

Российская Академия Наук
Институт философии

ФИЛОСОФИЯ ЗДОРОВЬЯ

Москва
2001

Предисловие

Сохранение и поддержание здоровья является одной из фундаментальных ценностей человеческой жизни. Между тем, современная медицина, как бы призванная всесторонне решать эту проблему, уделяет ей весьма незначительное внимание, сосредоточиваясь на задачах лечения болезней.

Звучащий в современных медицинских исследованиях тезис о необходимости профилактики болезней, во-первых, часто имеет декларативный характер, а во-вторых, даже при его реализации, не исчерпывает всех аспектов проблемы здоровья.

Эта проблема уходит своими корнями в глубинные пласты философских, культурных, религиозных традиций. Ее решение значительно разнится в зависимости от различий всех этих названных оснований.

Авторский коллектив книги предпринимает в данном исследовании одну из первых попыток проанализировать проблему здоровья в контексте отмеченных традиций.

Однако при этом надо обратить внимание на то, что разнятся не только трактовки понимания здоровья в разных исторических и современных подходах, но разнятся и точки зрения на обозначенную проблему у авторов этой книги.

Мы отнюдь не ставили своей целью выработать какую-то единую общую позицию. Такое в современной ситуации вообще вряд ли возможно. Напротив, мы попытались очертить и проанализировать широкий спектр различных взглядов и представлений о проблеме здоровья.

Предлагаемая вниманию читателя книга посвящена малоисследованной в отечественной и зарубежной литературе теме — философскому осмыслению феномена здоровья. Это осмысление учитывает многообразие форм физического, психического и социального состояний человека. В работе проведен сравнительный анализ обоснования здоровья в различных эволюционно-исторических, культурных и философских интерпретациях. Критически проанализировано влияние валеологии на представления о роли здоровья в жизни и деятельности человека. Исследована проблема здоровья в контексте новых медицинских установок. Выделены пути сохранения и приумножения здоровья в свете социально-экономических и биоэкологических императивов наших дней. Показано возрастающее значение философии здоровья в решении практических проблем физического и духовного развития человека.

Книга состоит из трех разделов: историко-философские подходы к пониманию здоровья, мировоззренческо-методологические проблемы здоровья в современной культурной традиции; проблема здоровья в контексте аксиологии и праксиологии.

В первом разделе (*С.А.Нижников и Ю.П.Михаленко*) дается анализ особенностей формирования мировоззренческих подходов к феномену здоровья в различных типах культур (античной, средневековой и Нового Времени). Значительное место отводится анализу проблемы здоровья в западной и восточной культурах.

В статьях второго раздела (*В.М.Розина, Б.Г.Юдина, Д.И.Дубровского* и др.) здоровье рассматривается как философская, социально-психологическая и гуманитарная проблема познания, самопознания и самоорганизации. Особое внимание уделяется обоснованию необходимости построения общей теории здоровья.

Третий раздел посвящен анализу феномена здоровья с позиций аксиологии и праксиологии. Читатель ознакомится здесь с социально-философскими размышлениями авторов о ценности здоровья в техногенном мире (*Е.С.Демиденко*), проблематикой здоровья человека в свете даосской традиции (*И.А.Бескова*), этическими аспектами евгеники (*Ю.В.Хен*), идеей взаимосвязи красоты и здоровья (*Т.Б.Любимова*).

Такое деление, естественно, достаточно условно, ибо все названные аспекты перекрещиваются в единой проблеме здоровья.

Кроме того, конечно, не все аспекты проблемы удалось в этой книге осветить. Так, мало сказано о здоровье в контексте современных экологических проблем, о таких важнейших аспектах проблемы, как развитие современных высоких биотехнологий: геномной и клеточной инженерии, проблеме трансплантации органов, проблемам био- и экоэтики.

Авторский коллектив намерен продолжить начатую данной книгой тему и приглашает всех исследователей, интересующихся названными проблемами, принять участие в нашем постоянно действующем исследовательском семинаре «Философия здоровья».

Наш почтовый адрес: 119992, Москва, ул.Волхонка, д. 14, Институт философии РАН, Центр био- и экофилософии.

Электронный адрес: liseev@iph.ras.ru

Ждем Ваших отзывов и предложений, уважаемые читатели!

