращение, снимает патологические состояния при неврологических расстройствах, ускоряет процессы заживления ран и язв.

Так же кокосовый сахар – замена химическим подсластителям при похудении. Палочка-выручалочка сладкоежкам на диете. Калорийность конечно же велика, но скорость усвоения достаточно мала, поэтому он великолепный источник энергии.

Вкус напоминает карамель, нет приторности патоки. На внешний вид это маленькие кристаллики коричневого цвета и по сути, это засахарившийся пальмовый нектар.

Кокосовый сахар на вкус менее сладкий, чем свекольный, но имеет такую же калорийность, поэтому при употреблении может потребоваться большее его количество для получения

привычного вкуса. Этого нужно избегать, иначе организм получит лишние калории, но вся польза продукта имеет смысл только при его умеренном употреблении. Не имеет противопоказаний в применении детям.

Несмотря на низкий уровень гликемического

индекса и массу полезных микроэлементов, это всё же сахар, состоящий из углеводов. Его не рекомендуется потреблять людям, страдающим сахарным диабетом, хотя в рекламе можно иногда услышать обратное.

Лариса ИЗМАЛКОВА.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ЭНЕРГИЯ ГРИБОВ

В 2000-м году профессор Тошиюки Накагаки, биолог и физик из японского университета Хоккайдо, взял образец желтого плесневого гриба и положил его у входа в лабиринт, который используется для проверки интеллекта и памяти мышей.

В другой конец лабиринта он поместил кубик сахара. *Physarum polycephalum* словно почувствовал запах сахара и начал посылать свои ростки на его поиски.

Паутинки гриба раздвигались на каждом перекрестке лабиринта, и те из них, которые попадали в тупик, разворачивались и начинали искать в других направлениях.

В течение нескольких часов грибные паутинки заполнили проходы лабиринта, и к концу дня одна из них нашла дорогу к сахару. После этого Тошиюки и группа его исследователей взяли кусочек паутинки гриба, участвовавшей в первом опыте, и положили его у входа копии того же лабиринта, также с кубиком сахара на другом его конце.

Произошедшее поразило всех.

В первое же мгновение паутинка разветвилась на две: один отросток проложил свой путь к сахару, без единого лишнего поворота, другой – вскарабкался по стене лабиринта и пересёк его напрямую, по потолку, прямо к цели.

Грибная паутинка не только запомнила дорогу, но и изменила правила игры.

Когда ты занимаешься исследованиями грибов в течение нескольких лет, то начинаешь обращать внимание на две вещи.

Во-первых, грибы ближе к животному миру, чем это кажется.

Во-вторых, их действия иногда выглядят, как результат сознательного решения.

Я подумал, что грибам стоит дать возможность попробовать решить загадки... - Тошиюки Накагаки. Дальнейшие исследования Тошиюки установили, что **грибы могут планировать транспортные маршруты не хуже и намного быстрее инженеров-профессионалов**. Тошиюки взял карту Японии и поместил кусочки пищи в местах, соответствующих крупным городам страны. Грибы он положил «на Токио».

Спустя 23 часа они построили линейную сеть паутинок ко всем кусочкам пищи.

В результате получилась почти точная копия железнодорожной сети вокруг Токио. Не так уж сложно соединить несколько десятков точек; а вот соединить

их эффективно и наиболее экономно – это уже совсем не просто.

Я верю, что наши исследования не только помогут понять, как улучшать инфраструктуру, но и как строить более эффективные информационные сети. – Тошиюки Накагаки.

ЗАГАДКА
ДРУГОГО СУЩЕСТВА

Только по скромным оценкам, на Земле существует около 160 тыс. штаммов грибов, большинство из которых обладают впечатляющими способностями. К примеру, в Чернобыле был обнаружен грибок, питающийся радиоактивными продуктами и, заодно, очищающий воздух вокруг себя. Этот грибок был найден на стене разрушенной АЭС, которая в течение многих лет после катастрофы продолжала производить излучение, уничтожающее всё живое в радиусе нескольких километров.

Исследуя леса Амазонки, двое студентов-биологов из Йельского университета нашли грибок *Pestalotiopsis microspora*, способный разлагать пластик.



Эта способность обнаружилась, когда грибок съел чашку Петри, в которой его выращивали. До сих пор ни наша наука, ни наша технология не способны на это.

Загрязнение пластиком является одной из самых больших технологических проблем. Сегодня мы возлагаем огромные надежды на этот грибок. - Профессор Скотт А. Стробл.

Генетикам из Американского Института Биоэнергии удалось добиться того, чтобы штамм грибов быстрее перерабатывал природный сахар - ксилозу. Потенциальное значение этого открытия заключается в создании нового, дешевого и быстрого способа производства чистого биологического топлива.

ИНТЕРНЕТ
ПОД ЗЕМЛЁЙ

Грибница – это сложная инфраструктура, на которой располагаются все растения в мире. В десяти кубических

сантиметрах почвы можно найти восемь километров её паутинок. Ступня человека покрывает около полу-миллиона километров тесно расположенных паутинок. - Пол Стемец, миколог.

