

ДУХОВНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОЦЕССА СТАРЕНИЯ. ИНТЕГРАТИВНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЗДОРОВЬЯ ВЗРОСЛЫХ ЛЮДЕЙ

**Вартаньянц О.Р.,
Васильева О.С.**

Работа посвящена осмыслению процесса старения с точки зрения его духовной наполненности. Новизна авторской позиции: в попытке проанализировать названный феномен с точки зрения переосмысления подхода к определению границ возрастной периодизации; попытка воссоздания механизма старения с точки зрения приобретения индивидуумом жизненного опыта; анализ процесса старения с точки зрения дифференциации опыта; подход к здоровью старшего поколения как свидетельству благополучия человеческого ресурса природы и как отражению благополучия общества.

Ключевые слова: старость, старение, отрицательный опыт старения, положительный опыт старения, кагорта, интегративная характеристика здоровья.

В качестве культурологического экскурса с целью определения источников психологического и духовного подходов к познанию мира, заключённых в феномене старения, обратимся к этимологии слова «Старость».

Почему для определения истоков духовного и психологического характера в качестве базового мы выбрали именно этимологический анализ?

Понять, что происходило в социокультурах времён образования первичных языков, значит осознать первопричины отношений людей к себе, своему внутреннему миру, к окружающему миру, войти в сакральный смысл их бытия. Понять, включив свои собственные глубинные ресурсы, наследственную память клеток, выраженную в реакциях внутреннего мира на символический раздражитель – слово.

Варианты этимологических значений приводятся Шааб К.С. в статье «Смысловые характеристики долготлетия»: «В индоевропейских языках: древнегреческое aster, латинское astrum, английская star родственны имени Великой богини Астарте, Иштар. ... В древности звезды воспринимались как души умерших. Эта традиция жива и ныне. М.М. Маковский считает, что английский скол star – звезда родственно немецкому ster-b-en – умереть. С английским star родственно также: иранское stora – слепой (экстаз при молитве звездам); нидерландское staar – катаракта, немецкое starr – застывший (в экстазе). Иной способ обоснования этимологического родства понятий «звездный» и «старый»: звезда – рок (моя планета, мой путь). Этимологическое гнездо «рок» включает термины:

срод, возраст, гнездо «возраст» – «age» содержит термин «старость».

Этимологический словарь русского языка содержит связь между понятиями «старый» и «стоять». Термин звезда (star) именуется как «стоящее светило». Этимологическая связь между терминами «старый» и «стоять» достоверна.

В свою очередь слова старость и древность связано со словами древо, дерево. С доисторических времен крепкий, властный аспект старости уподоблялся корням и дереву в целом, в том числе мировому древу, древу познания. Почти повсеместно образ древа воплощает ключевые понятия культуры: мир, познание, ось мира, жизнь, плодородие, восхождение, центр, небо, мистика.» [13].

Таким образом, этимологический анализ отразил следующее.

1. Понятие «старость» рассматривается у истоков человеческого познания как судьбоносное (рок, планида: небесный странник, звёздный путешественник).

2. С понятием «старость» связываются такие представления человека о жизнеполагании как мудрость, опыт, преемственность («стоящее светило»).

3. В слове «старый» заключен сакральный смысл:

- «старый» – осуществляющий связь с миром умерших (застывший в экстазе молитвы, ослепший в экстазе (молитвы));
- «старый» – хранящий познание (ствол древа мира, соединяющий землю, как источник жизни (корни

древа жизни), и небо, как божественное начало (вершина древа жизни)).

Духовные аспекты процесса старения

Процесс старения объективен (независим от субъекта). Индивидуальные качества субъекта могут повлиять на границы периода старения, но, к сожалению, на настоящий момент человечество не располагает знаниями, которые бы помогли ему трансформировать свою бытийную сущность без нарушений материи. Всё, чем мы располагаем, – это продление жизни за счёт новых технологий производства, протезирование материальной составляющей организма. Духовные аспекты не рассматриваются в качестве радикально решающих проблемы нарушения материи. Подсказку, по-видимому, нужно искать в самом феномене.