И.К.Лисеев, А.Т.Шаталов

ИСТОРИКО-ФИЛОСОФСКИЕ ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ ЗДОРОВЬЯ

С.А.Нижников

Пути обретения здоровья и мировоззрение

Как понимание здоровья, так и пути его достижения мыслятся различными, подчас до противоположности, в зависимости от основных мировоззренческих принципов, выраженных в эпохальном развитии историко-философского знания. Если западная традиция стремится «улучшить и углубить», то восточная «накапливать и передавать». На Востоке не идет речь о философии как «науке мышления в понятиях», а «об особом символическом переживании действительности»¹. Именно поэтому в Китае и Индии никогда не было чисто философских, умозрительных школ, ибо не существовало пропасти между земным и небесным, духовным и материальным, практическим и теоретическим. Подтвердим сказанное анализом даосского, индуистского, эллинского и христианского пути.

В древних культурах, основанных на центральном мировоззренческом принципе — космоцентризме, разрабатывалась натурфилософия, в рамках которой человек мыслился как единица космической жизни, дух не отделялся принципиально от материи. В этих условиях здоровье мыслилось как состояние гармонии с окружающим природным и космическим миром, болезнь — как нарушение этой гармонии, а пути излечения от болезней и восстановления здоровья — как восстановление изначального нарушенного единства, с *дао* или *логосом*. Рассмотрим это подробнее.

Логос у Гераклита вездесущ, представляет собой закон развития мироздания, однако люди не хотят прислушиваться к нему, «не осознают того, что делают наяву», «живут так, как если бы у

них был особенный рассудок», и отсюда все общественные неурядицы и болезни тела². В даосизме также «тот, кто следует за всем сущим, возвращающимся к корню, следует естественности и следует *дао*. Тот, кто следует *дао*, вечен. Тот, кто следует *дао*, не будет подвергнут опасностям»³.

Даосизм можно рассматривать как некую универсальную матрицу китайской культуры, хотя разные философские школы понимали *дао* по-разному. Так для легистов или законников оно было неким высшим юридическим законом, для конфуцианцев оно было чем-то непостижимым, а для даосов — путем обретения истины, смысла и здоровья.

Главным содержанием даосской философии является учение об универсальности пути *дао* как закономерности спонтанного развития космоса, человека и общества, идея единства микро- и макрокосмоса и аналогичности процессов, происходящих в космосе, человеческом организме и в социуме. В рамках даосского учения постулируются два основных принципа поведения: естественности, простоты, близости к природе («цзы-жань») и недеяния («у-вэй», означающего отказ от целенаправленной деятельности, не согласующейся с естественным миропорядком). Недеяние есть следование «сокровенному пути» *дао*, а не собственному эгоизму. К принципам осуществления *дао* можно отнести еще следующие: ненасилия, бесстрастия, безмолвия, спонтанности, постоянства и др. На основе этих принципов развивалась и даосская практика: психофизические упражнения, медитативная техника, дыхательные упражнения и т.д.

Даосизм принято разделять на философский и религиозный, с верой в духов, в пилюли бессмертия и т.д. Исследователи древнекитайской культуры признают, что единого даосизма никогда не существовало и что под это понятие подходит нечто крайне аморфное и рыхлое течение, объединенное лишь термином *дао*. А.А.Маслов отмечает, что «в связи с абсолютной размытостью понятия *дао*, его неуловимостью даосы предложили сотни методов приобщения к этому началу. Здесь была и медитативная практика, и поклонение духам, и сложнейшая эротологическая наука»⁴. В даосизме также получила разработку практика «дао-инь», объединяющая в себе специальные психомедитативные упражнения, связанные с дыхательными и гимнастическими методиками. Эта практика направлена на очищение и развитие энергетической субстанции «ци», которая преобразуется в дух («шэнь»). Даос не ждал спасения от Бога, но стремился через самодисциплину воспитать, обнаружить и развить в себе требуемые качества. Он сам порождал себя.

Психофизические методы цигун-терапии также основываются на мировоззренческих и философских принципах даосизма. В практике цигун нашел отражение «опыт многих поколений адептов даосизма: мастеров цигун, алхимиков, магов и отшельников»⁵. Данная методика рассматривается в даосизме как универсальный путь к здоровью, долголетию и бессмертию. Целью упражнений является достижение «успокоения ума», умения управлять потоками *ци* внутри организма, обретение гармонии с мирозданием с помощью постижения сокровенного пути *дао*.

