

2
стр.

НОВЫЕ ПОДХОДЫ

К ИЗУЧЕНИЮ МИРОЗДАНИЯ



5
стр.

Сибирь: от прошлого к будущему

06.12.2018 г. в Санкт-Петербурге в Смольном институте РАО под эгидой Международных научных конференций «Ноосферное образование в евразийском пространстве, состоялась VIII конференция «Ноосферное образование как механизм становления Ноосферной России».

Скрытый смысл образа: кто «творит» Галатею?

Самая красивая легенда о скульпторе, прославляющая его необыкновенный дар, посвящена кипрскому ваятелю по имени Пигмалион. Этот талантливый человек был так увлечён своей работой, что не нашёл времени на женитьбу.

6
стр.



8
стр.

Арт-терапия в группе: коллективное сознание

Продолжая рассказ об арт-терапии как способе самопознания и самосовершенствования, мы остановимся на преимуществах арт-терапевтической работы в группе на примере групповой арт-терапевтической работы в Кубанском НИИ Здоровьесберегающих технологий.

8 декабря 2018 года в московском ГЦКЗ «Россия» (Москва, Лужники) прошел VI Всероссийский научный форум «Материя. Энергия. Информация», на котором учредителям Общественной академии естественных и гуманитарных наук были вручены их членские билеты.

Участниками VI Всероссийского научного форума «Материя. Энергия. Информация» стали более пяти тысяч слушателей, а экспертами и докладчиками - представители разных областей науки, которые в своих исследованиях касаются вопросов новых технологий сохранения здоровья человека, увеличения продолжительности жизни населения. Организатор форума - Холдинг «Научно-исследовательские институты Здоровьесберегающих технологий», деятельность которого направлена на проведение экспериментальных и клинических научных исследований в области геронтологии и смежных с ней медицинских дисциплин (онкология, эндокринология, неврология, хирургия и другие).

Открыл Форум Генеральный директор Холдинга «Научно-исследовательские институты Здоровьесберегающих технологий», д.т.н., профессор, академик АН РФ и РАЕН Леонид Иванович Маслов: «Все области человеческого знания развиваются от частного к Целому, и только на стыке различных наук появляется понимание того, что управляющей силой во Вселенной является Высший Космический Разум. На наш взгляд, более продуктивным подходом в науке является движение от Целого к частному».

Цепочка мироздания

Учёные разделили единое Знание о Мироздании, создав 82 науки. Это говорит о нашем логическом способе мышления, ибо выхватив обрывки знаний, они породили ряд наук, которые имеют разные закономерности, разные методы исследования, а в итоге не дают человечеству истинного понимания о структуре Мироздания. Ученый продемонстрировал слайд «Цепочка Мироздания»: Клетка - Человек - Человечество - Вселенная, а также декларировал основные принципы своей теории:

- 1 Вселенная - живое существо.
- 2 Она имеет свое управляющее Ядро и управляемую им систему энергоинформационных потоков.
- 3 Энергоинформационные потоки протекают из Ядра и возвращаются опять в Ядро на регенерацию. Из Ядра энергия созидания передается во все уголки Вселенной для творения всего сущего, включая планеты и человека.
- 4 Выделяемая людьми Энергия (информация) возвращается в Ядро на последующую регенерацию.

«Мы уникальны сами по себе, так как внутри мы - пример Вселенной. Каждая клетка принимает взвешенные решения. Она - маленький человек. Его решение - это его высшее достижение творчества», - считает Л. И. Маслов. По аналогии с Пространством нужно рассматривать человека

НОВЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ МИРОЗДАНИЯ



Человек сегодня должен переосмыслить своё место во Вселенной, сосредоточиться на самосовершенствовании.

Более 5000 участников собрал Форум.

как энергоинформационную частицу Космического Пространства, имеющую, кроме материальной оболочки, ещё и тонко-полевое строение, представляющую собой волновую (фрактальную) и саморегулирующуюся структуру.

Вызов цивилизации

Человек сегодня должен переосмыслить своё место во Вселенной, осознать себя как фрактальное подобие структуры мироздания. Главное внимание необходимо сосредоточить на самосовершенствовании, так как Ф. Шеллинг говорил: «Больное общество - больные люди». Перефразируя эти слова, можно объяснить современный экологический кризис: «Не совершенные люди - плохая экологическая обстановка на планете». Как подчеркнул Л. И. Маслов, природа бросила вызов цивилизации. Происходит резкое изменение климата, участились землетрясения и чрезвычайные техногенные ситуации, изменились состав и структура воды и воздуха, увеличилось количество больных уже известными болезнями, болезни проявляются в более раннем возрасте, появились новые заболевания. По мнению Л. И. Маслова, одно из самых актуальных направлений науки XXI века - это изучение и освоение методов, помогающих человеческому сознанию более эффективно взаимодействовать с Информационным полем Земли (ноосферой) и Вселенной. Он процитировал учёного Стэнфорд-

ожидаемых 120 лет!»

Комплексный процесс познания

Миссия образованной Общественной академии естественных и гуманитарных наук - создание нового подхода в науке на основе объединения естественных и гуманитарных наук для комплексного изучения Мироздания и человека как его фрактальной частицы. «Мы убеждены, что научный подход в изучении законов Мироздания должен быть только системным и комплексным, включающим в себя все научные направления - естественные и гуманитарные», - заявил Л. И. Маслов.

Постулаты Академии:

- Наш мир универсальный, целостный и многоуровневый, значит, и процесс познания должен быть комплексным (объединение физики, биологии, математики, медицины и других наук).
- Каноны Вселенной едины для живой и неживой природы.
- Пространство, в котором мы живём, представляет собой единое энергоинформационное поле Вселенной.
- Передача информации не имеет времени и расстояния.
- Человек, как часть Пространства, - открытая энергоинформационная система, главный объект исследования, представляющий собой микрокосмос для Вселенной и макрокосмос для любой клетки организма.
- Познание человека возможно не только рациональными, но и иррациональными, основанными на Вере, методами.

Текущие цели Академии:

- Изучение эволюции сознания человека и связи Сознания с Высшим Космическим Разумом, определяющим будущее человечества.
- Проведение фундаментальных научных исследований и внедрение новых, прорывных здоровьесберегающих технологий в области энергоинформационной медицины.
- Исследование феномена телепортации информации в медицине.
- Исследования возможности управления клеточной активностью для остановки процессов старения с переходом в режим омоложения.



Учредителям Общественной академии естественных и гуманитарных наук были вручены членские билеты.

ОБРАЩЕНИЕ УЧАСТНИКОВ ШЕСТОГО НАУЧНОГО ФОРУМА «МАТЕРИЯ. ЭНЕРГИЯ. ИНФОРМАЦИЯ» К ЧЕЛОВЕЧЕСТВУ

г. Москва, ГКЦЗ «Россия», 08.12.2018

Мы, участники VI научного Форума, обращаемся к народу России и через него ко всему человечеству в надежде, что будем услышаны теми, кто желает понять окружающий мир, своё место и роль в этом мире, кто хочет для России и всего человечества позитивных перемен, счастья для каждого человека на планете Земля.

За последнюю четверть века учёные неоднократно обращались к человечеству с предупреждением о грозящей ему опасности самоуничтожения. В 1992 году о противостоянии Природы и человека заявили более 1700 (одной тысячи семисот) учёных, подписав «Предупреждение человечеству». В 2017 году человечество получило более гнетущее «Предупреждение» об опасности, которое подписали свыше 15 000 (пятнадцати тысяч) учёных Мира. Люди науки не просто бьют тревогу, а признают, что человечеством выбран курс на нестабильность, что мир находится под угрозой рукотворного глобального кризиса.

«Предупреждения» учёных остались незамеченными.

Целиком и полностью поддерживая обеспокоенность мирового научного сообщества, Мы понимаем, что обычного пути выхода из существующего кризиса нет. Необходим принципиально новый подход, основанный на принятии человечеством парадигмы своего развития, базирующейся на новых знаниях о Мироздании и о роли человека в нём.

В связи с этим Мы, участники научного Форума «МАТЕРИЯ, ЭНЕРГИЯ, ИНФОРМАЦИЯ», обращаемся к Великому Российскому народу и ко ВСЕМУ ЧЕЛОВЕЧЕСТВУ с призывом:

ОСОЗНАТЬ ВЕЛИЧАЙШУЮ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПЕРЕД БУДУЩИМИ ПОКОЛЕНИЯМИ ЗА НАШ ОБЩИЙ ДОМ – ПЛАНЕТУ ЗЕМЛЯ, ЗА СУЩЕСТВОВАНИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ!

Дальнейшая судьба планеты находится в полной зависимости от тех целей, которые ставит перед собой общество, и способов их достижения. До тех пор, пока целью развития общества и каждого человека в отдельности является достижение материального благополучия любой ценой, пока сохраняется имущественное и социальное неравенство, пренебрежение вечными морально-нравственными ценностями, человечество не может надеяться на продолжение своего существования. Природа всё чаще посылает нам грозные предупреждения, планета устала от неразумной деятельности человека, разрушающего среду своего обитания.

Сегодня судьба планеты и судьба человека оказались в прямой зависимости от тех воззрений и ценностей, которые выберут следующие поколения людей, в соответствии с которыми они будут жить и которыми будут руководствоваться.

Наиболее важными являются религиозные, философские и идеологические воззрения. Это те воззрения высокого порядка, ради которых люди живут и умирают, воззрения, касающиеся цели и смысла жизни, это Вера Богу, которая формирует сознание человека и определяет его роль в эволюционном развитии.

Настало время, когда людям необходимо давать новые знания о Высшем Космическом Разуме (Ноосфере по Вернадскому), о структуре Мироздания, о его вечных и неизменных законах, о роли и предназначении человека в Мироздании. Более четырнадцати лет, начиная с 2004 года, Творец, Высший Космический Разум, Всевышний... обращается к человечеству через избранного Им человека в России с призывом - остановить свой бег к пропасти самоуничтожения! Передаваемые Знания объясняют смысл и цель пребывания человека и человечества на планете, подсказывают пути выхода из глобального кризиса, в котором человечество оказалось по своей вине, приняв за основу своего развития ложные ориентиры и ценности. Базовой концепцией Знаний, передаваемых Создателем в виде «Откровений людям Нового века», является проявление всеобщей безусловной Любви ко всему сущему, достижение Справедливости и Равенства.

Основная идея, повторяющаяся во всех книгах «Откровений», - духовное единение людей разных национальностей и конфессий с целью спасения самого человечества! Но сегодня эти книги находятся под угрозой запрета.

Мы, участники Форума, убеждены в том, что передаваемые Создателем Знания должны стать основой и новым ориентиром научного познания мира. Сегодня, когда человечество стоит на грани самоуничтожения, никто не вправе лишить человека Знаний о себе, своём происхождении и своём предназначении!

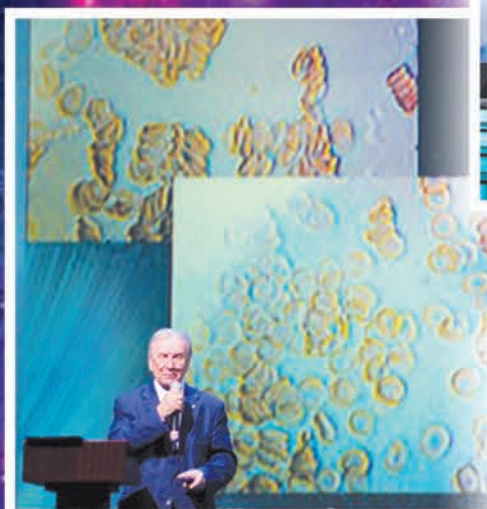
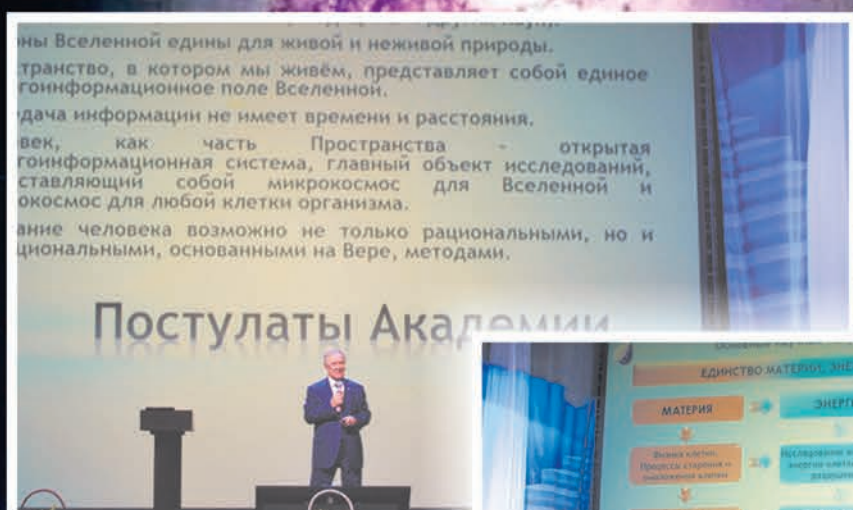
Человек должен понять, что он - неотъемлемая часть единого Мироздания - Великого Космоса, а значит, должен жить и развиваться по Единым Космическим законам, которые никому не позволено нарушать. Вселенная прекрасна, потому что есть разумное Начало, которое программирует, координирует, творит! Земля - наш общий Дом, и задача человечества, как части Единого Вселенского Разума, - сотворить Планету радости и счастья!