Что происходит в этих паутинках?

В начале 1990-х годов впервые возникла идея о том, что сеть этих паутинок не только передаёт питание и химические вещества, но и является умной и самообучающейся сетью связи. Рассматривая даже небольшие участки этой сети, легко узнать знакомую структуру.

Графическое изображение интернета выглядит точно так же.

Сеть ветвится, и если одна из ветвей выходит из строя, то она быстро заменяется обходными путями. Её узлы, находящиеся в стратегических районах, лучше снабжаются питанием за счёт менее активных мест, и укрупняются. У этих паутинок есть чувствительность. **И каждая паутинка может передать информацию всей сети. И нет никакого «центрального сервера».**

Каждая паутинка самостоятельна, и собираемая ею информация может передаваться в сеть по всем направлениям.

КОШМАР
ДЛЯ НАСЕКОМЫХ

Хьюз обнаружил грибы, управляющие мозгом пауков, вшей и мух.

Это не совпадение, естественный отбор или побочные явления другого процесса. Эти насекомые посылаются против своей воли туда, где им не стоит быть, но нравятся грибам. Когда мы перенесли зараженных муравьёв на другие листья, то грибы просто не проросли. - Профессор Дэвид Хьюз.

А ГДЕ ЖЕ МОЗГ?

«По одной из оценок, у грибов это работает подобным же образом, – говорит Тошиюки. - С чисто биологической точки зрения, каждая паутинка в отдельности получает химические сигналы о том, куда ей стоит двигаться и чего избегать. Сумма этих сигналов создаёт своеобразную систему принятия решений.

Другими словами, **интеллект гриба – в его сети**. Добавьте к этому миллионы лет эволюции в самых трудных условиях, умноженные на сотни тысяч разных видов, и вы получите что-то, что, в любом случае, должно быть достаточно умным».

- И это Ваше объяснение происходящего?

- Это начало.

Опубликовано econet.ru

ГЕНЕТИЧЕСКИЕ
МУТАЦИИ

Более 99% генетической информации — общие для всех людей. Но есть отдельные вариации, которые позволяют стать обладателем редких и выдающихся способностей. ScienceAlert описывает восемь таких.

Невероятная скорость

У нас у всех есть ген ACTN3, но определенный его вариант помогает телу вырабатывать особый белок альфа-актинин-3, который управляет быстрым скручиванием мышечных волокон, отвечающих за скорость бега или подъем тяжестей. Обычно эти гены встречаются у лучших атлетов, а у 18% людей этот белок вообще поврежден.

Сверхбыстрый сон

Некоторые люди высыпаются всего за 4 часа и чувствуют себя отлично. Лишь недавно наука обнаружила, что эта способность зависит от специфической мутации, связанной с геном hDEC2. Если ученые поймут, как управлять ею, мы все сможем воспользоваться преимуществом 20-часового бодрствования.

Супервкус

Примерно четверть населения планеты ощущает вкус еды намного интенсивнее, чем остальные. Обычно именно они пьют кофе со сливками и избегают жирной пищи. Причина в том, что они запрограммированы геном TAS2R38, связанным с рецепторами горечи.

Сверхпрочные кости

Науке известны многочисленные мутации гена LRP5, вызывающая эффект хрупких костей и остеопороз, но другой тип мутации того же гена может иметь противоположный эффект: у его обладателей чрезвычайно прочные кости, которые почти невозможно сломать.

Защита от малярии

Люди, страдающие серповидно-клеточной анемией, лучше защищены от малярии, чем остальные. Хотя заболевание крови не

совсем суперспособностью, эта информация может привести к созданию лекарства от малярии.

Всегда низкий холестерин

Мутация гена, ответственного за производство белка СЕРТ приводит к его дефициту, что позволяет организму поддерживать низкий уровень холестерина. Кроме того, они меньше подвержены ишемической болезни сердца.

Кофеиновый супергерой

Есть минимум 6 генов, связанных с переработкой организмом кофеина. Некоторые - BDNF и SLC6A4 - усиливают благотворный эффект кофе. Другие быстрее расщепляют кофеин, заставляя выпивать чашку за чашкой. Третьи объясняют, почему одним хватает одной чашки вечером, чтобы всю ночь не заснуть, а другие могут задремать после утреннего кофе.

Выдающийся румянец

Некоторые люди краснеют после одного бокала вина. Этому виной мутация гена ALDH2, которая воздействует на способность одноименного фермента печени превращать побочный продукт алкоголя, ацетальдегид, в ацетат. Когда ацетальдегид накапливается в крови, он открывает капилляры и приводит к покраснению щек.

Люди с генетическими мутациями могут стать ключом к избавлению человечества от многих болезней. Нужно лишь найти их и проанализировать то, что позволяет им, имея дефекты в генах, тем не менее успешно сопротивляться заболеваниям.