В итоге можно отметить, что китайское мировоззрение никогда не разделяло дух и материю, никогда не мыслило бессмертие в чисто духовном аспекте, но рассматривало его как бессмертие тела, а не просто души⁶. То же можно сказать и о мировоззрении Древней Индии. Определим вначале его основные черты.

С.Радхакришнан отмечает, что «философская попытка определить природу реальности может начинаться либо с размышления о *я*, либо с размышления об объекте мысли. В Индии интерес философии сосредоточен на *я* человека. Когда мысленный взор обращен вовне, человеческий ум поглощен быстрым потоком событий. «Атманам виддхи» — «познай самого себя» — резюмирует законы и учения мудрецов в Индии.

Следствием этого является чрезвычайное внимание к внутренним процессам, а сосредоточенность рассматривается как средство постижения истины. С.Радхакришнан отмечает, что «...не существует таких областей жизни или ума, которые нельзя было бы понять с помощью методического упражнения воли и познания»⁷. Из этих установок сознания индуса вытекает как следствие то, что истину якобы можно постичь путем определенных психологических методик. Духовное зачастую, таким образом, рассматривается как результат механических и методических манипуляций с телом и сознанием человека.

Для индийской культуры характерна также невыраженность понятия трансцендентного. В ней, как и в Китае, не родилось понятия чистой трансценденции, что влечет за собой не полную дифференцированность души и тела, а отсюда — внимание к физиологическим и психическим процессам, через призму которых рассматривается духовное. Тесная связь ума и тела является общепризнанной. В этом — причина неразработанности (а в Китае и невозможности) понятия *веры*, на котором строится христианство, и понятия трансцендентного, с которым имеет дело европейская метафизика.

В древнегреческом мировоззрении идеи натурфилософии выразились в тех методах, которыми пытались лечить себя, по дошедшим до нас скудным источникам, Гераклит и Демокрит. Так Гераклит, заболев водянкой, решил излечить себя непосредственным выпариванием влаги из организма. Для этого он то ли «закопался в коровник», то ли «лег на солнце и велел слугам облепить его навозом; так, распластанный на земле, он скончался на второй день и был похоронен на агоре»⁸. Согласно легенде, передаваемой Диогеном Лаэртским, Демокрит прожил сто девять лет и даже продлил себе жизнь на несколько дней, чтобы не умереть во время праздника, повелев «приносить ему каждый день теплые хлебы; и, поднося их к ноздрям, он сумел поддержать свою жизнь в течение всего праздника, а когда миновали положенные три дня, то безболезненно расстался с жизнью»⁹.

Как в Древнем Китае, так и в Древней Греции болезнь рассматривалась как преобладание одной из стихий над другой. Гераклит пишет в письме к Амфидаманту: «Болезнь — это преобладание каждого из элементов, заключенных в нас. Избыток тепла — лихорадка, избыток холода — паралич, избыток воздуха — удушье... Но душа, соединяющая их в гармонию, — нечто божественное. Здоровье первично, природа — лучший врач. Ибо первобытная безыскусственность не подражает чему-то противоестественному...»¹⁰. «Раз я знаю природу космоса, — полагал Гераклит, — то знаю и природу человека, знаю болезни, знаю здоровье. Исцелю самого себя, уподоблюсь богу, который выравнивает чрезмерности космоса...»¹¹.

* * *

Если для античного мировоззрения вообще свойственен принцип *калокагатии* (от греч. kalos — прекрасный и agathos — добрый), основу которого составляет сплав совершенства телесного и духовно-нравственного, причем так, что последнее здесь немислимо без первого; то для средневековой культуры таким принципом является понятие духовного добротолубия, основанного на отношении к трансцендентному началу посредством *веры*.

Таким образом, средневековое христианское мировоззрение строится на совершенно иных принципах. Его основа — теоцентризм, который приходит на смену античному космоцентризму. В соответствии с новым мировоззренческим принципом совершенно иначе рассматривается понятие здоровья и пути его

достижения, соотношение души и тела. Прежде всего эта разница заключена в понятии трансцендентного, на котором основывается христианская культура. Возникает понятие *веры*, которое является единственным способом познания трансцендентной реальности. Сущность переносится в трансцендентную сферу, дух начинает почивать там. Трансцендентный дух рассматривается как источник совершенства и здоровья во всех аспектах, а вера заменяет собой все психофизические методики достижения истины и здоровья: йога в теистическом мировоззрении не только невозможна, но и предосудительна. На смену доктрине *освобождения* приходит понятие *спасения*. Человек не в силах сам себя освободить, его может спасти только Бог, для которого не важно, может ли человек сесть в позу лотоса, или нет, чиста ли у него носо-глотка, или нет. Не важен даже «третий глаз» и «кундалини». Важно лишь одно — чистота помыслов, *вера* (которая, конечно, без дел мертва).