Текст Обращения принят единогласно на VI Всероссийском научном форуме «Материя. Энергия. Информация», состоявшемся 8 декабря в Государственном центральном концертном зале «Россия» в Лужниках. Количество голосовавших: 4020 участников Форума.



ФОТОРЕПОРТАЖ

VI Всероссийский научный форум «Материя, Энергия, Информация»
г. Москва ГЦКЗ «Россия» 8 декабря 2018 года



СИБИРЬ: от прошлого к будущему

06.12.2018 г. в Санкт-Петербурге в Смольном институте РАО под эгидой Международных научных конференций «Ноосферное образование в евразийском пространстве, состоялась VIII конференция «Ноосферное образование как механизм становления Ноосферной России».

**«Не изменится часть Сибири!
Восстановится Исток
человечества!»
(Катрен Создателя
от 06.06.2017) [1].**

Согласно версии, изложенной Д.А. Мачинским (Мачинский Дмитрий Алексеевич - выдающийся советский и российский археолог и историк по скифо-сарматским и славянским древностям), Гиперборея находилась в Хакасско-Минусинской котловине (вдоль Енисея и его притоков), где множество удивительных древних памятников археологии.

Есть подтверждения как учёных, так и эзотерических источников, что Гиперборея простиралась «от океана до океана» на просторах теперешней России [2], причём самыми миролюбивыми на территории Гипербореи были жители Западной Сибири (Зибери): они не имели армии, отличались дружеским настроем к чужеземцам, наивностью и открытостью.

Мы побывали в уникальном музее в Минусинске, где есть интересные Хакасские менгиры, их целый зал (рис.1).



Рис.1 Хакасские менгиры в музее



Рис.2 Хакасские менгиры в степи

Далее мы побывали у горного озера Тиберкуль («Божье озеро») в эко-ноосферном поселении духовного учителя Виссариона (рис. 3,4).

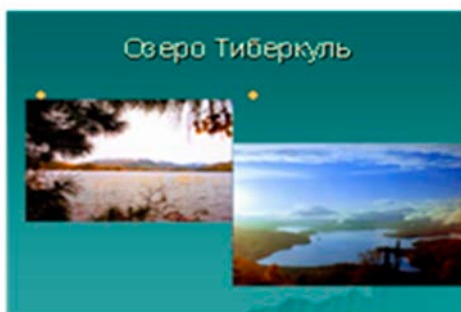


Рис.3 Оз.Тиберкуль



Рис.4 Мы на берегу Казыра

Здесь мы испытывали такие же ощущения, как на островах в Белом море [3]: радость и наслаждение. Как будто вернулись в родной дом, нежелание покидать его.

В послании Крайона [4] даётся развёрнутая картина событий, которые произошли после катаклизмов 11 т.л.н.: становление могучего государства – ГИПЕРБОРЕИ с центром в Борее (на месте теперешнего Татарстана).

Эта высокоразвитая империя простиралась от западных окраин Евразии до Уральских гор.

Гипербореяцы обладали высокоразвитыми технологиями: использовали гидроресурсы и солнечную энергию. Летательные аппараты (виманы) превосходили современные вертолёты и самолёты.

В основе работы двигателей лежало взаимодействие кристаллов и энергетических полей. Европейская часть Евразии являлась МЕТРОПОЛИЕЙ Гипербореи.

В состав Империи гиперборе-ев входило ещё семь государств,

не обошлось и без войн. «Отзвуки» этих войн прослеживаются в древне-индийском эпосе.

Но вот с зиберийцами гипербореяцам воевать не пришлось: обезоружили их дружеский настрой, наивность, открытость, отсутствие армии и оружия. Началось мирное сосуществование двух разных цивилизаций в течение тысячи лет.

Сибирь, как и предсказал М.В. Ломоносов, всегда играла огромную роль в жизни нашего государства, особенно во время Великой Отечественной войны.

Сюда была переправлена большая часть заводов, эвакуированных людей из европейской части СССР, отсюда поступало вооружение, формировались полки, сыгравшие решающую роль при обороне Москвы.

Но ещё больше роль Сибири возрастает в не столь отдалённом будущем как спасительного Ковчега при переходе к новой цивилизации.

Согласно эзотерическим источникам Сибирь, особенно Западная, во время серьёзных катаклизмов всегда выполняла эту роль.

Древнее огромное село Колывань (10 тыс. жителей) - в 40 км севернее Новосибирска. Именно Колывань должна была стать центром Западной Сибири, но при прокладке железной дороги через Обь оказалось, что легче и экономичнее было это сделать южнее.

На месте Колывани в доисторические времена находилась столица Древней гиперборейской страны Зибери - Эалокс.

В столице Зибери жил Духовный Учитель Гипербореи Но Эль. Он родился в Борее, а потом переселился в Зиберию и прошел такой же путь вплоть до Вознесения, как спустя примерно 6 т. лет Иисус Христос. Основа Учения - *Любовь ко всему сущему*.

В 2010 г. мы познакомились с необычным человеком - *Евгением Ефимовичем Березиковым*. Его называют космическим странником, звёздным человеком, человеком - *плазмодом* [5]. Е.Е. Березиков на очередной встрече в Санкт-Петербурге в апреле 2018 г. говорил о том, что Сибирь всегда сохраняется при любых катаклизмах.

Березиков сказал, что даже если произойдёт изменение наклона земной оси, Россия будет спасена Сибирью.

Вот слова из молитвы о создании Вселенской Платформы Вознесения, прочитанной в Санкт-Петербурге: *«...Ты, Господи, уже отвёл нам этот предел - Благословенные земли Сибири Святой Руси...»*.

**А вот слова Творца:
Перевернётся Планета однажды!
Ждать осталось немного!**

...
**Не изменится часть Сибири!
Восстановится Исток человечества!**
(Катрен Создателя от 06.06.2017)

**Одно место есть на Планете!
Седьмая часть суши,
Духом русским воспета,
Великая сибирская глушь!**
(Катрен Создателя от 29.06.2017)

**Перенести бы столицу в Сибирь!
Самое верное предложение!
Откроется Великая ширь,
Изменится к Руси отношение!**
(Катрен Создателя от 15.10.2017)

Ясновидящий Э.Кейси предсказал: «...после 2010 года прежний СССР вскоре возродится... в новом виде. Именно Россия возглавит возродившуюся цивилизацию Земли, и центром этого возрождения всего мира и новой жизни станет Сибирь».

Ясновидящая Ванга в 1996 г. предсказала: «Россия будет властителем всей земли... В Россию вернётся социализм в новой форме... никому не дано остановить Россию...».

И в завершение - о предполагаемой столице Святой Руси в Сибири. Это может быть Омск. Омск находится на Иртыше и построен так, что по одну сторону реки он напоминает Москву, а по другую - Петербург (по планировке). Кроме того, Ом - самая сильная мантра Планеты.

В Сибири же (правда, в Восточной части) расположено озеро Байкал - хранилище чистой воды, тоже не случайно.

**КОМАРОВСКИХ К.Ф. - д.ф.-м.н.,
проф., акад.РАЕН, действ.чл. РГО,
КОМАРОВСКИХ Н.И. - геофизик, научн.
сотрудник, действ.чл.РГО.**

**e-mail: kfk@yandex.ru
Санкт-Петербург, 6.12.2018.**

ЛИТЕРАТУРА

1. Катрены Создателя (записал Маслов Л.И.), книги II и III - М.: 2017.

2. Комаровских К.Ф., Комаровских Н.И. О поисках Гипербореи на Востоке и за Океаном // Доклад на II Международной научно-практической конференции «Сакральная география», СПб, 2016.

3. Комаровских К.Ф., Комаровских Н.И. Гиперборея: от прошлого - к будущему. - М.: Амрита, 2014-144с.

4. Крайон Гиперборея: истоки России // Вне течений - послание, записал С.Канашевский, г.Новокузнецк, 12.10.2010

5. Татур С. Звёздный человек. - М.: «Права человека», 2008. - 368с.

*Когда поймёшь –
душа окаменела –
Вернись для пробужде-
ния в этот дом,
Где нежность –
не разменная монета,
Где камню повелели –
Оживи! –
И где любовь есть про-
долженье света,
А тело –
продолжение любви,
Где вишнями колышет-
ся аллея,
Где за окном цикада
голосит...
Вернись к Пигмалиону,
Галатея.*

Самая красивая легенда о скульпторе, прославляющая его необыкновенный дар, посвящена кипрскому ваятелю по имени Пигмалион. Этот талантливый человек был так увлечён своей работой, что не нашёл времени на женитьбу.

Однажды Пигмалион решил изваять фигуру девушки, которую рисовало ему воображение. Многие дни и ночи не выходил он из мастерской, как будто действительно торопился освободить девушку из плена своих фантазий. Статуя вышла на диво хороша. Молодая красавица стояла посредине мастерской и будто слегка улыбалась своему творцу. Скульптор назвал её Галатеей. Мастер был уверен, что его рукой водила сама богиня любви Афродита.

Когда пришло время праздников в честь великой богини, решил Пигмалион попросить у неё счастья. На закате дня он подошёл к её статуе в храме, стал перед нею на колени и сказал: «О великая богиня любви, прекрасная Афродита! Не напрасно зажгла ты огонь в моём сердце и дала мне силы вырезать в твою честь девушку, чья красота может украсить мир. Прошу тебя, оживи её, и будет она самой любимой и желанной для меня женщиной». Пигмалиону показалось – лицо богини озарила улыбка. В радостном ожидании он возвратился домой, купив в подарок Галатее дорогие одежды, браслеты и другие украшения. На пороге дома его встретила живая возлюбленная... Боги оценили талант ваятеля и подарили ему созвездие Скульптор.

<http://www.liveinternet.ru/users/4386710/post241436379/>

СЛАВЯНСКАЯ ГАЛАТЕЯ

А какое отношение к женщине было у наших Предков? Какой образ рисовало при этом сознание? И какую роль она играла в семье, в жизни мужчины и общества, в соответствии с этим образом?

Женщина у древних славян почиталась, как земная богиня. И это закономерно, ведь в традиции славяно-ариев у каждого человека есть две пары родителей

СКРЫТЫЙ СМЫСЛ ОБРАЗА: КТО «ТВОРИТ» ГАЛАТЕЮ?

– двое земных (земные родители) и двое небесных (богиродители). Женщина – суть земная богиня, воплощение тепла и света. Женщина у славян с той самой минуты, как она считается женщиной, а именно – с 16 лет, с периода «не весты» (до 12 лет она чадо, с 12 до 16 – веста), приобретала особое к себе отношение. Не в том смысле, что все всегда ей делали поблажки, ведь труд женщины не менее сложен, чем у мужчины, пусть и не такой рискованный, если брать в расчёт войну (фактически – главное предназначение мужчины наряду с продолжением рода).



Женщины древних славян представляли собой сначала потенциальных, а потом и реальных матерей, продолжательниц Рода. Так может ли славяно-арий относиться к той, кто будет под сердцем носить его детей, как к рабыне? За аналогичные слова славянские мужчины без лишних разговоров наказывали тех, кто посмел о подобном заикнуться, либо принимали глубочайшие извинения. Женщина древних славян – это то, за что мужчина мог принять смерть без раздумий (наравне с Родиной, разумеется). *Это хранительница домашнего очага, та, кто не позволяет тьме проникать в обитель света, милое и нежное существо, которое достойно обожествления.*

Но нужно понимать, что высокий статус славянской женщины, как земной богини, требовал соблюдения особых норм поведения. До периода замужества женщине покровительствовала Лада, богиня чистоты, красоты и живого мира во всех его проявлениях.

Женщина в замужестве попадала «под крыло» Макоши, супруги Сварога, матери всех богов, воплощавшей

в себе идеалы материнства и наставничества. Женщина у славян исконно почиталась своеобразной аллегорией земной мудрости, но горевшей, что не соответствовала этому идеалу. Конечно, речь идёт не о том, что если девушке всё никак не давалась вышивка, то её «гнобили» все, кому не лень. И, кстати, такого быть не могло, потому что кровь славянских женщин подразумевает совершенное чувство прекрасного, а генетическая память не может подводить.