Источник: m.hightech.fm



ВЕРШИНА

Кто-нибудь знает про Планету Неза? Нет такой на астрономических картах, не нашли ее еще ученые, но она есть в Пространстве и существует давно, раскрою вам маленький секрет: на этой Планете всегда цветут цветы незабудки, своим мягким, ласковым ненавязчивым ароматом заполняют они атмосферу Планеты, скромными неяркими голубыми капелюшками рассыпаны эти цветы на ее поверхности, тихо покачиваясь и кивая головками, источают они тончайший аромат Любви и нежности, который навсегда запоминают Сердца живущих на Планете Неза, совершенных, скромных и чистых Душой жителей. Незабудки цвели в горах и в лугах, в лесах и в садах, а у каждого жителя Незы они растут в палисадниках и даже дома на подоконниках.

Летела Планета Неза по самой окраине Галактики, да начала вдруг сбиваться со своего курса и попала она в турбулентную зону, где мощные вихревые потоки стали медленно затягивать ее на другую траекторию движения, что не устраивало жителей Незы. Вскоре выяснилось, что это отрицательные, враждебные энергии других цивилизаций стремятся свернуть Планету Незу в их неблагоприятные поля.

И вот в это время в маленьком городке на этой прекрасной Планете

ней Волшебный Белоснежный флаг с изображением Золотого Солнца, где каждый Луч Его нес в себе Необыкновенную Любовь, которая попал через Главную Вершину по внутреннему каналу горы в Сердце Планеты Неза поможет поднять ее на другой уровень Галактики, где нет зла, ненависти, где царствует Любовь и Свет, где находится Пространство Высшей Справедливости.

Высятся горы красивые и суровые, покрытые благородной сединой натающих снегов, аукающих гулким эхом глубоких ущелий, скрывающих вековые тайны каменных перевалов и допускают они к себе только людей гармоничных, волевых, сильных Духом.

Все в школе были равны и в экспедицию решено было подобрать восемь человек, для гармонии и синхронизации ритмов выбрали четверых мальчиков и четверо девочек, чтобы их энергии были уравновешенны и нейтральны, то есть каждый альпинист в группе, осознавая великую ответственность, должен быть мудрым, честным, спокойным, любящим все Окружающее Пространство, людей и свою Родину.

Выбрали самых верных, надежных, смелых и сильных, альпийское снаряжение было готово, восхождение решили начать рано утром по Восточному склону горы, каждый из них чувствовал огромную ответ-



ступиться нельзя! Каждый участник экспедиции чувствовал великую ответственность и за себя, и за товарища рядом, подстраховывал и поддерживал его, как мог.

Шли долго, подъем становился все круче и опаснее, и вдруг неожиданно произошел обвал горной породы на тропе, земля ушла из под ног, образовалось глубокое ущелье, а Темные тени пытались силой разединить группу, пытались вклинить между ними и разорвать цепочку, тогда мгновенно, не договариваясь каждый из восьмерки протянул руки друг другу, связав невидимой, самой крепкой на Свете нитью Любви свою команду и мысленно представлял себе, что перед ними дорожка усыпанная родными незабудками и, что еще чуть-чуть, и они переберутся на другой край ущелья, и чудо: вдруг проявился голубой лунный свет, который упругой сильной струей образовал узкую тропу, по которой мог пройти только очень добрый, любящий и светлый человек. И они все восемь, все прошли! Целые и невредимые!

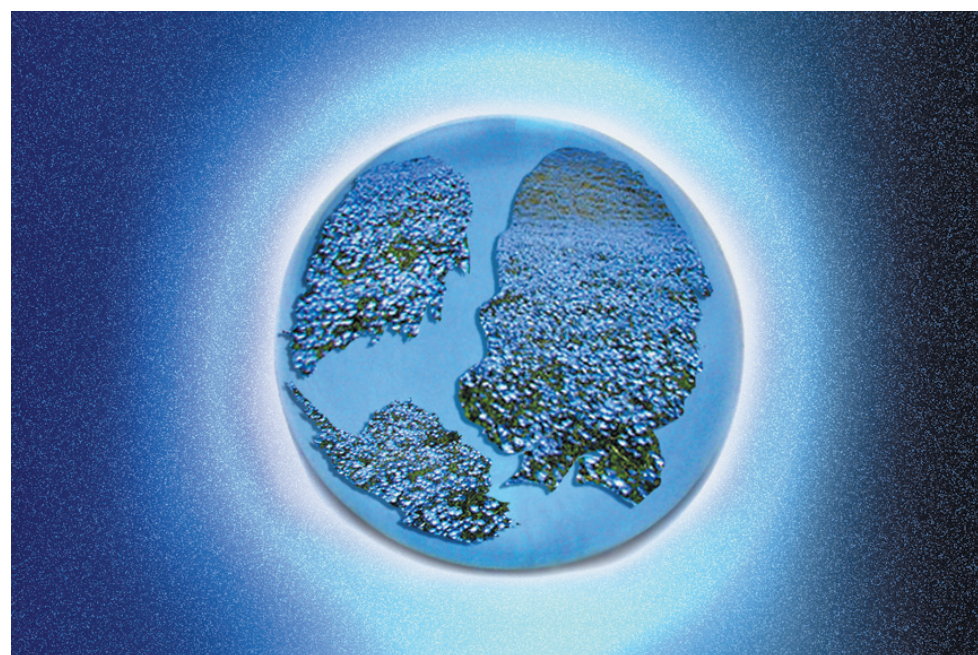
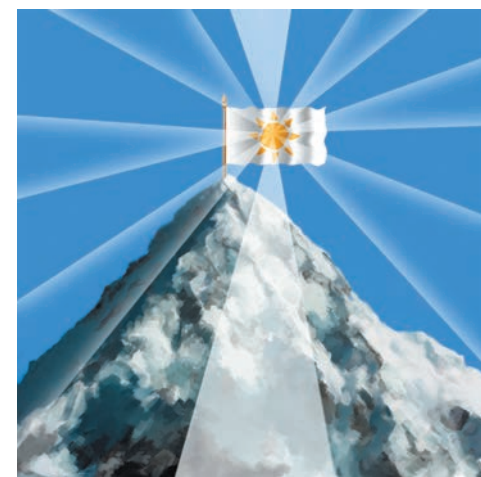
Шагать становилось все труднее, скалы становились все круче и отвеснее, дыхание перехватывало, не хватало кислорода, воздух становился все разреженнее и разреженнее. И за поворотом все увидели в сторонке на горной террасе Огненные жгуче-красные цветы, неожиданно самая юная участница восхождения прикоснулась к ним рукой и получила сильный ожог, это Тьма приняла вид красивых цветов, испускающих сладчайший, пьянящий, усыпляющий и дурманящий аромат, ласково предлагающий остановиться, отдохнуть и заснуть, заманчиво и лукаво подмигивая своими темными тычинками красных соцветий, а с лепестков их каплями стекал сильный яд.

