

Здоровье как жизненная ценность: историко-философская ретроспектива

Одесский национальный морской университет (г. Одесса)

Постановка проблемы и анализ последних исследований и публикаций. Среди многочисленных социально-значимых проблем, связанных с взаимодействием общества с окружающей средой, которые встали перед населением Земли на пороге третьего тысячелетия, главное место заняла проблема выживания человека и всего живого на планете. Человечеству угрожает самоуничтожение.

По словам Аурелио Печчеи, первого президента Римского клуба, “человек стал сам для себя ахиллесовой пятой, он – точка отсчета, в нем все начала и концы” [2]. Усложнилась демографическая ситуация. Здоровье людей повсеместно ухудшается, и основные факторы этого процесса сейчас уже хорошо известны: это загрязнение воздуха, питьевой воды, продуктов питания, глобальные изменения климата, накопление в атмосфере газов, создающих парниковый эффект, усиливающееся космическое излучение, влияющее на самочувствие миллионов. В глобальную проблему превратилось появление новых опасных болезней, мутация бактерий и вирусов, от которых пока нет лекарств и методов лечения. Разрушительное воздействие на здоровье людей оказывает увеличивающиеся алкоголизм и наркомания, особенно среди молодежи.

По данным ВОЗ, в Украине только 40 % молодых людей практически здоровы, а по уровню алкоголизма в возрастной группе 15–20 лет, к сожалению, мы имеем первое место в мире.

Для миллионов людей кризисом стала потеря не только здоровья, но и ориентиров здорового образа жизни [5].

Разрушенная государственная система физической культуры и спорта вызвала гиподинамию, а повальное увлечение молодежи компьютером и просмотром телепрограмм, изобилующих сценами насилия и жестокости, – нарушение психического здоровья, в первую очередь подростков и детей. Все это вызывает настоятельную потребность анализа и обсуждения такой важнейшей категории, как здоровье человека и отношение к нему современного общества [1].

В научной литературе в большом количестве работ используются проблемы здоровья. Большое внимание уделено этому в медицине, диетологии, этике, психологии, философии, в них рассматриваются различные аспекты этой важнейшей проблемы: политические, экономические, правовые, моральные, демографические, психологические (Г. А. Давыдова, В. М. Лейбин, В. К. Большевич, В. О. Запорожанов, В. М. Копа, Г. Л. Апанасенко и др.). Историческому анализу в них уделено определенное внимание.

Представляется, что сейчас необходимо комплексно проанализировать исторические традиции, ментальные основы, теоретические представления общества и человека о проблеме здоровья и здорового образа жизни.

Целью исследования данной статьи является попытка такого социально-антропологического исследования, что, на наш взгляд, позволит проанализировать ценность здоровья целостно на теоретическом уровне и связать эту проблему с практическими задачами воспитания молодежи, а также с некоторыми профессиональными вопросами здоровья моряков, постоянно находящихся в экстремальных условиях среды обитания.

Изложение основного материала исследования. Отношение общества и человека к здоровью изменялось на протяжении общественного развития, выполняя различные задачи и принимая специфические формы. Это определялось конкретными историческими и социальными условиями жизни общества.

Забота людей о здоровье началась с началом человеческой истории, с первобытного общества. Освоение мира происходило в борьбе с суровой природой. Первобытные люди знали о природе очень мало, но столько, сколько им было необходимо для того, чтобы выжить в суровых условиях среды. Первобытный человек научился приготовлению пищи, простейшим гигиеническим навыкам. Делались первые попытки собирать полезные растения и травы, создавать лекарственные средства, лечить раненых и больных. Из практических потребностей общества начали складываться первые правила и нормы здорового образа жизни, необходимые для выживания в условиях враждебной человеку среды: тренировки физических качеств – силы, ловкости, выносливости, умения переносить нагрузки.

В период существования древних цивилизаций забота о здоровье людей осуществлялась не только на практическом, но и теоретическом уровне: в древних эпосах, ранних литературных и философских сочинениях мы находим рассуждения о жизни и здоровье человека, рецепты и рекомендации медицины. До наших дней дошли приемы китайской медицины, сведения о лекарственных растениях, системы боевых единоборств, физические упражнения, методики дыхательной гимнастики индийских йогов и многое другое.

Наиболее интересно проблема здоровья человека разрабатывалась в античности. Она была связана не только с практическими нуждами общества, но и с организацией спорта и, что самое главное, с воспитанием личности. И это нашло свое отражение в работах античных ученых и философов Платона, Аристотеля, Эпикура.

Древние греки ценили красивое здоровое человеческое тело, ухаживали за собой, брили бороды, носили короткие прически, устраивали в домах купальни, много двигались, занимались физическими упражнениями, обязательно разбавляли вино водой, заботились о питании. Отношение к здоровью в античном мире как к наибольшей ценности способствовало формированию осознания того, что человек должен заботиться о своем здоровье и постоянно поддерживать свой дух и волю.