Ключевой добродетелью женщины у древних славян считалась верность. Женщина предназначалась одному мужчине и должна была быть верна ему до конца своей земной жизни. Смерть мужа на войне не становилась исключением. Вместе с тем, вопреки тысячу раз оболганным и перевёрнутым утверждениям Ибн Фадлана, наши предки не хоронили живых жён вместе с усопшими мужьями. Это чувство, которая родилась в головах язычников-христиан, не осознающих, что значит фраза «принести свою жизнь в жертву усопшему». А речь идёт о том, что жизнь продолжается, но женщина лишь обязуется всегда помнить о своём избраннике.

Измена наказывалась изгнанием, что исконно у славян считалось хуже смерти. Однако современной истории не известен ни один исторический факт, который описывал бы измену славянской женщины, даже в фольклоре об этом нет ни слова. Хотя, для сравнения, сказания, эпосы и хроники любой европейской страны подобными фактами усыпаны как ночное небо – звёздами! Женщину «порченную», то есть познавшую мужчину до замужества, замуж никто никогда не брал. Исключения могли составлять случаи актов насилия. Но тогда перед свадьбой волхвы проводили над женщиной соответствующие обряды очищения, чтобы её будущий ребёнок был стопроцентно ребёнком будущего мужа (подробнее читайте о телегонии). Однако в любом случае такой союз назывался не Любомир, а брак (откуда и происходит одно из современных значений этого слова).



Так или иначе, но славянская женщина считалась воплощением всего самого чистого и прекрасного, что есть в природе. Её ценили, любили и уважали, с младенчества до седины. И она вела себя соответствующе – была кротка, мудра, спокойна и рассудительна. В общем – полная противоположность современным «дивам», особенно из категории селебрити (человек, чаще всего женщина, снискавший себе популярность и известность благодаря частым упоминаниям в жёлтой прессе, глянцевого журналах, газетной светской хронике) ... И добродетель верности в этой аналогии занимает особое место.

<http://radogost.ru/zhenshhina-drevnih-slavjan.html>

А кто является автором образа современных Галатей?

ИГРЫ КОРОЛЕЙ: МОДНЫЙ ПРИГОВОР

Огни торгового центра переливались тысячами отблесков. Громко играла музыка, а с высоты птичьего полета суеда покупателей напоминала суету растревоженного муравейника. «Чёрная пятница» была в самом разгаре и четверо наших старых знакомых решили инкогнито посетить один из крупнейших торговых центров, чтобы половачиться на плоды своей работы. На верхнем этаже, откуда открывался неповторимый вид на всё это суетивное безумие, стояли четыре неприметные фигуры: король телевидения Иван Иванович, повелитель секс-индустрии Пётр Петрович, пищевой магнат Дядя Миша и владелец корпорации моды и глянца Семён Семёнович.

– Ну, и зачем мы во всё это вырядились? – разглядывая с пренебрежением свои обвисшие и разорванные на коленях джинсы, спросил Дядя Миша.

– Чтобы не привлекать внимания. Если бы мы оделись как обычно – это вызвало бы лишние взгляды прохожих. А нам это ни к чему. Кукловоды должны оставаться вне сцены, чтобы

зрители, не дай Бог, не задумались о том, что куклой кто-то управляет, – с ехидной улыбкой ответил Семён Семёнович, довольно нелепо выглядящий в той одежде, которую сам много лет рекламировал.

– Как символично, что мы расположились на верхнем этаже, над всей этой толпой. Не хватает только нитей, привязанных к рукам посетителей торгового центра, – иронично отозвался Пётр Петрович.

– Нити есть, просто вы их не видите. В принципе, любого из них, – Иван Иванович кивнул на копошащихся внизу людей и с плохо скрываемым презрением сказал – Просто придумать красивую обёртку, яркую рекламу и поручить нескольким нашим телевизионным «звёздам» рассказать о волшебных эффектах этого нового товара, представив его, например, средством.

– Наш самый успешный проект – это, конечно же, современный стиль одежды, – перевёл разговор на свою любимую тему Семён Семёнович. – Сейчас подавляющее большинство девушек наряжены так, как ещё лет 20 назад проститутки стеснялись одеваться. Их так называют «шорты» – короче трусов, а штаны зачастую не отличить от колготок. Летом так вообще не покидает ощущение, что попал в какой-то огромный бордель, где все только и стремятся подороже себя продать и поэтому одевают минимум одежды. Самое забавное, что каждый раз так наряжаясь, современные девушки, вечно страдающие от отсутствия серьёзных отношений, искренне надеются, что именно сегодня в таком виде они встретят свою «настоящую любовь». Не удивительно, что их «принцы» всегда хотят от них только одного. На что ловишь – то и поймаешь.

– Это для вас не удивительно, а для них это каждый раз очень даже удивительно, – со смехом поделился своими наблюдениями Пётр Петрович. – Главное, что благодаря такой вот моде – мой бизнес процветает. Потому что, чем больше девушек примеряют на себя образ проститутки, тем больше поток людей в мою секс-

индустрию. Взаимосвязь абсолютно прямая.

На первый взгляд, изменения в стиле одежды протекают незаметно, но, когда оглядываешься назад, понимаешь, насколько сильный скачок совершён за прошедшие годы. Вспомните, ещё какие-то полвека назад по всем Соединённым штатам с трудом собрали проститутки, чтобы устроить с ними первое в истории дефиле в открытых купальниках и бикини – тогда это считалось верхом распущенности и пошлости. А сегодня это уже стало нормой, и хватит 5 минут на городском пляже, чтобы тебя начало тошнить от обилия этих голых тел. Аналогичная ситуация и с всевозможными мини-юбками, лосинами, декольте и прочим. Наряд проститутки стал нормой для большинства девушек.

– Самое интересное, что обманутые женщины сами же убивают своих мужчин. Их приучили к тому, что они должны выглядеть «сексуальными» – и в результате они всегда стремятся нарядиться как можно более ярко и откровенно. Им это гарантирует повышенное внимание окружающих, а этим самым окружающим, вынужденным вечно подавать свои не к месту провоцируемые инстинкты, гарантирует будущие проблемы в психике и половой сфере, – отметил Пётр Петрович.

– Не завидую я, конечно, нашему Семёну Семёновичу. Работёнка у него та ещё: ведь 90 процентов современных модельеров – открытые геи, и ему приходится с ними постоянно взаимодействовать. Но эти трудности себя, безусловно, оправдывают. Ведь, развращение женщин – одна из наших главных задач, – добавил Василий Васильевич. – Скоро закрытие.

– Поскорее бы снять с себя эту дрянь, – сказал Семён Семёнович. Гримаса отращения передёрнула его лицо, и он неуклюже зашагал в своих обтягивающих штанах, за которые посетители торгового центра готовы были отдать ползарплаты.

Тем временем, «Чёрная пятница» продолжалась. «Муравейник» выпускал из своих ворот целые толпы счастливых потребителей с пакетами, коробками и сумками и запускал новую порцию внутрь. Безумный хоровод «купи-продай» кружился с невероятной скоростью, как древний шаман в безумном экстазе, как суровая метель в холодную

зимнюю ночь. А авторы всего этого действия, никем не замеченные, покинули кукольный театр...

(<https://subscribe.ru/group/slavyano-arijskaya-kultura/15053475/>)

Диверсия против женщин. Француженка Коко Шанель, чьё имя стало синонимом высокой моды начала XX века, женщина, не имеющая семьи и детей, курящая и употребляющая наркотики, сотрудничавшая с врагами своего народа, стильная соблазнительница в маленьком чёрном платье, подарившая женщинам короткие стрижки, сумочки на цепочке и свободу, одела женщин мира в брюки, став первооткрывательницей и законодательницей мужского стиля в женской одежде.

Коко Шанель сшила первый мужской костюм для Марлен Дитрих, благодаря чему она стала иконой стиля. Немецкая и американская актриса, певица, секс-символ появилась в расклешённых снизу брюках на экранах Соединённых Штатов в 1930 году в своём дебютном фильме «Марокко». Это дало начало, так называемому, стилю унисекс, женщины впервые позволили себе примерить мужскую одежду, которая стала символом эмансипации.

В 90-х годах прошлого века Иосиф П. Овертон разработал технологию поэтапной легализации любой идеи, не приемлемой первоначально обществом. Эта технология получила название «Окна Овертона». Изменение отношения общества к некогда абсолютно запретным для него вопросам может произойти незаметно для этого общества в результате использования определенной технологии манипулирования общественным мнением с помощью центральных СМИ.

Посмотрим, как в Окнах Овертона отражаются манипуляции общественным сознанием для создания привлекательного образа женщины в брюках.

Окно Овертона. 1. НЕМЫСЛИМО

В Ветхом Завете (1-27) пишется: «На женщине не должно быть мужской одежды, и мужчина не должен одеваться в женское платье, ибо мерзок пред Господом, Богом твоим, всякий делающий сие».

Закон от 1800 года к примеру, запрещал парижанкам носить брюки.

И до XIX века женщины носили мужскую одежду в наказание. Это было жуткое оскорбление – появиться на улице в не женской одежде.

Окно Овертона. 2. РАДИКАЛЬНО (решительно)

Появиться в гостях или на прогулках в штанах привычного нам сегодня вида считалось в конце XIX-начале XX века дикостью. Компромиссом между стремлением женщины к комфорту (при езде на велосипеде, к примеру) и соблюдением приличий явилось создание юбки-брюк широкого кроя, предложенных «королем парижской моды» Полем Пуаре.

(<https://www.relook.ru/article/79287/>)



Окно Овертона. 3. ПРИЕМЛЕМО



С 30-х годов XX века, когда ведущие европейские и американские актрисы (Марлен Дитрих, Грета Гарбо, Кетрин Хепберн и др.) надели брюки, предложенные Коко Шанель, пошла мода на андрогинность (двуполость тела, души, поведения человека). Им стали подражать поклонницы.

Окно Овертона. 4. РАЗУМНО

Французская исследовательница, автор книги «Политическая история брюк», Кристиан Бар писала: «Брюки всегда обозначают две вещи: мужественность и

власть». Как символ мужественности, они долго были запрещены для женщин, которым пришлось отвоювать право их носить. Женские брюки появляются от

сознательном желании большинства женщин доказать своё равенство за счёт ношения костюма». Брюки позволяют «жить, не сжимая колени».



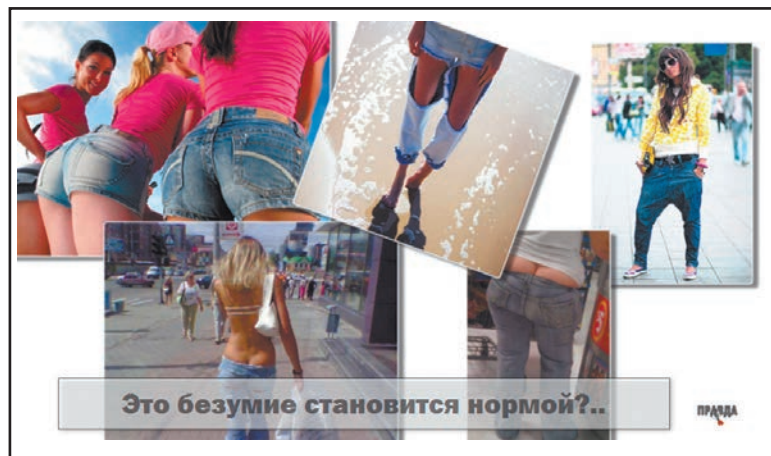
Окно Овертона. 5. ПОПУЛЯРНО

В 60-х годах в женскую моду полностью вошли брюки. Они постепенно трансформировались, превратившись в узкую по фигуре модель, затем – в укороченные капри, а затем и в шорты. Брюки разной модификации стали популярной и массовой формой одежды для женщин и девушек всех возрастов.

Окно Овертона. 6. ПОЛИТИКА / НОРМА

Сегодня брюки заняли законное положение в гардеробе женщин, девушек и девочек. Они практически заменили платья и юбки. Достаточно зайти в любую из школ любого населённого пункта и посмотреть, во что одето подавляющее большинство школьниц, начиная с 5-го класса. В брюки и джинсы. На вопрос «почему не юбка или платье?» подростки и старшеклассницы отвечают: «так удобней двигаться», «теплее», «дешевле», «хорошую юбку не найдёшь», «все так ходят», «красиво, стильно», «в юбке неудобно»...

(<https://www.relook.ru/article/79287/>)



Образ – отражение реальности в виде целостной структуры, которая становится содержанием психики человека; отражение предметов и явлений внешнего мира в сознании человека.