Все жители Планеты Неза Сердцем и Душой были с альпинистами, почувствовав опасность на их дороге, они отправили из лепестков своих незабудок голубое облако, насыщенное Светом и Любовью поднялось оно сильным ветром и накрыло красную цветочную поляну, очистив ее от них. Быстро ребята обмыли рану девочки водой, кто-то обвязал ее руку своим платком, другой отдал ей последний кусочек хлеба и снова Вперед, к Вершине!

Группа не мешкая, уверенно продолжала свой путь целенаправленно приближаясь к Главной Белой Вершине, оставалось пройти совсем немного, но вдруг с отчаянным ревом дикого зверя, Тьма разлилась на их пути Огненной лавой, которая сжигала все на своем пути и превращала все живое в пепел. Необходимо было принять быстрое и верное решение, все решали секунды и тут они услышали у себя в груди ответ: «Любовь, все побеждает Любовь!» Только Она могла их спасти, большая, бескорыстная, всепрощающая, светлая, горячая Любовь полилась огромным бесконечным потоком из их Сердец, которая мгновенно растопила огромные ледники в горах и эта чистая святая вода залила бурлящую, кипящую, гудящую Огненную лаву, оставляя вместо Тьмы только шипящий белый пар, который растаял вдалеке.

Наступила тишина, горы молчаливо стоят, поблескивая седыми шапками снега, заветная Вершина покорена, восемь самых лучших, самых смелых установили Белоснежный флаг, с пылающим ярким Солнцем посередине, которое освещало не только Планету Неза, но и весь Великий Космос, его лучи светили во все места, не оставляя даже тени Тьмы и проходя от самой Вершины вглубь, до ядра Планеты Неза, произвели мощный толчок, импульс которого поднял Планету в Новые высокие вибрации и на более высокий уровень, а эхо с гор донесло тихий голос Тренера: «Мы вместе, мы любим всех, справедливость и равенство для всех!».

Альмира ВИЛЬДАНОВА.



Неза учились и тренировались в одной спортивной школе группа ребят по альпинизму, ежегодно поднимались они в горы, преодолевая трудности, закаляя характер, приобретали опыт покорения самых красивых и высоких Вершин. Горы учили их мужеству, терпению, выносливости, альпинисты могут побеждать только в Единении, умении в одной связке без слов понимать и слышать друг друга, невзирая ни на что помогать товарищу рядом, а все секреты мастерства передавал им Олимпийский Тренер Высшего класса, и главной в их школе была Заповедь: Один за всех и все за одного, если Цель одна!

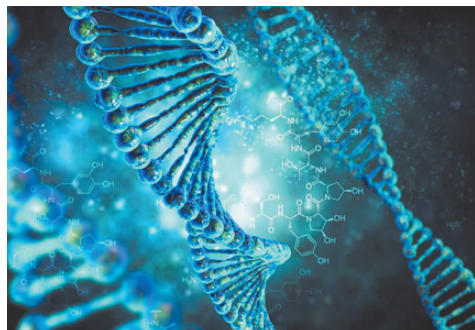
Трудная ситуация на любимой Планете заставила юных альпинистов принять важное решение: чтобы родная Планета не утонула во Тьме, необходимо было подняться на самую высокую и труднодоступную Вершину Незы и водрузить на

стенность за судьбу своей любимой Планеты Неза, поэтому нельзя было допустить ни одной ошибки ни в мыслях, ни в делах.