Древняя Греция по праву считается родиной спорта. Здесь устраивались четыре вида игр, главными из которых были Олимпийские игры, а также раз в 2–4 года проводились Немейские, Истмийские и Пифийские игры, где проходили состязания по бегу, прыжкам в длину, метанию диска, копья, борьбе. Затем к ним добавились скачки верхом и на колесницах, а бег и борьба разделились на несколько видов. Атлеты-победители увенчивались лавровыми венками и служили для граждан примером для подражания.

В Греции развивалась практическая и теоретическая медицина. Врачи не только лечили больных, но и пытались вывести общие законы здоровья. В это время появились работы великого реформатора античной медицины Гиппократ, в которых он писал о целостности человеческого организма, здоровье, гигиене и врачебной этике. Учение Эпикура выдвигало на первый план физическое и духовное здоровье личности как средство достижения блага и счастья. О здоровье человека, его физическом воспитании как составной части гармонического воспитания личности писал Аристотель в своей «Никомаховой этике» и многих письмах о морали.

Древний Рим продолжил эту греческую традицию. В Риме заботились о здоровье населения: для подачи чистой питьевой воды был устроен водопровод. В домах были калориферы и ванны комнаты. Были построены знаменитые термы с бассейнами, банями, гимнастическими залами. В городе устраивались специальные зеленые зоны-парки, появились сады, улучшавшие состояние воздуха. Спорт в Риме, постоянно воевавшем, не развивался так, как в Греции. Устраивались только гладиаторские игры и ристалища, воспитывающие в воинах смелость, отвагу и выносливость. На всех этапах развития государства ставилась задача воспитания мужской части населения для службы в армии и в ополчении, что требовало здоровья, физической подготовки, морально-психологических и боевых качеств.

В Древнем Риме широко развивалась и медицина. Здесь работали греческие врачи, переводились на латынь работы Гиппократ, пользовались успехом фармакологические сочинения Крития, Диоскорида, философа Секстия, медицинские труды ученого-медика Галена. Появилась медицинская энциклопедия в 70 томах врача Орибазия, в которой была изложена вся совокупность знаний, приобретенных в области медицины за 6 веков [4].

В эпоху средневековья, феодальных отношений, господства религиозной идеологии, разделение общества на сословия проблема здоровья людей не интересовала государство, и многие гуманистические достижения античности были утрачены. Доминировала мораль дворянства, носившая весьма ограниченный характер. Рыцарей-дворян, проводивших свою жизнь в битвах, походах и турнирах, гигиенические навыки, забота о здоровье интересовала мало. Они с презрением относились к физическому труду, признавали достойными занятия, укрепляющие физические качества человека: верховую езду, плавание, владение оружием, фехтование и охоту.

Для этики этого периода забота о здоровье, силе, жизнерадостность – скорее порок, чем добродетель. Плоть – источник безнравственности, о ней не нужно заботиться, ее нужно умерщвлять. В качестве высшего идеала личности провозглашается аскетизм.

Интересно, что в это же время в Киевской Руси заботились о здоровье населения и это берет начало в народной традиции: повсеместно были распространены бани, привычка купаться в ледяной воде, навыки закаливания, развивалась народная медицина. Здоровая жизнь народа, физический труд, постоянно участие в военных походах, тренировки с оружием способствовали тому, что сформирова-

лось крепкое и жизнелюбивое поколение, которое веками защищало свою свободу и независимость. Государство нуждалось в здоровых физически и духовно гражданах и воспитывало поколение, культивировавшее эти ценности.

Объективно этому способствовала и христианская религия. Библия, религиозные тексты являются не только важнейшими источниками, отражающими образ жизни людей. Их заповеди и поучения определяли запреты, нормы, правила по сохранению физического и духовного здоровья людей, они касались санитарии, гигиены, правил питания, системы постов. Эта многовековая мудрость вошла в памятники этики, педагогики, медицины, таких как “Поучения Владимира Мономаха”, “Регламент или устав духовной коллегии” Феофана Прокоповича. Однако только в эпоху Просвещения, с XVIII века, выдающиеся мыслители, философы, ученые и педагоги Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, А. Н. Радищев, М. В. Ломоносов, Г. С. Сковорода обращаются к теме здоровья, здорового образа жизни и вновь связывают эту проблему с трудовым и физическим воспитанием личности, с ее гармоническим развитием.