Материал подготовила ПИНЕГИНА
Н. (Алтайский край, г. Заринск).

Продолжение следует.
Почему так важно, чтобы женщины носили юбки и платья, вы узнаете в следующем номере газеты.



Продолжая рассказ об арт-терапии как способе самопознания и самосовершенствования, мы остановимся на преимуществах арт-терапевтической работы в группе на примере групповой арт-терапевтической работы в Кубанском НИИ Здоровьесберегающих технологий.

В нашей стране последние десять лет стали временем бурного развития и освоения новых форм психотерапии и психологической работы. Большой интерес специалистов (медиков, психологов, педагогов, организаторов и даже руководителей) вызывает арт-терапия - метод, связанный с раскрытием творческого потенциала личности, высвобождением ее скрытых энергетических ресурсов и в результате нахождением оптимальных способов решения своих проблем.

Все виды искусства имеют целительный потенциал и могут быть объединены и использованы в терапии. Развитие арт-терапии отображает процессы обособления трех направлений: медицинского, психологического и социального. Ее ядром является применение художественной творческой деятельности для лечебного, гармонизирующего фактора. В строгом смысле, эта терапия основана на возможности каждой личности в самопознании и самосовершенствовании. Образы и символы, используемые в этом процессе, являются лишь средством интеграции личности. Психика каждого человека оснащена мощнейшим инструментом саморазвития и самовосстановления, нужно лишь помочь ей в этом. Арт-терапия является действенным, очень мягким и одновременно эффективным средством глубинного исследования себя. Она является средством исправления личностных деформаций и обретения целостности и способом обретения себя. Себя настоящего!

Когда мы имеем дело с творением собственной личности, мы вновь и вновь проживаем то удивительное состояние, которое классики психологии называют индивидуацией и самоактуализацией. Ведь когда мы творим, мы слышим в себе Творца, видим его глазами, чувствуем его ощущениями, слышим в себе его тихий внутренний голос. Это великое таинство, и одновременно — это общедоступная практика. На наш взгляд, групповая арт-терапевтическая работа обладает рядом преимуществ перед индивидуальной арт-терапией. И прежде всего, эти преимущества связаны с более высокой



эффективностью получения результатов.

Особенности психологической арт-терапевтической работы в группе

Задачи арт-терапии как метода психологической работы в группе:

- акцентировать внимание каждой личности в группе на его ощущениях и чувствах;
- создать оптимальные для человека условия, способствующие наиболее четкой вербализации и проработке тех мыслей и чувств, которые он привык подавлять;
- помочь каждому члену группы найти социально приемлемый выход как позитивным, так и негативным чувствам.

Основная техника арт-терапевтического воздействия в группе - это техника активного воображения, открывающая каждому участнику процесса неограниченные возможности для самовыражения и самореализации в продуктах творчества при активном познании своего «Я».

К. Г. Юнг использовал термин «активное воображение» для обозначения такого творческого процесса, в ходе которого человек наблюдает за развитием своей фантазии, не пытаясь сознательно воздействовать на нее. Вызывая определенные образы с помощью активного воображения, закрепляя их в символической форме, личность имеет возможность успешно продвигаться в решении своих проблем. Группа при этом несет функцию зеркала, которое корректно и безоценочно дает человеку обратную связь о происходящих в его сознании (а главное — в подсознании!) процессах.

Механизм психологического коррекционного воздействия арт-терапии в группе состоит в том, что творчество позволяет в особой символической форме реконструировать конфликтную или травмирующую ситуацию и найти

ее разрешение через переосмысление этой ситуации с помощью творческих способностей клиента. Приемы арт-терапии опираются на идею о том, что любой человек, как подготовленный, так и неподготовленный, способен преобразовывать свои внутренние конфликты в визуальные, образные формы.

Методы групповой арт-терапии предполагают использование членами группы различных форм творческой деятельности с целью выражения своего психического состояния. Групповую арт-терапию можно рассматри-



вать как инструмент прогрессивной психологической помощи, способствующей формированию здоровой и творческой личности, и реализующей на практике ряд функций социализации личности: адаптационную, коррекционную, мобилизующую, регулятивную, реабилитационную, профилактическую. Групповая арт-терапия, как метод психологической помощи, может применяться в работе с различными категориями людей и способствует:

- развитию творческих способностей;
- повышению самооценки и росту самосознания;
- реализации эмоционально-нравственного потенциала;
- формированию умения решать внутренние и групповые проблемы;
- формированию умения выражать эмоции;

- формированию умения разрешать конфликтные ситуации, снятию напряжения, релаксации;
- развитию коммуникативных навыков, навыков социальной поддержки и взаимного доверия;
- «включению» особого способа видения событий окружающего мира (способность видеть целое, одновременно воспринимая части внутри целого, связанные между собой и с целым);
- развитию способности видеть и чувствовать то, что находится непосредственно перед человеком, не рассеивая внимание и не обращаясь к словесным понятиям.

оптимальное состояние равновесия.

В групповом методе арт-терапии выделяют два основных механизма психологического коррекционного воздействия:

1) творчество позволяет в особой символической форме перестроить травмирующую ситуацию и найти ее решение через изменение этой ситуации на основе творческих способностей субъекта и поддержки группы;

2) второй механизм связан с природой эстетической реакции. Он позволяет изменить отношение от мучительного к приносящему удовлетворение и групповое приятие.

Групповые арт-терапевтические занятия эффективны как процесс самопознания и личностного роста. Творческая деятельность является важным элементом на пути обретения целостности личности. При этом важен не результат, а сам процесс творения.

Подчеркивая специфику группового психокоррекционного воздействия, специалисты склонны его отграничивать от развивающего и психотерапевтического процессов. Основное отличие психокоррекционных воздействий в том, что психокоррекция имеет дело с уже сформированными чертами и направлена на их исправление. Основная задача развития состоит в том, чтобы сформировать у человека отсутствующие или недостаточно развитые психологические качества. Психокоррекцию от психотерапии отличают субъект, предмет и средства воздействия. Субъект психотерапии - врач, предмет - психосоматические заболевания и психические расстройства, используемые средства - медико-психологические. Субъект психокоррекции - психолог. Он использует психологические средства, помогая клиенту справиться с трудностями психологического характера. Однако в реальном процессе психологической помощи оба вида воздействия тесно

Отношения каждого участника группы и арт-терапевта опосредуются продуктом творческой деятельности: рисунком, историей, музыкальным произведением, танцем и т.д., что отражает процесс творческой экспрессии.

Творческие потенциалы заложены у каждого человека на разной глубине подсознания, и «вытащить» их в сознание возможно, только опираясь на личную индивидуальность и групповую рефлексию одновременно.

Основная цель групповой арт-терапии — гармонизация внутреннего состояния каждого члена группы через ощущение себя частью целого. В группе, благодаря созданию особой групповой атмосферы, «коллективного поля сознания», происходит восстановление способности каждого участника группового процесса находить

переплетаются между собой. Более того, в современном понимании психотерапия больше ориентирована именно на психологические средства воздействия на личность, при использовании которых она остается активной стороной, принимающей на себя равную долю ответственности за результаты психокоррекционного процесса. Поэтому процессы воздействия на личность в групповой арт-терапевтической работе мы будем называть групповой психологической работой, что представляется нам вполне корректным.

Выделяют следующие специфические черты группового психологического процесса:

- он ориентирован на клинически здоровую личность, имеющую в повседневной жизни психологические трудности, проблемы, жалобы;
- акцентирует здоровые стороны личности; нацелен на настоящее и будущее участников группы;
- предполагает оказание среднесрочной помощи;
- основан на ненавязчивом ценностном вкладе психолога;
- направлен на изменение поведения и развитие личности клиента.

Можно утверждать, что главным в групповой психологической работе арт-терапевтической группы является создание условий для развития тех или иных психологических качеств каждого участника группового процесса. Происходит реализация индивидуального подхода одновременно с коллективным. В результате этого каждый член группы способен чувствовать и свою неповторимую индивидуальность, и принадлежность к группе, одновременно. Осуществление индивидуального подхода тесно связано с представлением о «личном достижении», т.е. признании права самого человека взять из психокоррекционных возможностей то, что он окажется в состоянии или захочет взять. Поэтому психокоррекционные приемы должны использовать естественные движущие силы психического и личностного развития. Такими силами являются деятельность человека и система его отношений, которые значимы для него, ярко индивидуально окрашены, насыщены острыми эмоциональными переживаниями.

Особое значение имеет понятие психологического контакта с участниками группового процесса, основанного на субъект-субъектных, диалоговых, партнерских отношениях. Необходимо достичь как можно более полного принятия индивидуального облика и личности каждого

члена арт-терапевтической группы, во всем сложном переплетении и многообразии сильных и слабых сторон человеческой души.

В процессе групповой работы отношения между участниками группы и специалистом-психологом строятся по принципу партнерства, когда взаимно



Путь к себе (Денисова Анна).

признается право каждого на ответственность, руководство, поиск, личностный рост, психологическую независимость. Именно такая позиция психолога запускает в действие коррекционные механизмы психологических методов, которые он использует. И создает наилучшие условия для реализации всех рычагов психокоррекционного действия. Максимальный эффект группового взаимодействия достигается, когда психолог способен быть «играющим тренером», т.е. быть одновременно и организатором, и участником группового процесса.

Особая групповая динамика арт-терапевтического процесса может быть описана не прямой, а волнообразной линией. Это означает, что она имеет свои подъемы и снижения, ускорения движения и замедления. Это происходит за счет того, что главными в процессе психологической работы группы являются эмоциональные переживания, а эмоции - это весьма подвижные и динамичные психологические образования.

Групповой арт-терапевтический процесс может быть метафорически описан как фейерверк, сгустки переживаний. Яркие, эмоционально окрашенные переживания и создают возможность нового видения старых проблем, нового взгляда на жизненную ситуацию, на близких людей, на систему своих отношений, на свою деятельность. В результате происходит перестройка элементов сознания и самосознания.

Перестройку структур сознания следует рассматривать как творческий процесс. На операционном уровне она может быть описана как переход от оперирования закрытыми формулами к использованию открытых формул. Термин «открытые формулы» означает использование таких систем осознания, которые

раскрывают в человеке все сильные стороны его души и выводят на путь все больших личностных достижений.

В процессе групповой психологической работы необходимо использовать доступный, понятный, убедительный, внушающий, воздействующий, вызывающий эмоциональный отклик язык. В каждый момент групповой работы психолог должен быть предельно искренним в своих эмоциональных переживаниях, чтобы его вербальный и невербальный языки соответствовали друг другу. Психологический язык - это также язык конкретных реальных действий. Все ситуации должны быть не только понятны и доступны участникам, но и полезными, эмоционально значимыми. Необходимо отметить, что общее между участниками группового процесса арт-терапии может быть описано как реализация высших форм гуманных отношений между людьми.

На эффективность психологических процессов в арт-терапевтической группе влияет множество факторов: ожидания членов группы, важность для них решаемых задач, характер проблем, готовность участников к сотрудничеству, ожидания самого психолога, его профессиональный и личностный опыт, продолжительность и интенсивность процесса.

Профессиональная готовность психолога к психологическому воздействию в режиме группового арт-терапевтического процесса включает три компонента:

- теоретический - знание теоретических основ психологической работы;
- практический - владение конкретными методами и методиками арт-терапевтической работы;
- личностный - психологическая проработанность у специалиста собственных проблем в тех сферах, которые он предполагает корректировать у членов группы.

Кубанский НИИ Здоровья- сберегающих технологий: результаты исследований эффективности арт-терапии в группе

Кубанский НИИ ЗСТ одним из основных направлений своей работы в русле единой идеи здоровьесбережения, считает исследование сознания и его влияния на психосоматическое здоровье человека.

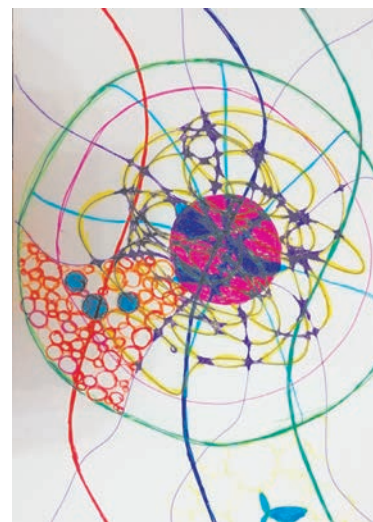
В рамках прикладного исследования нами была организована арт-терапевтическая группа, которая успешно функционировала в течение трех календарных месяцев 2018 года. Группа набиралась по принципу свободного волеизъявления ее участников,

и состояла из 8 человек (включая арт-терапевта) из разных регионов Краснодарского края (г. Краснодар, г. Анапа, ст. Динская, ст. Старотитаровская). Все члены группы - женщины. Возраст участников группы - от 29 до 69 лет. Социальный статус участников: врач, рабочая, работник культуры, пенсионер, пенсионер, экономист, риэлтер, психолог.