А с Запада инопланетяне спешат установить свой флаг Тьмы на Белой Вершине Планеты, так как она является Главным энергетическим Центром Незы.

Наступило долгожданное утро, испытания и трудности начались с первой минуты пути, быстро все вокруг заволокло густым, серым туманом, который, как вязкий кисель окружил каждого альпиниста, и вдруг каждый из восьмерки Сердцем услышал далекий голос Тренера: «помните, мы едины, мы вместе», и единый Ритм Сердец создал мощный импульс Любви, от которого расступился нехотя и растаял мрачный туман, с каждым шагом становилось все светлее. Шедшие впереди прокладывали путь остальным, каждый шаг был точным, выверенным,

НОВОСТИ НАУКИ И ТЕХНИКИ



СОСТАВЛЕНА САМАЯ ПОЛНАЯ КАРТА ДНК ЧЕЛОВЕКА

В прошлом веке знаменитые ученые Джеймс Уотсон и Фрэнсис Крик получили одну из самых престижных наград научного сообщества Нобелевскую премию «За открытия, касающиеся молекулярной структуры нуклеиновых кислот и их значения для передачи информации в живых системах». Тогда эти структуры называли ДНК, и люди грезили тем, что с расшифровкой ДНК настанет новая эра в медицине. Но все оказалось не так просто: после расшифровки нужно было еще провести анализ последовательностей нуклеотидов с целью выявления их функций. И вот это заняло очень много времени.

Очень долго считалось, что большая часть молекулы ДНК не несет никакой функции. Первые исследования начинались ещё в 2003 году, и тогда внимание специалистов было сфокусировано лишь на 2% генома, которые отвечают за производство белков. Затем подход был пересмотрен, и ученые начали более глубоко изучать спираль человеческой ДНК. Около 400 экспертов из разных стран земного шара (Америки, Великобритании, Испании, Японии и др.) работали над созданием уникальной «Энциклопедии элементов ДНК». В ходе работы удалось выяснить, что ранее неизведанная часть ДНК отвечает за своего рода «инструкции для клеток», которые специализируются на белково-химических соединениях и их способностях синтезироваться. На данный момент специалисты изучили уже более 80% ДНК и составили на основе полученных данных карту человеческих генов.

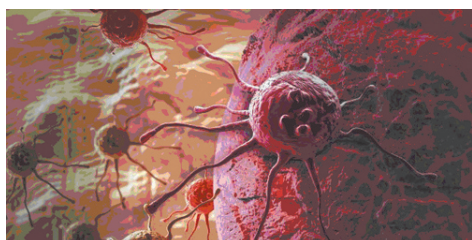
Результаты столь масштабной работы опубликованы в ряде научных журналов, а вся работа включает 30 связанных между собой публикаций.

(<https://hi-news.ru/science/sostavlena-samaya-polnaya-karta-dnk-cheloveka.html>)

ПОЧЕМУ РАК НЕ УБИВАЕТ САМ СЕБЯ?

Как известно, раковые клетки, разрастаясь в организме, нуждаются в огромном количестве питательных веществ, «обкрадывая» тем самым здоровые ткани и уничтожая их. Но почему, если опухоли такие прожорливые, они не забирают «пищу» друг у друга и не конфликтуют между собой, все больше увеличиваясь? Ответ на этот вопрос, согласно статье, опубликованной в журнале Nature Communications, нашли ученые из университета Бирмингема.

Секретом выживания раковых клеток является нахождение в их собственной ДНК маркеров для подавления работы системы самоуничтожения. В статье говорится, что дело в том, что большая часть раковых опухолей в организме возникает из-за поломки в гене p53, который отвечает за синтез белка, отвечающего за целостность генетической информации. Помимо этого, ген p53 включает в клетках механизм апоптоза – запрограммированной гибели клеток. Проще говоря, механизм самоуничтожения. С такими раковыми клетками очень тяжело бороться.



ся, так как обычные методики, в том числе разрушение ДНК при помощи облучения или химиотерапии, не заставляют их запустить этот механизм. Как заявил один из авторов исследования доктор Кристофер Яу:

«Благодаря этому открытию мы теперь можем использовать тот же самый алгоритм для проверки того, сломан ли механизм в ДНК раковых опухолей у пациентов, участвующих в проекте «100 тысяч геномов». Эти наблюдения могут помочь нам найти новые методы борьбы с раком, которые спасут жизни еще большего числа людей в будущем».

Сейчас специалисты хотят создать препарат, который запускал бы проверку ДНК раковых клеток и запускал бы ген p53 и программу апоптоза клеток.

(Основано на материалах
РИА «Новости»)



РОССИЙСКИЕ УЧЕНЫЕ СОЗДАЛИ НАНОМАТЕРИАЛ, СПОСОБНЫЙ РЕШИТЬ ПРОБЛЕМУ КАРИЕСА НАВСЕГДА

Группа отечественных специалистов из НИТУ МИСиС и нескольких других исследовательских центров создала особый антибактериальный наноматериал, который может быть использован в стоматологии для изготовления пломб и паст с целью предотвращения развития заболеваний полости рта.