Чем вызван процесс старения с точки зрения психологии?

На протяжении жизни человек вынужден решать разной сложности вопросы, касающиеся насущных проблем его бытия. Разрешение таких вопросов связано с процессами общения. Всякое нарушение общения приводит к срывам бытийных задач.

Основную часть нарушений в общении человечество научилось преодолевать с помощью законов нравственности и морали, передавая их как учения по наследству (долговременная память), через обучение (кратковременная память), путём игры (периферийная память), через «научение» (интуитивная память: используется память другого человека). Оставшаяся часть нарушений общения находится в «работе», человечество продолжает познавать мир и самоё себя.

Нарушение связи при передаче знаний приводит к дезориентации при выполнении задачи. В таком случае требуется периодическое подтверждение внутренней связи между учителем и учеником. Что и происходит при обращении к религии («ре» – восстановление, «лига» – связь). Через постулаты (скрижали) восстанавливаются нарушенные смысловые завязки, которые требуются для поддержания процессов общения в их чистоте.

Что происходит, если задача всё-таки была не решена? Она откладывается в «закрома» памяти со всеми сопутствующими ей нарушениями организма (биологическими параметрами нарушенных процессов). Вначале срывы общения будут залечиваться во сне (ассоциативные видеоролики, которые исключают повторение травмы реального переживания). Затем будут «выводиться» на высокой температуре с помощью бреда – соединение обрывочных смысловых связей внутри ассоциативных планов. В дальнейшем эта задача будет периодически возникать в том или ином виде (ассоциативный план) и требовать «разгрузки» памяти (вспомним в работе Фрейда «Анализ

фобии пятилетнего мальчика (Маленький Ганс)» [12] ассоциативный план проживания Ганса).

Если же решения всё-таки не будет, то нерешённая задача «уходит» в долговременную память, и ждёт там своего часа. В этом случае формируются ситуации, сопутствующие осмыслению происходящего, которые в том или ином виде подготавливают процесс решения, иногда разбивая общую задачу на части. В случае если задача так и остается невостробованной, то её решение может быть передано «по наследству» следующему поколению. Так возникают одинаковые «сюжетные» повороты в жизни близких родственников. Иногда их называют кармическими.

Энергетические ресурсы организма при каждом срыве нерешённых проблем истощаются, нарушения касаются всех уровней, включая физиологию. В этом заключён смысл отрицательного опыта старения. Результатом отрицательного опыта старения является «сухой остаток» нерешённых проблем, которые человек ставит перед собой, не учитывая свои возможности и не соблюдая правил общения.

Интересно мнение античной философии по данному вопросу, излагаемое в статье Рыбаковой Н.А.: «Возраст принадлежит к числу внешних явлений, полагает Сенека. Как в телесной, так и в душевной сфере, он может обладать отрицательным и положительным опытом. Отрицательный опыт душевной жизни в старости – усиление страха: «...младенцы, – пишет он, – боятся вещей пустяжных, мальчишки – мнимых, а мы – и того, и другого [11, с. 22]. Отрицательный опыт телесной жизни сказывается в прогрессирующем фронтальном старении, выраженном Сенекой в метафоре разрушающегося корабля, который дал течь, но ему не опасны одна, две трещины – лишь когда он расшатается и разойдётся во многих местах, рассевшегося днища уже не поправить» [10, с. 82].

Зададимся вопросом: «Что же происходит в результате положительного опыта старения?»

В результате положительного опыта старения происходит очищение «карты памяти», и приток новых сил для дальнейшей жизни организма, восстановление нарушенных функций. Человек, приобретая положительный опыт, тем самым обретает доступ к новому уровню знаний и переходит на следующую ступень познания мира.

В качестве защиты положительного опыта старения его представители организуются в кагорты (*крепко сплоченные группы соратников* [7]). Кагорта в данном случае возникает, отражая потенциальную расположенность людей к общению.