Групповой арт-терапевтический процесс осуществлялся на основе программы, которая была разработана психологом на основе запросов членов группы в результате первого (вводного) занятия. Программа занятий была направлена на решение задач разного уровня:

- коррекционного - исправление психоэмоциональных комплексов и блоков, разрешение трудностей мировосприятия;
- профилактического - предупреждение трудностей в адаптации и отношениях;
- развивающего - стимулирование ресурсных состояний личности.

При составлении программы групповых занятий мы опирались на следующие принципы: единства коррекции и диагностики; приоритетности коррекции каузального типа; учета возрастных и индивидуально-типологических особенностей личности; комплексности методов; субъект-субъектных отношений в группе; опоры на разные уровни организации психических процессов; постепенного возрастания сложности.



Алгоритм составления программы для групповой арт-терапевтической работы:

- четкая формулировка цели;
- определение круга решаемых задач;
- определение методологии и содержания программы;
- выбор стратегии и тактики проведения групповой психологической работы;
- отбор методик и техник для работы с группой;
- определение общего времени и графика встреч;

- подготовка материалов для работы;

- определение критериев эффективности групповых мероприятий.

Эффективность психологической работы была определена в параметрах удовлетворенности участников процесса и самого психолога, и позитивных изменений в предмете психологической работы. А также по желанию участников групповой работы для оценки эффективности им был предложен кинезиологический тест (мануально-мышечный) и метод пульсоксиметрии (для объективизации функционального состояния периферического кровообращения).

Основная цель арт-терапевтического группового процесса состоит в развитии самовыражения и самопознания личности через творчество; в развитии способностей к конструктивным действиям с учетом реальностей окружающего мира. Важнейшим принципом арт-терапии в группе является безусловное принятие и одобрение всех продуктов творческой деятельности каждого члена группы независимо от их содержания, формы и качества.

Занятия проводились с периодичностью 1 раз в неделю (иногда - один раз в две недели), в течение трех месяцев. Общее количество занятий - 8. Каждое занятие по своей продолжительности составляло 3,5 - 4 часа.

Краткое содержание занятий:

1. Знакомство. Принятие правил группы (конфиденциальность, открытость, уважение границ участников группы и т.д.), характерных для группового процесса. Совместное решение организационных вопросов. Прояснение запросов на психологическую работу каждого участника группы. Определение общей групповой цели.

2. Работа с внутренними конфликтами. Шеринг. Проговаривание проблемных эмоциональных состояний. Рисование красками участниками группы своих эмоциональных состояний. Совмещение в рамках одного занятия двух видов арт-терапии - изотерапии и музыкотерапии. Обратная связь. Обсуждение рисунков с проговариванием чувств, которые вызывает в группе рисунок каждого участника.

3. Сказкотерапия. Обсуждение любимых русских сказок. Анализ сказок. Сказка как основа жизненного сценария. Идентификация с главным героем сказки. Сказочная символика. Рисование сказки под классическую музыку. Обсуждение в группе. Метод свободных ассоциаций. Рефлексия.

4. Коллективное групповое творчество. Мандала. Создание совместного рисунка под музыку. Рисование красками. Большой круг из восьми сегментов, по одному для каждого участника группы. В начале упражнения каждый участник рисует на своем участке мандалы. Затем, через несколько минут переходит по кругу к сегменту другого участника, и продолжает рисовать в его сегменте. И так далее, пока, участвуя в рисунках каждого члена группы, не вернется к своему. Гармонизация групповых отношений. Выработка умения эмпатии (вчувствование) к другим участникам группового процесса. Группа как единое целое.

5. Фототерапия. Работа с Родом. Каждый участник группы рассказывал на основе принесенных фотографий историю своего рода. Значимые образы. Обратная связь группы. Определение родовых сценариев. В завершение упражнения – рисование под музыку своих чувств по отношению к себе и роду. Групповое обсуждение рисунков.

6. Нейрографика. Обучение методу как способу саморегуляции. Метод арт-терапии, основанный на способности нашего мозга образовывать новые нейронные связи благодаря алогичности и абстрактности графических изображений. Эффективный метод для замены деструктивных программ подсознания на созидательные. Суть данной арт-терапевтической технологии – выплеск на бумагу деструктивного состояния в виде абстрактного рисунка с последующей его трансформацией. Нейрографику можно использовать для снятия острого стресса, свежей психической травмы, выявления невротических состояний, необходимости принятия решения. Здесь важен эффект новизны. Готовые рисунки никогда не напоминают что-то конкретное. И при этом они всегда красивы, даже когда человек совсем не умеет рисовать. Эти рисунки также всегда архитипичны и символичны.

7. Проработка собственных негативных эмоциональных состояний (страхов, тревог и т.п.). Трансформация негативных чувств в позитивные.

8. Работа со сновидениями. Образы сновидений. Сновидения как дорога постижения личного и коллективного бессознательного. Понятие архетипов. Ресурсы сновидений. Символы сновидений. Рисование сновидений. Обсуждение рисунков в группе.

9. Заключительное занятие. Подведение итогов. Обратная связь группы каждому участнику арт-терапевтического процесса, связанная с его работой на протяжении всего

группового процесса арт-терапии. Планирование следующего цикла групповой совместной работы. Оценка эффективности.

Для оценки эффективности арт-терапевтической групповой работы были использованы методы: беседы, проективный (интерпретация рисунков), метод прикладной кинезиологии, метод пульсоксиметрии.

По результатам устного опроса все участники групповой работы отметили наличие положительной динамики эмоционального фона, улучшение коммуникативной и поведенческой сфер психики, расширение кругозора и повышение самооцен-



ки. Два человека из восьми – положительные изменения в ценностно-смысловой сфере мировосприятия.

Для оценки степени изменений функционального состояния организма до и после занятий использовался метод прикладной кинезиологии – мануально-мышечный тест. Это универсальный инструмент оценки глобального гомеостаза организма, который позволяет обнаружить мышечный дисбаланс при самых незначительных изменениях (подробнее о возможностях ММТ будет изложено в отдельной статье). Тест проводился с оценкой силы мышц справа-слева до и после занятий. Оценивалась сила подлопаточных, дельтовидных мышц, широчайшей мышцы спины, пояснично-подвздошных, надостных, малых круглых и больших круглых мышц. Полученные данные позволяют видеть положительную динамику в нейрофизиологическом статусе обследуемых. На момент исследования до начала занятий арт-терапией ММТ показал слабость у обследуемых членов группового процесса в двух – четырех мышцах. После занятий в 85% случаев сила мышц была восстановлена.

Для объективизации функционального состояния периферического кровообращения был использован метод пульсоксиметрии (прибор PulseOximeterYX300 фирмы APMEД). В среднем частота пульса обследуемых до начала занятий была равна 77-96 ударов в минуту. Показания частоты пульса после занятия арт-терапией – 72-75 ударов.

Исходя из вышеизложенного, можно утверждать, что занятия арт-терапией в группе положительно влияют на психосоматический статус личности и косвенно подтверждают постулат о том, что физиологическое здоровье человека управляется его сознанием.

В зависимости от доминирования тех или иных динамических процессов на занятиях арт-терапией личность может демонстрировать один из способов использования художественных материалов:

- изучение физических свойств материалов;
- стереотипизацию и повторение действий как проявление психологической защиты;
- передачу символических значений в виде пиктограммы, остающейся непонятной для окружающих без специальных разъяснений;
- создание продукта творческой деятельности, успешно реализующего функцию самовыражения.

В процессе арт-терапии в зависимости от ее динамики могут наблюдаться как прогрессивные, так и регрессивные изменения в способах художественного творчества. Оба эти способа могут быть целительны для личности.

Участники арт-терапевтической группы способны использовать символические материалы для выражения экспрессии и коммуникации. Арт-терапия приобретает статус продуктивной и одной из самых экологических для личности форм психологической работы.

В настоящее время фонд арт-терапии значительно пополнился новыми формами. К ним относятся музыкальная терапия, нейрографика, ландшафтная терапия, библиотерапия, танцевальная терапия, проективный рисунок, сочинение историй, сказкотерапия, куклотерапия и др.

Арт-терапия – это увлекательнейший мир, в котором Вам предстоит совершить чудесные открытия, прежде всего, в самом себе!

ДЕНИСОВА А.И., кандидат психологических наук, доцент, клинический психолог медицинского центра психосоматики,
ЮРЧЕНКО Г.М., директор Кубанского НИИ Здоровьяберегающих технологий, врач-терапевт, кинезиолог, остеопат,
г. Анапа, Краснодарский край.



ВЫВОДЫ:

1. Арт-терапия представляет собой форму психотерапии, основанную на искусстве, изобразительной и творческой деятельности.

2. Образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов.

3. Процесс групповой арт-терапии позволяет перестроить травмирующую ситуацию и найти решение через изменение этой ситуации на основе творческих способностей субъекта и рефлексирующей способности коллективного сознания группы.

4. Применение арт-терапии в группе как инструмента коллективного сознания целесообразно для различных возрастных и социальных групп населения.

5. Групповая интегративная арт-терапия представляет собой совокупность психологических приемов, используемых для восстановления ресурсных состояний психически здоровой личности.

6. Особенность групповой работы в арт-терапевтической группе заключается в ориентации на здоровые стороны личности и индивидуальный подход к каждому участнику группового процесса при сохранении статуса группы как единого организма.

7. Апробация разработанной нами программы показала, что выбранные методы арт-терапии (сказкотерапия, изотерапия, фототерапия, нейрографика) эффективны для нормализации психоэмоционального и нейрофизиологического статуса личности.

8. Групповую форму арт-терапии по праву можно считать эффективным инструментом коллективного сознания для самосовершенствования личности.

Б л а г о д а р н о с т ь участникам арт-терапевтической группы за индивидуальное и совместное творчество, а также за смелость участия в экспериментальных научных исследованиях:

1. Брусковой Татьяне Евгеньевне;
2. Велигора Анне Васильевне;
3. Лещевой Светлане Николаевне;
4. Потаповой Людмиле Айвазовне;
5. Свешниковой Лине Алексеевне;
6. Уруковой Светлане Макаровне;
7. Юрченко Галине Михайловне.

Испанцы приложили немалое усилие, чтобы отыскать его. Они допрашивали плененных индейцев, не брезговали пытками и, надо сказать, потратили на поиски Источника многие годы. Более всего усердствовал некто Понс де Леон – профессиональный вояка и авантюрист, сумевший получить титул правителя острова Эспаньола – современного Гаити – и Пуэрто-Рико. В 1511 году он лично принимал участие в допросе плененных индейцев, которые и поведали ему о чудодейственном Источнике. По их признаниям один индеец, «согбенный старостью», испил воды из малоприметного родника, после чего «вернул себе мужскую силу и исполнял мужские обязанности, взяв себе новую жену и родив детей».

Но, увы, многолетние поисковые усилия Понса де Леона закончились безрезультатно. Может быть, индейцы обманули слишком доверчивого испанца? Всё возможно, но в 1998 году в одной из газет мне подвернулся весьма интригующий текст письма некой Элен Никитин. Вот он!

«Пишет вам бывшая соотечественница. А ныне гражданка США. Попала я сюда 20 лет назад совершенно случайно. А всё любовь! Я не еврейка и не политическая беженка. Но сбежала, влюбившись до безумия, когда по туристической путёвке от БММТ «Спутник» ездила в Италию и познакомилась с Джеком».

Я училась в «инязе», поэтому проблем с языком не было. Не буду рассказывать, что нам пришлось пережить, но сейчас мы уже 20 лет вместе и у нас трое детей. А более счастливой пары я просто не знаю».

Но самое интересное, что я хочу вам рассказать, это то, что я практически не старею. И это просто поразительно! Я посылаю вам фотографию, сделанную в мае 1998 года. На ней мне как раз исполнилось 40 лет. Но я выгляжу на всё те же 20 лет, когда я приехала в Америку. И здесь как раз хочу рассказать вам феноменальную историю».

В Америку мы попали нелегально через Мексику. Визы-то у меня не было. Как в каком-нибудь приключенческом романе, мы без документов добрались сюда на торговом судне, шедшем в Мексику. Правда, Джеку это стоило кругленькой суммы. Так вот, мне четыре месяца пришлось скрываться на границе с США в пещерах. Джек платил жителям небольшой мексиканской деревушки, чтобы они меня кормили. А он в это время решал вопрос с документами».