Ученые из НИТУ МИСиС изучали свойства наночастиц, состоящих из оксидов титана, железа и цинка. В ходе серии экспериментов удалось выяснить, что эти частицы даже при очень незначительных концентрациях могут убивать бактерии, действуя подобно антибиотикам.

Добавление таких наночастиц в стоматологические материалы позволяет решить одну из главных проблем, с которой сталкиваются все посетители стоматологических кабинетов – выпадение пломб и появление кариеса в месте соприкосновения с тканью зуба. Происходит это от того, что на границе пломбы со временем образуется микрозазор, в котором активно размножаются микроорганизмы. Добавление в пломбу наночастиц, защищающих ее края от микробов, позволяет решить эту проблему раз и навсегда. Как утверждает один из специалистов, участвовавших в проекте, Яков Карасенков:

«Эта разработка является, по сути, технологической революцией в стоматологии. Антибактериальная добавка может использоваться не только в составе пломбы, но и в других стоматологических материалах, продлевая срок службы имплантатов. В нашей клинике препарат успешно применяется с сентября 2016 года».

(Основано на материалах
РИА «Новости»)

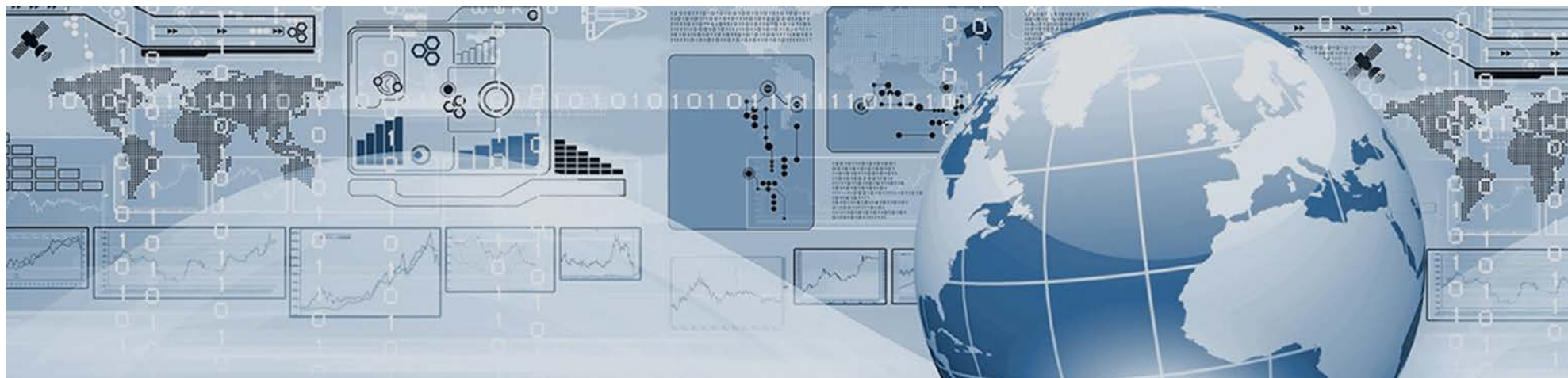
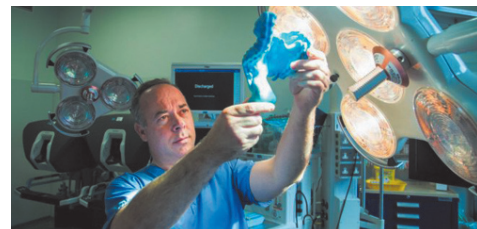
УЧЁНЫЕ ОБНАРУЖИЛИ В ЧЕЛОВЕЧЕСКОМ ТЕЛЕ НОВЫЙ ОРГАН

Человеческое тело преподносит учёным всё новые и новые сюрпризы. Никто и предположить не мог, что спустя сотни лет существования медицины исследователям удастся открыть новый орган в нашем организме. Хотя, если подумать хорошенько, никакой он не новый, просто считали его именно полноценным органом стали только сейчас. Речь идёт о брыжейке – части пищеварительной системы, расположенной в брюшине. Ранее медицина полагала, что это всего лишь дубликатура брюшины, посредством которой полые органы крепятся к задней стенке живота, но теперь брыжейка считается полноценным человеческим органом.

Открытие совершили исследователи из ирландского Университета Лимерика и уже опубликовали результаты своей работы в издании Science Alert. О брыжейке в своё время писал ещё Леонардо да Винчи, но принято было полагать, что орган это неполноценный. Да только вот, как это иногда случается, наука в этом немного ошиблась. Брыжейка оказалась одной сплошной, а не разрозненной структурой. Учёные считают, что новая классификация этого органа позволит врачам по-новому взглянуть на некоторые брюшные заболевания с иного ракурса.