В уставах братских школ, Киево-Могилянской академии, московских и петербургских воспитательных учреждений, военных учебных заведений были сформулированы положения по организации питания, сна, содержанию жилища, закаливанию и физическому воспитанию. С начала XIX века большое значение приобретает практическая работа врачей С. П. Боткина, И. М. Сеченова, Н. И. Пирогова и др. Их деятельность способствовала привлечению внимания к проблеме здорового образа жизни, ставила также более широкое понимание категории здоровья и влияние на него факторов окружающей среды. Впервые появились работы о способах адаптации организма к изменяющимся внешним условиям среды обитания.

На рубеже XIX–XX веков появляется очень много научно-популярной литературы по пропаганде здорового образа жизни и санитарно-гигиеническим аспектам. Появились и теоретически разработки. Особое значение имеют работы П. Ф. Лесгафта, в которых он изучал систему физического воспитания личности, его идеи использовали В. Е. Игнатьев и В. В. Гориневский, создавая собственные системы физического воспитания детей [3].

Однако в этот период в литературе не рассматривались вопросы морали и их влияние на психику человека, на формирование личности. Эту проблему подняли в своих трудах философы В. Соловьев, С. Л. Франк, С. Н. Булгаков, Н. А. Бердяев. Они же первыми обратили внимание на причины кризиса взаимоотношений человека и окружающей среды, разрушающего физическое и духовное здоровье личности. Эти причины они увидели в отказе человека от ответственности за судьбы мира, в забвении нравственного долга человека перед природой, что в современной системе хозяйствования привело к деградации природы и хищническому уничтожению среды обитания.

В начале 90-х годов XX столетия меняются количественные и качественные параметры исследований, посвященных здоровью и здоровому образу жизни, поднимается ряд проблем, которые раньше замалчивались или не рассматривались вовсе, особенно это касается психического здоровья людей. Появилось новое научное направление – психология здоровья.

Однако приходится, к сожалению, констатировать, что новые научные разработки не находят своего отражения в содержании программ, учебных планах, они не привели к пересмотру существующей практики воспитания физического и психического здоровья людей. В обществе постоянно возникают новые научные знания, технологии и новые кризисы. И всем людям, живущим на Земле, необходимо усвоить, что здоровье и здоровый образ жизни – это основная ценность человека третьего тысячелетия. А ученым, разрабатывающим эти проблемы – исследовать новые положения и принципы, новую систему ценностей и поведения человека во все усложняющихся условиях современной среды обитания.

Выводы

1. Необходимо изучать наследие прошлого в виде целостного историко-философского анализа ментального, теоретического и практического ценностного отнесения общества к здоровью, здоровому образу жизни и спорту.

2. Следует включать в перечень вузовских программ спецкурсы “Психология здоровья”, “Основы здорового образа жизни” и другие.

3. Использовать теоретический материал в морально-психологическом и этико-эстетическом воспитании студентов-спортсменов.

4. В условиях вуза, обучающего специалистов для морского флота, на основании многовекового опыта и современных научных исследований, разработать систему профессионально-прикладной подготовки, обеспечивающую здоровье и адаптацию организма в экстремальных условиях среды.

Литература

1. Копа В. М. Соціальна цінність модусу здоров'я.– О.: Б. в., 2006.
2. Печчеи А. Человеческие качества.– М.: Прогресс, 1980.– С. 321.
3. Психология здоровья / Под ред. Г. С. Никифорова.– СПб.: Питер, 2003.– С. 607.
4. Рожанский И. Д. Античная наука.– М.: Наука, 1990.– С. 192.
5. Черныш А. М., Черныш М. А. Маргиналы и маргинальная преступность в Украине.– К.: Изд-во Укр. академии наук, "ВИР", 2004.– 348 с.

Аннотации

Статья посвящена ценностному отношению человека к здоровью и здоровому образу жизни как социальному феномену в современных условиях среды обитания. Для понимания этой проблемы предпринята попытка кратко рассмотреть здоровье как жизненную ценность в историко-философской ретроспективе, соблюдая традиции философской и культурологической периодизации.

Ключевые слова: *здоровье, здоровый образ жизни, история, философия, спорт, медицина.*

Стаття присвячена ціннісному ставленню людини до здоров'я та здорового засобу життя як соціальному феномену в сучасних умовах довкілля. Для вирішення цієї проблеми здійснено спробу стисло розглянути здоров'я як життєву цінність в історико-філософській ретроспективі, дотримуючися традицій філософської та культурологічної періодизації.

Ключові слова: *здоров'я, здоровий спосіб життя, історія, філософія, спорт, медицина.*

The article deals with man's evaluating attitude towards the problems of health and healthy mode of life as a social phenomenon in contemporary environments. To achieve better understanding of this problem an attempt to consider the notion of health as an esthetic value in historical and philosophical retrospective keeping to the traditions of philosophical and cult urological per iodization has been made.

Key words: *health, healthy mode of life, historical, philosophical, sport, medicine.*