Сначала я плохо понимала местный испанский (мексиканский диалект сильно отличается). Но потом



Легенды об Источниках Вечной Молодости существуют в разных частях Света. Начало поискам одного из таких Источников положил ещё Колумб. Индейцы, с которыми ему довелось общаться, утверждали, что Источник, чьи воды «делают стариков снова молодыми», реально существует.

освоилась. Так вот, Амила – девушка, которая приносила мне еду, рассказала, что я нахожусь в пещере «вечной молодости». Тот, кто здесь пробудет долго, никогда не состарится. Именно об этом говорила девушка. Она же мне призналась, что ей 50 лет. Я тогда только посмеялась. А теперь думаю: наверное, всё это правда. Я тоже чувствую себя 20-летней девчонкой. Все удивляются, а я начинаю верить в сказку».

Судя по тому, что Амила приносила Элен только еду, воду она пила из оставшегося «за кадром», пещерного источника. Хотя не исключено, что столь разительное замедление процесса старения, как-то связано с кристаллической структурой минерала пещеры, создающего уникальный хроноэффект.

Предвижу недоумённые вопросы: как? почему жители этой мексиканской деревни до сих пор не превратили пещеру «вечной молодости» в источник огромных доходов? И, наконец, почему о ней ничего не известно из других источников?

Я попробую за них ответить на этот вопрос. Но несколько позже. Сейчас о другом.

В США близ небольшого города Седона (штат Аризона) доктор медицины Патрик Фланаган на протяжении

многих лет изучал так называемые седонские ключи, вода в которых вращалась с огромной силой. И пришёл к выводу, что благодаря этим водоворотам вода втягивает в себя пространственную энергию, приобретая новые уникальные свойства.

«Это – живая вода. Слишком даже живая!» Но она (в отличие от спирта) не опьяняет человека, а даёт огромный прилив сил», – уверенно заявил учёный. – Миллиарды клеток, питающих и поддерживающих жизнь человека, не стареют прежними темпами. Кровяные клетки, что особенно важно при сердечнососудистых заболеваниях, не сморщиваются, не коагулируют. **Живая вода спасает безнадежных больных!»**

Более того, лабораторией П. Фланагана была выпущена довольно простая рецептура напитка: если добавить в один галлон дистиллированной воды небольшое количество специально приготовленной структурированной воды с пониженным поверхностным натяжением (38 дин), то вода превращается в жидкий кристалл концентрированной энергии. И тогда древний старик, испивший такую воду, приобретает **приток молодого...**

Во всяком случае, при проведении эксперимента, «отслужившая свой век кляча, родила кучу жеребят».

Трофические язвы, вызывающие большие потери крови, заживали, словно по волшебству. Генетические дефекты плазмы крови типа серповидности эритроцитов пропадали бесследно».

А сейчас, давайте зададимся другим вопросом: «Неужели на территории такой огромной страны, как Россия, не нашлось места Источнику Вечной Молодости?»

Хочу вас порадовать! Оказывается, в русских апокрифах рассказывается о том, как Александр Македонский с небольшим войском (780 воинов) прошёл от Самарканды через Сибирское царство до Ледовитого океана в Страну Тьмы и переправился на острова Блаженных (Макарейские острова), где царил Золотой век, и была известна тайна бессмертия. Ради познания этой тайны и был совершён столь дальний поход. В апокрифах говорится, что на островах Блаженных Александр нашёл подлинный рай, в котором находился Источник Вечной Молодости, представлявший собою **небольшое озеро**. Якобы сушёная рыба, брошенная туда, ожила и начала плавать. Сам Александр озера не видел, а нашёл Источник его повар, влюблённый в дочь великого Македонца. Вот они-то и испили воды из Священного Озера.

Я решил попытаться отыскать это озеро (если оно ещё существует) с

помощью людей, обладающих сверхчувствительными способностями.

И неожиданно одна из них – Виолла – уверенно заявила, что такое озеро находится недалеко от того места, где я родился!!!

«Неужели это Данилово?» – невольно подумал я. Об этом удивительном озере я знал с детства. Кроме того, я помнил старинную легенду о трёх озёрах якобы соединённых между собой подземной рекой.

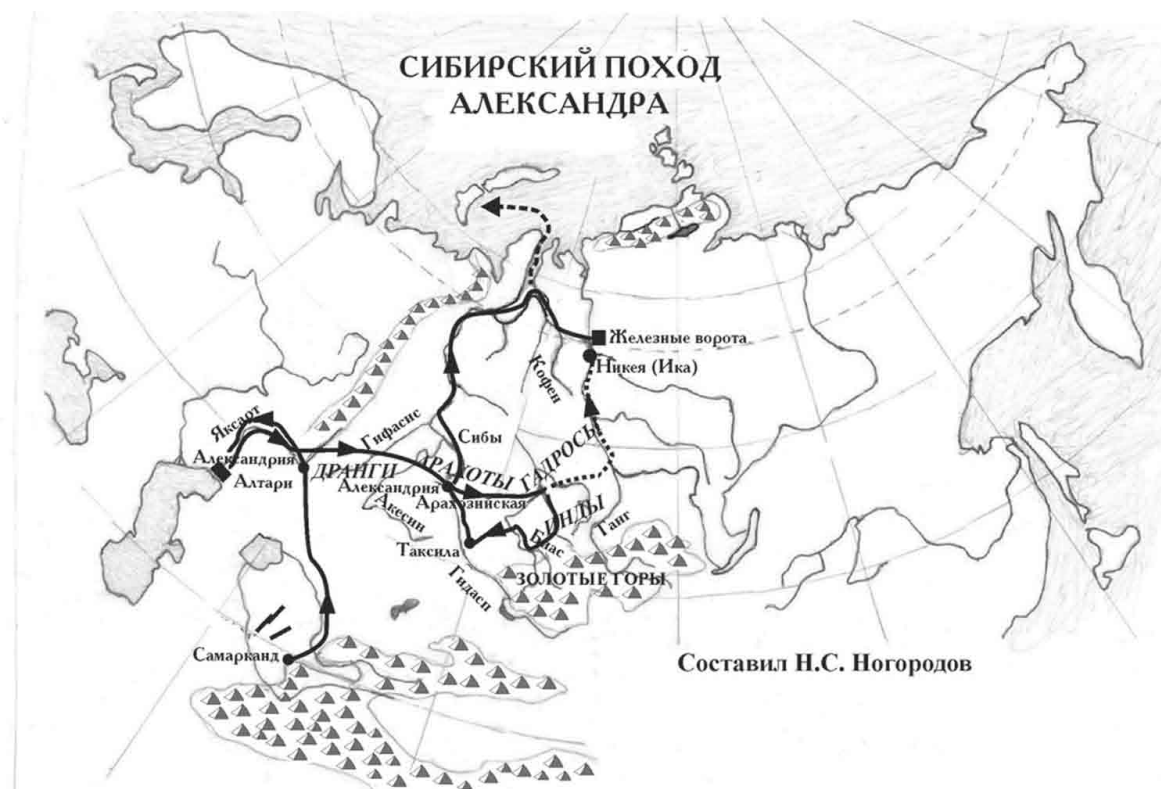
В сёлах и деревнях, расположенных близ Данилово, немало долгожителей. Мне рассказывали, что некий дед Буркунушка прожил более 130 лет.

Вода этого сравнительно небольшого озера обладает уникальными бактерицидными свойствами, быстро заживляет раны, надёжно защищает зубы от кариеса, обладает ещё рядом замечательных свойств, которые ещё до конца не изучены. Думаю, что одно из этих свойств – омолаживание организма человека! Во всяком случае, новосибирские учёные, изучавшие даниловскую воду, заявили, что если бы люди знали подлинную целебную силу воды озера Данилово, то вычерпали его до дна вместе с грязью! Во всяком случае, воду из этого озера пили Косыгин и Брежнев!

Долгожительница Анна Тигунова рассказывала мне, что её отец летом и осенью возил даниловскую воду в бочке, а зимой на санях в виде колотого льда. Этот лёд складывали в сених вдоль стены, когда было нужно, заносили в дом и оттаивали в деревянном корыте. После чего пили.

Сейчас в селе водопровод. От озёрной воды низовчане, как и жители села Курганка (1,5 км от Данилово), давно отказались. По той причине, что на Данилово каждое лето приезжают тысячи «дикарей», причём не столько для поправки здоровья, сколько для того, чтобы «оттянуться по полной программе».

В советское время на Данилово собирались построить бальнеологический курорт, но, увы, этим планам не суждено было сбыться...



ОТЦЫ И ДЕТИ

Мы можем мир наш сделать НОВЫМ! Но лишь – ВСЬ ЭТОТ МИР – любя и прежде, чем менять другого, менять сей мир – начни с себя!

Елена Туркка.

Вопрос взаимоотношений отцов и детей всегда был и остаётся актуальным, по сей день. Как лучше построить взаимоотношения между родителями и детьми, чтобы было понимание, доверие и любовь? А это и есть те чувства, которые способны выстраивать положительные отношения, объединять людей, независимо от родственных связей.

Как развить эти чувства, что способствует их развитию?

Воспитание чувств идёт из семьи и как важно дать ребёнку понимание того, что он несёт ответственность за свои поступки, дела, слова и даже мысли. И какие могут быть при этом последствия?

Можно рассмотреть две противоположные друг другу модели воспитания детей.

Есть семьи, в которых с самого рождения прививается уважение, доверие к детям, как к личности. Понимание родителями, что собственный опыт детей позволяет правильно оценивать события, которые происходят в их жизни, стараются не ограничивать последних в действиях. Но при этом, родители несут ответственность за получение того или иного опыта ребенка, направляя их в нужное русло. Показывают своим примером, как можно выстраивать отношения, не прибегая к распространенному методу в нашем обществе - давление на личность по схеме «сильный-слабый».

А есть родители, в семьях которых, их самих воспитывали известным методом - «кнута и пряника» и они, переняв эту схему, переносят её на своих детей.

Социальный психолог Дуглас Макгрегор считает, что метод «кнута и пряника» работает хорошо,

только если у человека не удовлетворены базовые потребности — в безопасности и еде. При достижении же адекватного уровня существования появляются потребности более высокого уровня, например, в любви и самоуважении, которые делают метод неэффективным.

И такое разделение поколений происходит на протяжении веков. Нет понимания того, что этот метод воспитания подходит больше для дрессировки животных. Отсюда открывается видимость на ту действительность, которую мы имеем в настоящее время. Мы наблюдаем, как падает духовность. Нет связи отцов и детей, не видно и нравственного прозябания.

Если рассмотреть шире глубину всей трагичности людских взаимоотношений, то встаёт следующий вопрос: «Почему в стране нет государственной программы воспитания детей на основах любви, мудрости, доверия, передачи накопленного труда другим поколениям? Ведь всё это есть так называемая эволюция, которая открывает горизонты будущего».

Исток взаимоотношений между людьми идёт из семьи и поэтому архиважная задача ложится на родителей. Родители несут детям СЛОВО! Собственный пример взрослых учит жить и говорить. Слово же не включает в себя примера.

Л.Н. Толстой писал: «Слово есть одно из самых естественных, распространенных способов передачи мысли. К сожалению, оно же и самое обманчивое, и потому-то в воспитании, при котором опаснее всего обман, и обман всегда легко раскрываем детьми, самым действенным и лучшим и исключаяющим возможность обмана - часто невольного - средством всегда было и будет личный пример жизни воспитателя».

Дети очень чутки и замечают малейшее лицемерие родителей, как бы они не старались выглядеть в их глазах непогрешимыми. Для подрастающего поколения очень важно видеть своих близких правдивыми и честными, которые не скрывают от них того, что происходит в их внутреннем мире.

«Воспитание есть воздействие на сердце тех, кого мы воспитываем», - говорил Лев Николаевич. Воздействовать же на сердце можно только заразительностью примера, нежели самыми красноречивыми и разумными поучениями. «И потому всё воспитание сводится, к примеру, к исправлению и совершенствованию своей жизни».

Мы должны обратить внимание на новое поколение. Человечество беспечно не обращает внимания на воспитание нового поколения, предоставив его воспитание родителям и школе. Школа тоже не готова воспитывать новое поколение. В первую очередь потому, что и все общеобразовательные книги, и программы обучения рассчитаны на продолжение развития человечества в тех же исторических условиях.

Сейчас мы наблюдаем, что новое поколение очень отличается от детей предыдущих поколений, и все те методы воспитания, которые могли ещё как-то быть применимы в прошедшие 25 лет, сейчас не имеют действия, а даже наоборот, приводят к худшему результату. Но, к счастью, есть неизменные константы воспитания – это любовь и собственный пример взрослых.