Изучение нового органа должно стать новой отраслью медицины, считает профессор Келвин Коффи, руководящий исследованиями в Университете Лимерика. Отдельно сообщается, что соответствующие изменения в самое ближайшее время будут внесены в учебную программу медицинских вузов США, а затем и других стран. Новая классификация брыжейки будет внесена даже в самый авторитетный учебник анатомии «Анатомия Грея», изданный в 1858 году британским хирургом Генри Греем и на сегодняшний день считающийся классикой.

(<https://hi-news.ru/medicina/uchyonye-obnaruzhili-v-chelovecheskom-tele-novyyj-organ.html>)



Продолжение,
начало на стр. 10

Анна СМЕРНОВА,
Чемпионка России
парикмахерского
искусства

Сегодня индустрия парикмахерского искусства на таком высоком уровне, что человек может позволить себе больше, чем 10-15 лет назад. Это прежде всего инновационные технологии в окрашивании, лечении и в бережном повседневном уходе средствами нового поколения.

Например, тонкие волосы, ослабленные волосы можно сделать большими по объёму за счёт биохимии, состав которой мягкий и щадящий. Современная процедура «Флисинг» создаёт только прикорневой объём (без содержания аммиака и сульфатов, включая экосредства), а по длине структура волоса остаётся нетронутой.

Кератин. Пушистый волос можно сделать гладким, не причиняя вреда, либо выпрямить вьющийся. Есть составы для волос, окрашенных в блонд, это, как правило, слегка пушистые по структуре и после процедуры волосы выглядят здоровыми, гладкими.

Мелирование. Сейчас разнообразные виды мелирования позволяют создать новые образы, кардинально меняя его, или корректируя. Шатуш, балаяж, омбре – это всё разновидности современного мелирования, только техники исполнения разные.

Тонирование. Так как осветлённый волос – пустой, пористый, туда больше проникает вредных веществ, и тонирование заполняет эти пустоты. С ним мелированные волосы смотрятся элегантно. Тонирования не надо бояться, есть красители последнего поколения, которые не влияют на контраст цветового тона, а придающие только блеск, подчёркивают глубину объёма и сохраняют природный слой волоса.

Тенденции укладки волос приобрели образ естественного стиля и имеют на первый взгляд простой вид, но, чтобы их сделать надо обладать профессиональным опытом. Упрощённые,



незатейливые формы укладки и за счёт этого, человек смотрится не вычурно, но стильно, как будто он сделал сам себе причёску, не прикладывая много усилий.

Возможности салонного лечения позволяют улучшать не только качество волоса во время окрашивания, но и влияет на цвет, он становится более ровный с красивыми оттенками. Профессиональные средства настолько сильные, что для точного эффекта нужен опыт и чёткое соблюдение технологии лечения, чтобы не вызвать обратный эффект.



Если волос ломкий, сухой, окрашенный блондирующими средствами, для домашнего использования хорошо иметь, например, масло Moroccanoil. Оно восстанавливает липидный слой, увлажняет, облегчает расчёсывание, придаёт здоровый вид и блеск и прекрасная защита от горячих воздействий, от солнца, от перепадов температуры.

Александр КОРЯГИН,
массажный терапевт

«... впишите в свою память огненными буквами: здоровье, сила, энергичность человека зависят не от возраста, а от состояния его позвоночного столба. Если каждый день хотя бы понемножку тренировать позвоночник, то уже через некоторое время исчезнут признаки преждевременного старения». Поль Брэгг ("Как дожить до 120 лет по системе Поля Брэгга")

Здоровье – это профилактика – золотое правило...

зачем развивать в себе болезнь, когда можно её предупредить, быть сам себе лекарем, любое недомогание, проблема развивается на подготовленной почве: напряжение, стрессы, отсутствие физических нагрузок, неправильное питание.

Чтобы поддерживать своё здоровье, мы должны помогать организму компенсировать вредные воздействия, а не ждать, когда начнётся развитие хронических болезней, переход в тяжёлые стадии и обострение – это в первую очередь относится к позвоночнику. Позвоночник – это основа скелетно-мышечной, нервной системы – он опора человеческого организма, от него зависит работа всех внутренних органов. Не зря заболевания позвоночника находятся на стыке нескольких медицинских специальностей и занимается лечением этих проблем не один специалист.

Но, профилактику и небольшие упражнения человек должен проводить самостоятельно. Например, утром, после душа, просто повисеть на турнике, т.е. вытягивать свой «стебель жизни», как только позвоночник вытягивается, проходит иннервация* ко всем органам, появляется бодрость; затем кофе, завтрак. Не надо даже делать сложные упражнения, например, скручивания. После трудового дня, когда мы получили нагрузку физическую и психологическую, позвоночник снова сжался, так скажем, в некомфортное состояние, плюс статика в течение дня, (когда человек долго сидит в одном положении), и чтобы спокойно заснуть, лучше снова повисеть на турнике, сон будет более крепкий.

Массаж. В домашних условиях можно делать массаж, но не нарушая работы лимфы и кровотока. Терапевтический массаж – это уже лечение и его должен делать специалист с образованием

и с большим опытом. Здесь определённые движения, причём каждое имеет своё направление при различных заболеваниях, например, остеохондроз – одни движения, при артритах, артрозах – другие.