Но кто возьмёт на себя функции арбитра, определяющего правоту спорных решений и присваивающего знак опыту старения?

Решение спорных вопросов предполагает более компетентную инстанцию, независимого наблюдателя,

своего рода старейшину, в обязанности которого входит принимать всех, независимо от их природы и уровня нарушений. В решении определения знака опыта старения арбитр должен иметь доступ к императивам мироздания – началу всего сущего и точке отсчёта всего происходящего. Только в таком случае в его власти устранить ошибку.

Игровой концепт в данном случае обретает реальность и образ через самовыражение человека, плоскостью преломления в данном случае выступает опыт всего человечества. Здесь мы вплотную подошли к пониманию феномена божественного начала, Бога, как максимально сконцентрированного опыта старения человечества в отдельном индивидууме. Человек имеет доступ к Божественному научению через специальные скрижали («Скрижаль – ж. **доска, доска, плита** с письменами. **Скрижали** завета, заповеди» [5]).

В подтверждение: библейский термин «Завет» – это священный договор, союз, (евр.: «брит»), который, согласно преданию, Авраам заключил с Богом. Кроме того, этот термин – имя свода, собрания священных книг, составляющих первую дохристианскую часть Библии. Патриархальной культуре в целом свойственно отождествлять авторитет и власть с понятием «Совет старейшин» [14].

Нарушения, возникающие в процессе общения и связанные с общением, приводят к накоплению физиологических нарушений. Духовная составляющая при этом может помочь выйти из кризиса. А поскольку человек находится во взаимодействии или системе отношений с другими людьми, то чем выше уровень задач, который он способен решать, тем больше ценность его общения, тем меньше темп угасания биологических функций его организма, а следовательно, и людей, которым он передает свой опыт.

Попробуем коротко сформулировать выводы из всего вышесказанного.

1. Процессы старения не зависят от возраста человека и сопутствуют ему с начала жизни.
2. Старение зависит от индивидуальности человека.
3. Результатом старения является накопленный опыт, что подразумевает его знаковую дифференциацию.
4. Старение подразумевает взаимодействие.
5. Старение задает иерархию.
6. Старение определяет степень интеграции людей.
7. Старение – процесс регулируемый.

Возникают вопросы: как соотносится положительный опыт старения с продолжительностью человеческой жизни? Что происходит, если человек принимает решение, не сознавая мотивов своего поступка, не

будучи к ним подготовлен осознанно, что с нами происходит почти постоянно? Откуда берётся дифференциация поступков в таком случае и возможно ли незнание определить как нарушение?

Человек, не понимающий своего поступка, его мотивов, не будучи готов к осознанию определённых своих действий и принимая решение «по наитию», интуитивно, решает задачи, подчиняясь опыту другого человека, действующего осознанно, в данном случае играющего роль Учителя. Выбор Учителя свидетельствует об уровне внутренней зрелости человека, а степень подчинённости говорит об уровне его веры.

И ещё один важный вопрос нам нужно решить: почему же всё-таки человек уходит из жизни? В случае отрицательного опыта это понятно. А что происходит в случае положительного опыта?

Во-первых, невозможно быть полностью освобождённым от неправильных решений. И не всегда окружающие нас близкие нам люди принимают наши решения. «Нет человека праведного на земле, который делал бы добро и не грешил бы», учит Екклесиаст [6]. Уже приняв это, мы совершаем первый шаг в сторону нашего бессмертия.

Во-вторых, взяв на себя ответственность играть роль Учителя, мы не всегда бываем готовы к такой роли.

В-третьих, нарушение внутренней связи, недостаток опыта в передаче информации это ещё один момент, когда мы можем быть неправильно понятыми.

Много, наверное, можно найти причин, но самая важная заключается в следующем: принимая вольно или невольно участие в других и помогая им, мы добровольно берём ответственность за их нарушения или прегрешения. Иногда человек сознательно отдаёт себя на самопожертвование – спасение душ других людей. Подобный опыт самопожертвования во имя Бога, также известен нам. Их имена – а они именуются сынами Божьими – стоят во главе различных религий.