«Воспитание представляется сложным делом только до тех пор, пока мы хотим, не воспитывая себя, воспитать своих детей или кого бы то ни было. Если же поймешь, что воспитывать других мы можем только через себя, то упраздняется вопрос о воспитании и остается один вопрос: как надо самому жить?» (Л.Н. Толстой).

Елена КРУГЛИКОВА.

ВЫСКАЗЫВАНИЯ О ВОСПИТАНИИ

• Ребенок - зеркало семьи; как в капле воды отражается солнце, так в детях отражается нравственная чистота матери и отца.

В. А. Сухомлинский

• Ребенок становится счастливым, как только ощущает к себе искреннюю и бескорыстную любовь.

Ш.А. Амонашвили

• Чем больше у ребёнка свободы, тем меньше необходимость в наказаниях. Чем больше поощрений, тем меньше наказаний.

Я. Корчак

• Огромная задача стоит перед вами: воспитать и сформировать души ваших детей. Будьте зорки!

Ф.Э. Дзержинский

• Дети - это наше будущее! Они должны быть хорошо вооружены для борьбы за наши идеалы.

Н. К. Крупская

• Вся гордость мира от матерей. Без солнца не цветут цветы, без любви нет счастья, без женщины нет любви, без матери нет ни поэта, ни героя.

Дети - это завтрашние судьи наши, это критики наших воззрений, деяний, это люди, которые идут в мир на великую работу строительства новых форм жизни.

М. Горький

• Наши дети - это наша старость. Правильное воспитание - это наша счастливая старость, плохое воспитание - это наше будущее горе, это наши слезы, это наша вина перед другими людьми, перед всей страной.

А. С. Макаренко

• Пусть дитя шалит и проказит, лишь бы его шалости и проказы не были вредны и не носили на себе отпечатки физического и нравственного цинизма; пусть оно будет безрасудно, опрометчиво, лишь бы оно не было глупо и тупо, мертвенность же и безжизненность хуже всего.

В. Белинский

• Побои и брань подобны опию: чувствительность к ним быстро притупляется, и дозы приходится удваивать.

Г. Бичер-Стоу

• Парадокс воспитания состоит в том, что хорошо поддаются воспитанию как раз те, которые не нуждаются в воспитании.

Ф. Искандер

• Всякий ребенок в известной мере есть гений, и всякий гений в известной мере - ребенок. Сродство обоих обнаруживается в наивности и возвышенной простоте.

А.Шопенгауэр

• Чтобы судить о ребенке справедливо и верно, нам нужно не переносить его из его сферы в нашу, а самим переселяться в его духовный мир.

Н.И. Пирогов

• Родители часто путают понятия «воспитание» и «образование» и думают, что они дали ребенку воспитание, когда они заставили его изучить столько - то предметов. Отсюда столь частое разочарование родителей в своих детях в последующие годы.

А. Г. Рубинштейн



475. Суриков В. Любите книгу — источник знания. А.М.Горький. 1952

Отрывной календарь

Отрывной календарь — карманный или настенный календарь-книжка с отрывными листами, где на одном листе располагается информация по данному дню (реже — неделя или месяц).
Отрывной календарь был своего рода «вестником дня».

В начале XX века календарь получил широкое распространение. Он был прост и близок. Советские отрывные календари дарили ощущение праздника каждый день, и они висели почти в каждом доме. Там отмечались праздники и памятные даты; биография знаменитых людей и информация по науке, искусству; публиковались шахматные этюды и репринты картин; полезные советы по хозяйству, рецепты, советы родителям; стихи и юмор. Отмечалась долгота дня и время рассвета и заката.

Просветительская способность календарей была колоссальной: он давал информацию, развлекал, наставлял, подсказывал. На календарях делали заметки, как к еженедельнику или планинге.

В начале XVIII века, в России, первые печатные календари начал выпускать сподвижник Петра I Яков Брюс (первый печатный календарь носит название «Брюсов календарь»). Полное название первого издания — «Календарь или месяцеслов христианский. По старому стилю или исчислению на лето от воплощения Бога Слова 1710. От миробытия 7217. Напечатан в Москве, лета Господня 1709. Декабря в день».

Авторство приписывается Брюсу, но настоящим его составителем является библиотекарь и книгоиздатель Василий Киприянов. Впоследствии календарь неоднократно переиздавался, причём поздние его издания существенно отличались от первого. Календарь разделён на две части — справочную и предсказательную.

С 1770 года календари именуются месяцесловами, издаются на разные темы: исторические, географические, обыкновенные и месяцесловы с наставлениями. Каждый настенный месяцеслов принадлежал определённому сословию — крестьянам, торговцам, охотникам, духовным лицам, врачам.

Очень часто календарь был единственной книгой, которую читали всей семьёй круглый год. С помощью него одни учились читать, другие получали хотя бы минимум знаний. До конца XIX века, Указом царя, право подготавливать и выпус-

кать календари было дано Российской академии наук.

В 1885 году право на их выпуск получили земства, и тогда же в России начался повсеместный выпуск дешёвых календарей, в том числе и малоформатных, карманных. Поскольку календари выпускают на следующий год, то **годом начала истории отечественного карманного календаря считается 1886 год.**

Известный русский книгоиздатель Иван Дмитриевич Сытин при поддержке Л.Н. Толстого наладил выпуск календарей. В 1884 году на Нижегородской ярмарке был представлен первый сытинский «Всеобщий календарь на 1885 год», ставший универсальным справочным пособием на все случаи жизни для многих российских семей. С выходом «Всеобщего русского календаря» начинается новая эпоха в выпуске этих изданий. «Я смотрел на календарь, как на универсальную справочную книгу, как на энциклопедию на все случаи жизни», — писал Иван Дмитриевич.

Самое большое количество календарей издавалось в СССР. В настоящее время отрывные календари пока не исчезли из нашей жизни и продолжают рассказывать на своих страницах о знаменательных датах, о нужных в хозяйстве вещах и т.д. Современное разнообразие отрывных календарей потрясает. Есть Кулинарные и Женские, Семейные, Веселые, Для школьников и Родителей, Садоводов и Цветоводов. Можно не отрывать листки, а использовать календарь как мини-справочник на темы — кулинария, сад, здоровье и т.д. Современный календарь в соответствии с требованием времени представляет мини-энциклопедию.

Загадка:

**Под Новый год пришёл он в дом
Таким румяным толстяком,
Но каждый день терял он вес,
И, наконец, совсем исчез.**

Лариса ИЗМАЛКОВА.



НОВОГОДНИЕ ЗАГАДКИ

1. От пола до макушки
Конфеты и игрушки.
В столице и в посёлке
Встречают год у.... (Ёлки)
2. Кто приходит к нам пешком,
С бородой и мешком?
Чьих подарков целый воз?
Это (Дедушка Мороз)
3. Они растут день ото дня,
Их дома много у меня!
Они красивы, ярки!
Всех радуют (Подарки)
4. Белый, круглый и холодный,
Был рассыпчатый, не твёрдый.
А ударит – просто шок!
Рассмешит всех нас (Снежок)
5. Он любит кусты, провода,
Посёлки, леса, города,
По сходству рифмуется «синий»,
В мороз образуется (Иней)
6. По форме схожа с ним крупа,
По цвету – сахар, иль мука.
Он холоден, подвижен,
Весною он обижен. (Снег)
7. Бегут вперегонки
По насту две доски.
А палки упираются,
Когда на них катаются! (Лыжи)
8. Его ударам очень рады!
Им открываются парады!
Считают каждый, не переча,
Ведь с них начнётся Года встреча!
(Бой Курантов)

Философия снега

Снег рассыпчатый – снежка не слепишь,
Лишь снежинки ветер наметает.
Точной копии ты в них не встретишь:
Свой шедевр Творец не повторяет.

В капельке замёрзшей – жизнь кристалла.
Граней ось – родился шестигранник!
Звёздное подобие фрактала,
Космоса Великого посланник!

Снег хрустит – ломаются снежинки,
В голый лёд дорожки превращая.
Или в волшебство, как на картинке,
В иней, все деревья одевая.

Детям для забавы и науки
Время для чудес дано не просто!
Снежные комки уж лепят руки,
Форму принимать открылось свойство!

Крепости из снега вырастают
Только лишь к теплу на переходе.
Может, от любви снежинки тают...
Целое – в единстве, запись в коде!

Снег, как погруженье в нереальность,
Как уход в другое измеренье...
Мира белоснежная тональность,
Мудрости истока постиженье.

Парус мечты

Загадать желание не трудно,
Верить в то, что сбудется, сложнее!
Парус, как крыло мечты, на судне,
Вверх взмывает, и над миром реет!

Люди – тоже дети, только старше,
Богом не забытые, любимые!
Вместе выступают, солнца краше,
Знания несут непобедимые!

Стихи и загадки Тамары ОРЛОВОЙ.

Поезд «Надежды»



В конце очередного Солнечного года решил Дед Мороз проверить все ли ладно на Планете Земля? Начал Он с Северного полюса: хорошо ли сияет Северное сияние, не добавит ли Ему еще красивых узоров и ярких красок, как громко потрескивает 50-градусный мороз, все ли белые медведи и тюлени к нему готовы, не отбелить ли еще белее пушистые снега, теплые ли у оленей шубки? Как у заботливого хозяина, у Него должен быть везде порядок.

На досуге сел Он почитать письма, которые Ему прислали дети со всей Земли, так как только Он мог все наладить и помочь всем. Писем было очень много и они были очень разные: кто-то решил рассказать Деду Морозу про свой Детский Сад и какие у него хорошие друзья. Некоторые просили помочь кошке, которая заболела. А Галя и Леонид просили убавить морозы, потому что у них дома холодно и мало тепла. Оля, Зоя, Зилия и Тамара пишут, что не хватает в их селе света и электричества. Зайнап, Фания, Камиль и Ильдус рассказали, что у них за городом стреляют пушки, грохочут танки и очень всем страшно жить и просили срочно помочь. Соня, Рита, Мабрура и Ирик писали, что не хватает еды. Гузель, Гульшат, Альфира и Эля написали, что у них очень жарко и мало воды. Гульфия, Раиса, Нина и Анжела написали, что очень у них с экологией плохо: гибнут животные, птицы, уменьшаются леса, стала вода очень грязной, как все наладить? Только маленький Володенька просил у Деда Мороза большой грузовичок, чтобы возить на нем конфеты маме Альбине и папе Сереже.

Задумался Дед Мороз и решил всех ребят пригласить к Себе на Северный полюс и вместе в Единении подумать и решить, как исправить жизнь на Земле. Дети сказали, что они согласны изменить все на Земле и приехать, но только боятся сильного холода. Тогда дед Мороз сотворил такое чудо: Он срочно сделал переполюсовку: там, где был Северный полюс, стал Южный, но самое главное, что на всей Земле стало очень тепло и светло, и тогда все желающие дети поехали к Деду Морозу.

Когда все собрались, Дед Мороз сказал, что Он даст важные подсказки и очень нужные Знания, а принимать единодушное решение и изменять все на Земле должны будут они сами, а Он будет только помогать. Дети радостно согласились.

Наутро все увидели очень красивый, блестящий, красный паровоз с высокой трубой, с медным колокольчиком и большими белыми колесами, а за ним стояло множество вагончиков с удобными сиденьями и маленькими окошечками, на которых висели и колыхались на ветру, поблескивая, Золотые нити. Единодушно все решили назвать его «Поезд Надежды».

«Как же мы поедem, - сказали Николай и Света, - ведь у нас нет топлива?» Улыбнулся Дед

Мороз и сказал: «Главный Космический двигатель и топливо для всей Вечности — это Любовь, если Она будет всегда в ваших Сердцах, то «Поезд Надежды» будет ехать очень далеко и быстро».

Катя и Ануза, натерли до блеска медный колокольчик, Василь и Рустик с Женей смазали белые колеса паровоза, а Альберт с Ириной установили на самом верху паровоза над трубой Белый флаг, на котором сияла яркая Звезда с восемью серебристыми лучами. Дед Мороз подарил всем Волшебные воздушные шары и большие упругие фиолетовые мячи, которые положили в багаж. Раздался звон колокольчика, и поезд тронулся с места, постепенно набирая скорость. Огромная разноцветная Радуга, повиснув над «Поездом Надежды», стала постоянно сопровождать их в пути, оберегая и освещая им дорогу. А чтобы всем было веселее ехать, дети решили петь песни. Олег, Таня, Алена и Ильгиз сочинили для них такую песенку:

**Наш паровоз вперед лети!
Важна любая остановка!
Другого нет у нас пути:
Чтоб раздавать другим,
Любви и Радости немножко!**



Дети надували большое количество разноцветных шариков, вдвывая в них свою Любовь и отпускали их во все стороны, чтобы ветер занес их в самые труднодоступные места. Когда они лопались, то заполняли все Пространство Земли Любовью. От Нее все стало меняться вокруг: наступила добрая тишина, запели вновь птицы, стало распускаться еще больше цветов, все задышало ароматом Любви, Мира, Счастья, благополучия и изобилия.