Однако эта разница в методах духовного познания Востока и Запада не всегда понимается, что приводит к попытке приписать исихазму как внутренней духовной сути восточного христианства психофизическую методику молитвы. Заблуждение настолько велико, что о некой «технике» исихазма говорят даже уважаемые в православии богословы, сравнивая ее с йогизмом¹². Исихасты были подвергнуты обвинениям со стороны Варлаама (противника византийского исихаста Григория Паламы — 1296–1359 гг.) якобы за «психосоматический метод молитвы». Григорий Синаит так описывает его: «Сидя на сидалище вышиною в одну пядь, низведи ум из головы к сердцу и держи его в нем, согнись до боли и, сильно удручая грудь, плечи и шею, взывай непрестанно в уме и душе: «Господи, Иисусе Христе, помилуй мя». ...Удерживая также и дыхательное движение, потому что выдыхание, от сердца исходящее, помрачает ум и рассеивает мысль». Однако исихасты «никогда не придавали описанному методу какого-либо сакрального, теургического значения. Это был лишь вспомогательный, технический прием концентрации внимания, преодоления рассеивания мысли...»¹³.

В.Кривошеин считает, что те незначительные психосоматические способы концентрации внимания, которые были выработаны в исихазме, естественно вытекают из христианского мировоззрения, определяясь тем, что «поскольку тело наше в существе своем не есть злое начало, но творение Божие и храм живущего в нас Духа, нет ничего предосудительного, но, наобо-

рот, вполне естественно пользоваться им, как вспомогательным средством при совершении молитвы». И далее: «Было бы однако совершенно ошибочным думать, будто бы св. Григорий Палама видел в этих приемах — полезных, но все же второстепенных, сущность и главное содержание умного делания. Не то или иное аскетическое действие, но «восхождение ума к Богу и непосредственная беседа с Ним» мыслилась им, как и всей православной мистикой на всем протяжении ее истории, целью и сущностным содержанием «духовной и невещественной молитвы»¹⁴.

Архим. Киприан находит, что исихастские «телесные приемы того же происхождения и порядка, как поднятие рук ввысь, крестное знамение, связанное с метаниями, лежание долу на земле или, наблюдаемое, например, у эфиопов и теперь, молитвенное стояние на одной ноге с распростертыми руками и т.д. Аскетика в выработке своих приемов не только не пренебрегает телом и его функциями, но и использует их для духовного делания. В аскетическом подвиге должна участвовать не только одна душа...»¹⁵. Тело, безусловно, здесь участвует, но не благодаря манипуляциям с ним или психикой достигается спасение.

Вера оказалась способной фактически мгновенно излечивать от духовных (ложных мировоззренческих установок) и, при удержании определенного духовного состояния, от психологических и психических проблем и заболеваний. Бывают такие пределы человеческого отчаяния, когда спасти может только *вера*... Идея *веры* является абсолютной духовной защитой от всех напастей человеческой жизни. Однако одной идеи еще мало. Идея может удовлетворить лишь отвлеченный рассудок праздного и кабинетного псевдофилософа. Чтобы действительно стать духовной, идея должна воплотиться в человеке. Должно трансформироваться и преобразиться в соответствии с ней, как святые называют, «внутреннее чувствилище человека». А чтобы такое преобразование осуществилось, необходим подвиг, который являет собой жизненный и духовный путь отшельников и отцов-аскетов восточного христианства. Весь духовный опыт восточного христианства представляет собой такое воплощение идеи веры. Осмысление такого воплощения можно представить как метафизику веры¹⁶.

Исцеляющее значение веры известно давно, на нем настаивал уже знаменитый Шарко. Русский философ Б. Вышеславцев писал, что «вера в Бога необходима, так как только она, как абсолютная, может дать направляющую деятельность. А иначе