Но существуют и другие: иногда незаметные, иногда яркие звёзды в созвездиях кагортов, сопровождающие нас весь наш жизненный путь, невидимые или известные нам – люди, отдающие себя на алтарь науки жизни во имя её дальнейшего развития.

Интегративная характеристика здоровья **взрослых людей**

Феномен, определяемый как «старость», является квинтэссенцией всех реалий бытия, круг за кругом познаваемый человеком в протяжении всей его жизни. Также процесс старения включает в себе трансформацию субъективного опыта познания мира как ответ на трансформацию объективного опыта познания.

Возникает вопрос, что же общего в понимании процесса старения, и есть ли возможность выделить единую составляющую в многочисленных периодизациях для такого периода, как «старость»?

В решении данного вопроса можно выделить три вектора:

- 1) проблема, определяемая как процесс старения (биологический подход);
- 2) проблема, вызванная старением (психологический подход);
- 3) проблема, связанная со старением (социальный подход).

Все они ложатся в определения проблем и концепций здоровья организма, где здоровье рассматривается как функция организма и свидетельствует о его жизнеспособности в определённый момент его жизнедеятельности. Здоровье в таком случае не просто определяет способность к выживанию вида или подвида, но и определяет уровни взаимодействия видов, исключает нарушения мутабельности подвидовых структур, задаёт рамки сохранности видовых полей.

Рассматривая проблемы человека, как организма, имеющего иерархическую структуру, мы вплотную подходим к решению задач сохранности и воспроизводства человеческого вида. И невозможно отбросить, отодвинуть в сторону или исключить из всей картины проблематики какой-то период развития, как всего человеческого рода, так и отдельного его представителя.

Более того, рассматривая суть процесса сохранности рода человеческого как вида, невозможно абстрагироваться от местоположения его в общей экологической системе. Можно ввести такое понятие, как статус вида – возможность определять задачи и решать их в соответствии с задачами других видов и подвидов. Экологическая ниша также предполагает работу с системами и подсистемами природы.

Анализ подходов к осмыслению феномена «здоровье» в работах Васильевой О.С., Коротковой Е.В., Филатова Ф.Р. показывает: здоровье является интегративной характеристикой личности, где выделенные структурные компоненты личности находятся в иерархической связи, и, соответственно иерархии, определяется их взаимодействие [4].

«Комплексный характер здоровья предполагает следующие способности человека: поддержание на всех уровнях состояния гармонии; адаптацию, в том числе социальную; самоактуализацию (личностный рост, развитие); ответственность за жизнь, свободу в проявлениях; активную позицию по отношению к окружающему миру и собственной личности. Реализация данных способностей предполагает наличие особой системы отношений, базирующейся на следующем: сохранение и воспроизводство здоровья находятся в прямой зависимости от культуры» [3, с. 182].

Культура отношения к себе, свойственная человеку, как представителю вида «хomo сапиенс», предполагает особую ответственность по отношению к представителям других видов и подвидовых групп.

Кардиальное изменение в отношении к природе уже происходит в наших умах. Страх перед гибелью популяции приводит к переосмыслению человеческого опыта общения во всех его проявлениях. Не только культуры развитого вида должны быть в поле нашего внимания. Не менее важным является отношение людей к «дочерним», «подвидовым» культурам, которые, строго говоря, в настоящее время таковыми не обозначены, но требуют к себе повышенного внимания, поскольку в них, через преломление опыта их жизни происходит осознание взаимодействия человека и природы. Вопрос стоит о дальнейших судьбах «братьев наших меньших»: «ведь море без рыб – не море, а небо без птиц – не небо, земля без зверей – не земля...» [9].

«Изменения должны касаться не только и не столько внешнего, проявляющегося в поведении, социальных установках и традициях, сколько глубинных, внутренних изменений. В частности, изменений в жизненных целях, смыслах, в осознании личной ответственности каждого человека за свою жизнь, за свои мысли, чувства, поступки, за судьбы человечества в целом» [2, с. 174].