Когда проезжали вдоль огромного Синего моря, в котором плавали большая рыба-пила, опасные электрические скаты, а в глубине притаились ядовитые медузы, множество голодных акул бороздили водные просторы, и среди них в утлых суденышках плавали рыбаки, которые ловили рыбу. Вдруг из-за неосторожности упал один рыбак в воду. И лодка, потеряв равновесие, перевернулась, и тогда все остальные рыбаки тоже оказались в воде, и все хищные рыбыны кинулись к клодке.

Дети, увидев опасную ситуацию, остановили свой «Поезд Надежды» и стали срывать с окошек крепкие Волшебные Золотые нити и бросать их рыбакам, чтобы у них появилась Надежда и они поверили в свое спасение. Затем быстро

вытащили всех на берег, и никто не пострадал. Так как от детей исходила энергия Любви и Веры, преобразилось все вокруг: и Пространство, и Синее море. Опасные обитатели моря тоже изменились: они перестали быть злыми, а рыбаков было не узнать — в них поселилась Вера и Любовь!

А Людмила и Валентина с Данией и Люциной случайно вытащили из моря большую черепаху, она была такая милая и забавная, и всем было очень жалко с ней расставаться, тогда все приняли единодушное решение о том, чтобы взять ее с собой.

«Поезд Надежды» заезжал во все места и страны на Земном шаре, к нему прицеплялись по пути дополнительно множество других вагончиков с детьми, от которых в Пространство летела информация о Любви, Надежде, Вере и Мудрости. Кругом началось Преображение.

Также «Поезд Надежды» проезжал через леса и поля, через реки и моря, через топкие болота, в которых сидели зеленые кикиморы и страшные чудовища, которые всех пугали. Но дети, как всегда, с огромной радостью дарили и им свои Волшебные шарики с большой Любовью и Добром. От тонкого прекрасного аромата Любви, веселья и счастья болота стали сохнуть и преобразились в цветочные полянки, а кикиморы стали большими стрекозами с зелеными крылышками. Все чудовища превратились в красные мухоморы с беленькими бантиками на шляпах, везде распространялась Благодать.

Вот стали появляться города и села, в которых шла объятая огнем зла и ненависти страшная война. Тогда дети достали из багажа свои большие фиолетовые мячи и бросали их с большим чувством Любви и Сострадания людям этих земель. Когда Чудесный мяч попадал в чью-то грудь, то от его упругой волны происходило раскрытие Сердца и оно начинало генерировать Любовь и наполнять ею окружающее Пространство. А в голове у них стали появляться Мудрые мысли: «Наша Судьба — это наши повторяющиеся мысли, привычки и поступки. Если они плохие, то и жизнь у нас плохая — это война и разруха, а если их изменить на хорошие, то и жизнь будет хорошей и счастливой». Тогда люди стали бросать оружие, ловить Чудесные фиолетовые мячи и принимать Мудрые Знания, так как они поняли главное — что посеешь, то и пожнешь. Они запомнили, что сказал Дед Мороз: «Если очень Любишь всех, если в тебе есть Вера и Надежда, тогда придет долгожданная Мудрость и когда ты изменишься сам, то вокруг тебя изменится Мир!»

А к вам приезжал «Поезд Надежды»? Вы уже открыли свои Сердца и научились посылать всем окружающим свою Любовь? Если это так, то вас ожидает самое счастливое Будущее!

Альмира ВИЛЬДАНОВА.



Художники-дизайнеры Валентина СМЕТАННИКОВА, Алексей ЛЕБЕДЕВ, Алексей ТРОФИМОВ.

Продолжение,
начало на стр. 11.

И ещё! Как хотите к этому относитесь, но я впервые побывал на этом озере лишь в июле 1995 года, когда мне уже было 45 лет!

Сейчас я обладаю определённой суммой знаний об озере Данилово (да и не только о нём), поэтому оно стало для меня объектом планового изучения.

В марте 1994 года у меня произошла знаменательная встреча с нижегородской ясновидицей Ольгой Гурбанович, в поразительных сенсорных способностях которой я смог удостовериться три года назад.

Я задал ей вопрос: «Действительно ли вода озера Данилово обладает уникальными целебными свойствами или же это выдумка местных жителей?». И вот что услышал в ответ:

— Это озеро рождено Космосом! Вода в нём действительно имеет целебные свойства, но таких озёр в этой местности **пять!** Четыре озера расположены на одной линии и примерно на равном расстоянии друг от друга. А пятое в стороне. Если посмотреть сверху, получается буква «Г». Все озёра связаны между собой — это система, поэтому полностью можно исцелиться только водой всех озёр. Тот, кто найдёт пятое — самое магическое! — будет по-настоящему счастлив, ибо обретёт истинное богатство и наслаждение — великую благодарность тех, кто исцелится!

Про пятое озеро она добавила, что оно небольшое, находится на виду у всех, но его умудряются не замечать.

Прошло 13 лет. Я провёл восемь научно-исследовательских экспедиций по изучению феномена пяти озёр. И могу сообщить некоторые результаты. Озеро Данилово (а возможно все пять) образовалось от падения осколка метеорита. Группа исследователей во главе с директором омского планетария В.Н. Крупко с помощью георадара обнаружила десятки массивных объектов, скрытых под землёй. Один из них удалось извлечь со дна озера. Это оказался осколок железоникелевого метеорита весом более 100 кг. Другой осколок весом более 30 тонн пробил

Тайна Источника Вечной Молодости



наклонный канал и застрял на глубине 67 метров. Геофизическая съёмка показала, что он попутно на глубине около 40 метров пробил подземный водоток. По этой подземной реке озеро Данилово сообщается с озёрами **Линёво** и **Щучье**, в которых вода также обладает целебными свойствами. Если так, то Данилово действительно рождено Космосом!

14 августа 2001 года мне удалось снять на видео момент вращения воды в Данилово, причём при полном безветрии! Вода вращалась и как будто кипела, но не во всём озере. Вращающийся круг имел диаметр примерно 60 метров. Но очевидцы поведали мне о наблюдениях более мощных вращений. Кроме того, они сообщили и о другом феномене. Если во время вращения (или вскоре после него) начинался дождь, то струи, падающие на поверхность озера, не смешивались с озёрной водой, а соскальзывали по его поверхности, будто по стеклу. Невежественные обыватели воспринимали это как чудо. Но оно имеет своё научное объяснение. Вращение воды создаёт эффект уже описанный Патриком Фланаганом, при котором поверхностное натяжение водной плёнки озера возрастает настолько, что дождевые струи не могут пробить её.

Интересно, что даниловская вода не портится

годами, хотя ионов серебра в ней не обнаружено. Биологическая активность воды озёр Данилово, **Линёво** и **Щучье** в пять раз превышает тот же показатель обычной — водопроводной... А в пятом озере, которое я назвал **Потаённым**, он в **десять раз** выше!.. Если взять две делянки и засеять их пшеницей, но одну поливать обычной водой, а вторую водой озера Потаённого, то урожайность на второй делянке будет, как минимум в три раза выше! В принципе, по своим свойствам вода пяти озёр мало чем отличается от тех описаний, которые даёт ей Патрик Фланаган. Но полную картину можно получить только после проведения глубоких комплексных исследований, которыми (кроме меня) никто не хочет заниматься. А у меня есть желание, но нет денег.

Кстати, установка по производству «живой воды» существует и у нас в стране. Создал её наш учёный Краснов. Позднее Юрий Иванович Краснов её значительно усовершенствовал, испытал и достаточно эффективно использует на практике. И хотя учёный смог донести информацию о ней до очень высоких властных структур, увы, широкого применения она, пока не нашла. Сейчас к установке Краснова проявила повышенный интерес заграница. Думаю, что «живую воду» Краснова

мы будем покупать у них, причём за большие деньги. Так было уже много раз! Почему?

Давайте вернёмся к системе пяти целебных озёр. Ведь исследованием их никто, кроме меня, не занимается. Я нахожу спонсоров, учёных, организую работу на месте. А в это время ушлые предприниматели, вместо того, чтобы организовать розлив целительной воды из уже пробуренных скважин, наладили производство... **водки** с озёрным названием. Воспользовавшись тем, что я, в своих многочисленных публикациях, невольно раскрутил короткое название озёрной системы. А когда я обратился к главе этой водочной фирмы с просьбой профинансировать исследования озёр, он год думал, потом, скрепя сердце, выделил 100000 рублей. И это при том, что только на рекламу водки, его «Винпром» тратит по 5 млн долларов каждый год! **Владельцам этой фирмы гораздо выгодней выпускать алкогольную отраву, вместо исцеляющей воды.**

И ещё! Представьте себе, что вся страна, вместо широко разрекламированных зарубежных зубных паст, начнёт просто ополаскивать рот даниловской водой. Возможно ли такое? Могут ли допустить это те, кто делает на продаже паст огромные деньги? Может ли допустить фармацевтическая мафия

появление на прилавках аптек ёмкостей с «живой водой», вместо тех препаратов, которыми сейчас забиты аптеки? И это притом, что нашим властям прекрасно известно, что большая часть этих препаратов фальсифицирована, и что от побочных действий фальшивок ежегодно гибнут сотни тысяч больных.

Я, публикуя свои статьи о целебных озёрах, преследовал (и до сих пор преследую) одну цель: помочь сотням тысячам больным исцелиться от многих тяжёлых заболеваний. К примеру, на озере **Линёво** они могли бы избавляться от цирроза печени и от псориоза. На **Щучьем** — от болезней центральной нервной системы и глаз. А вода **Потаённого озера** вполне может обладать омолаживающим эффектом. Но я не могу говорить об этом с полной уверенностью, поскольку цикл исследовательских работ на озёрах далёк от завершения. К тому же два озера (**Данилово** и **Линёво**) находятся под губительным прессингом «дикарей»! Поэтому я с пониманием отношусь к поведению жителей той мексиканской деревеньки, которые не желают раскрывать тайну пещеры «вечной молодости». Надо ли обладать богатой фантазией, чтобы представить себе, что произойдёт с той деревней и чудо-пещерой, если туда хлынут толпы цивилизованных слонopotамов.

Отсюда остаётся только одно — дожить до лучших времён!

P.S. Недавно в СМИ прошло сообщение, что знаменитый иллюзионист Дэвид Копперфилд на одном из приобретённых им крошечных островов на южных Багамах, якобы нашёл тот легендарный источник вечной молодости, который искал Понс де Леон.

Михаил РЕЧКИН, член Союза писателей России, член корреспондент Академии теоретических проблем РАН.

Дорогие читатели, Друзья!

С Новым 2019 годом! Годом духовного прозрения и новых свершений!

Годом ЕДИНСТВА и ПРЕОБРАЖЕНИЯ! Здоровья, Мудрости и всех благ!

Творческий коллектив газеты «Духовный старт».



РЕДАКЦИЯ ООО «ЯРОСЛАВСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ» ВНЕСЁН ВО ВСЕРОССИЙСКИЙ РЕЕСТР «КНИГА ПОЧЁТА» (СВИДЕТЕЛЬСТВО № 1684 ВЫДАНО 09.04.2018).
ООО «ЯРОСЛАВСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ» ПОБЕДИТЕЛЬ ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА «100 ЛУЧШИХ ПРЕДПРИЯТИЙ И ОРГАНИЗАЦИЙ РОССИИ-2018».

Духовный старт «ДУХОВНЫЙ СТАРТ» № 12 (76)/2018, научно-популярное издание		ISSN 2500-1426 9 772500 142009		
Свидетельство о регистрации в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) ПИ № ФС77-70678 от 15 августа 2017 г. Территория распространения: Российская Федерация, зарубежные страны.	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: 150043, г. Ярославль, ул. Радищева, 13 – 15.	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, 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, tkotova-y@mail.ru Коллектив издания: Алсуфьева Н. В., Иорданов А. К., Иорданова Т. Ю., Вильданова А. Ф., Орлова Т. Я., Котова Т. Г., Козырева И. Н., Трофимова И. Ю., Свечин А. Н., Пинегина Н. Е. Номер напечатан в типографии: ООО «Новая Газетная Типография».	Адрес типографии: 150044, г. Ярославль, ул. Механизаторов, дом № 11. Подписной индекс в каталоге МАП: 03274 Номер заказа: 4042. Номер подписан в печать: 26.12.2018 г. По графику: в 18.00 Фактически: в 18.00 Тираж: 17 000 экз. Цена свободная.