При грыжах позвоночника, многие не рекомендуют делать массаж, но из собственного опыта вижу лечебный эффект массажа и хорошие результаты.

Травы плюс массаж идёт лечение и восстановление потенциала организма, а химия просто убирает симптомы. Аналогично и статистику на своей практике проводил даже на позвоночнике. Какой смысл делать блокаду при остеохондрозе? Личные исследования показали, если это не регенеративный процесс, у вас идёт разрушение и хряща, и воспалительный процесс, т.е. нужно опять привести позвоночник в исходное состояние. Лекарство через несколько месяцев заканчивает своё воздействие, опять эти боли, тянущие, режущие, и опять чувство страха, что снова начнётся,



чаще это бывает при грыже межпозвоночного диска.

От работы позвоночника может зависеть работа печени, почек. Например, у человека опущение двух почек из-за люмбального отдела. Если люмбальный отдел разбит, идёт защемление, почка опускается, уменьшается в размерах. И лечебным массажем это можно наладить.

У пациентки остеохондроз, стало падать зрение. Начали работать, 15 сеансов, проработали шейный отдел, он дал иннервацию,

сетчатка, нерв глазной заработал, приток крови туда пошел, лимфоток, кровоток наладился, у человека обострилось зрение, ушли невралгические, мышечные боли, все что при остеохондрозе происходит.

Аналогия за последние 10 лет говорит, что у молодёжи нет знаний, понимания, что человек – это не просто кости, мясо и кожа, в духовном развитии нет полного понимания.... Работая с аудиториями, а также с медицинским колледжем, всегда повторяю, что организм – это сложная многоуровневая система. Мы все созданы Богом, мы не сами себя придумали и должны заниматься собой со всех сторон: и тело и ум наш, дух и душа всё взаимосвязано! В первую очередь человек должен довести себя до высокого внутреннего уровня, заниматься собой. Каждый лично делает выбор: либо дорога болезней, либо здоровья.

Для дороги недугов прилагать усилия не надо, путь лёгкий, сосуды забиваются от некачественного питания и уже к 50-ти годам можно прийти к состоянию старости и оставшуюся жизнь сидеть в очереди к терапевту или хирургу. Дорога здоровья – трудная, кропотливая, но зато к 70-ти, придёшь в прекрасной физической форме, с молодым лицом, большим потенциалом, чтобы ставить новые цели по самосовершенствованию!

Беседовала Татьяна КОТОВА.

***примечание редакции:**
ИННЕРВАЦИЯ - (от лат. in - в, внутри и нервы), связь органов и тканей с центральной нервной системой при помощи нервов. Это связь нервных волокон с каким-либо органом или частью тела; по этим волокнам либо передаются двигательные импульсы, идущие в направлении к ткани, либо сенсорные импульсы, которые идут от ткани к головному мозгу.

Духовный старт

«ДУХОВНЫЙ СТАРТ» № 7(59)/2017, научно-популярное издание

Свидетельство о регистрации в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) ПИ № ФС77-60846 от 25 февраля 2015 г. Территория распространения: Российская Федерация, зарубежные страны.

Учредитель и издатель:
Ярославская региональная общественная организация по поддержке и развитию творчества и русского культурного наследия «Рада».

Адрес учредителя и издателя:
150043, г. Ярославль, ул. Радищева, 13 – 15.

Редакция: ООО «Ярославский научно-исследовательский институт Здоровьесберегающих технологий».

Адрес редакции: 150033, г. Ярославль, Тутаевское шоссе, д. 89, кв. 22.

Адрес для корреспонденции: 150048, Ярославль, ул. Спенёва, д. 18, а/я 1510, Литовой Н. В., Алсуфьевой Н. В.

Главный редактор: Литова Н. В.
Телефон: 8-915-996-01-98
Электронный адрес: nlitova@inbox.ru

Редакционная коллегия:
Маслов Л. И., д. т. н., профессор,
Лазарев Г. Е., академик АТН РФ и РАЕН,
Кирпичникова И. М., д-р техн. наук,
к. м. н. Деревянных Е. А.
Вёрстка: Кириллов Я. Н.
Дизайнеры:
Сметанникова В. О., Лебедев А. Н.

Секретарь: Котова Т. Г.,
8-910-811-16-10, kod-777@yandex.ru.

Коллектив издания:
Алсуфьева Н. В., Иорданов А. К.,
Иорданова Т. Ю., Вильданова А. Ф.,
Груба Н. А., Орлова Т. Я., Котова Т. Г.,
Козырева И. Н., Трофимова И. Ю.,
Свечин А. Н., Скорынина Е. Е., Пинегина Н. Е.

Номер напечатан в типографии:
ООО «Полиграфия».

Адрес типографии:
150000, г. Ярославль,
ул. Республиканская, д. 61.

Подписной индекс в каталоге МАП:
03274

Номер заказа: 1607.
Номер подписан в печать: 26.07.2017 г.
По графику: в 18.00 **Фактически:** в 18.00
Тираж: 25 000 экз. Цена свободная.