Добавим – и в строгой подчинённости нормам общения в природе.

В качестве подтверждения можно привести слова одного из основоположников синергетики¹ Ильи Пригожина: «В настоящий момент мы переживаем глубокие изменения в научной концепции природы и в структуре человеческого общества ... Эти изменения породили потребность в новых отношениях между человеком и природой так же, как и между человеком и человеком» [8, с. 384-386].

В опыте старика, сформировавшегося на протяжении его жизни, отражены ключевые проблемы всего человеческого рода этого периода. Здоровье старика – «небесного странника» – отражает состояние здоровья общества, к которому он принадлежит. Уровень защиты взрослого человека определяет уровень защиты будущего поколения. Если под защитами подразумевать тот уровень здоровья, который позволит старшему человеку полностью реализовать себя в обществе, независимо от его физических возможностей.

Решая проблемы старших людей, невозможно не решать проблемы их детей, независимо от принятой возрастной периодизации. И в обратном

1 Синергетика [греч. synergeia – сотрудничество, содружество] – научная теория о самоорганизации в природе и обществе как открытых системах. // Общая психология. Словарь //ru.wikipedia.org/wiki/Синергетика

порядке – занимаясь решением проблем периодов младшего возраста, мы решаем и проблем старших.

Невозможно не заметить изменения в возрастных рамках людей, тенденцию более позднего наступления зрелости внутри возрастных периодов для каждого возрастного этапа познания.

И проблема, перед которой стоит человечество, – это не просто, чем занять людей старшего возраста периода «старость». Проблема состоит в том, чем занять «старых», набравших опыт жизни, «звёздных путешественников» разных возрастных периодов. Эта задача подразумевает большую работу, но у нас есть время. «Не все умрём, но изменимся» [1].

ЛИТЕРАТУРА

1. Ап. Павел. 1-е обращение к Коринфянам // Библия. Гл.15 (51). – М.: Библейские сообщества, 1996.
2. Васильева О.С. Валеопсихология и физическая культура // Психологический вестник РГУ. – Вып. 4. Ростов-на-Дону, 1999.
3. Васильева О.С., Короткова Е.В. Влияние вины на здоровье (или как сделать переживание вины конструктивным) // Психологический вестник РГУ. – Вып. 4. Ростов-на-Дону, 1999.
4. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психическое здоровье как интегративная характеристика личности // Психологический вестник РГУ. Ростов-на-Дону, 1998.
5. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка // URL: <http://lib.deport.ru/slovar/dal/s/skrizhal.html>.
6. Екклесиаст. Книга Екклесиаста или Проповедника // Библия. Гл. 7,6 – 8,9- 20. М.: Библейские сообщества, 1996.
7. Ожегов С.И. Словарь русского языка // URL: <http://slovari.299.ru/word.php?id=12571&sl=oj>
8. Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса // Новый диалог человека с природой. – М.: Прогресс, 1986. // URL: http://yanko.lib.ru/books/betweenall/prigogine-stengers_ru.htm
9. Рождественский Р. Просьба. 1974. // URL: <http://www.pakhmutova.ru/songs/rrozhdhes.shtml>
10. Рыбакова Н.А. Об античных истоках герантоики // Развитие личности в системе непрерывного гуманитарного образования // Материалы научно-практической конференции, Екатеринбург, 22 марта 2000 г. – Екатеринбург: Банк культурной информации, 2001. – С. 76-86.
11. Сенека. Письма к Луцилию // Сенека. Марк Аврелий. Наедине с собой. – Симферополь, 1998.
12. Фрейд З. Психология бессознательного (Сборник произведений) М.: Просвещение, 1990.
13. Шааб К.С. Смысловые характеристики долголетия // Аналитика культурологии. 2009. № 1 (13).
14. Этимологический словарь русского языка. // URL: <http://evartist.narod.ru/text15/001.htm>