

УДК 373.3:811+378:811

**Таборовець Л.М.,***кандидат педагогічних наук, доцент, Рівненський державний базовий медичний коледж, м.Рівне, Україна*

## **ДУХОВНІСТЬ ЯК ОСНОВА ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДОЇ ЛЮДИНИ**

*У статті йдеться про необхідність розкриття деяких аспектів впливу міжособистісних відносин на духовно-моральний стан людини, роз'яснення згубного впливу ненормативної лексики на фізичне і моральне здоров'я особистості.*

**Ключові слова:** *духовність, мораль, міжособистісні взаємодії, ненормативна лексика, фізичне і моральне здоров'я особистості.*

**Таборовець Л.Н. Духовность как основа физического здоровья молодого человека**

*В статье говорится о необходимости раскрытия некоторых аспектов влияния межличностных отношений на духовно-нравственное состояние человека, определении вредного влияния ненормативной лексики на физическое и нравственное здоровье человека.*

**Ключевые слова:** *духовность, мораль, межличностные взаимодействия, ненормативная лексика, физическое и нравственное здоровье личности.*

**Taborovets L.M. Spirituality as the basis of the physical health of young person**

*The article covers some aspects of impact of interpersonal relationships on inner morale of a human being; it defines of harmful effect of obscene words on physical and moral health of a human being.*

**Key words:** *spirituality, ethics, interpersonal interaction, profanity, physical and mental health of the individual.*

Останнім часом суспільство почало реагувати на катастрофічний стан моралі. Інститути, університети розгорнули роботу з проведення форумів, конференцій з проблем морального і духовного розвитку особистості.

Проблема з кожним днем стає актуальнішою. Вона поступово переходить на рівень загальнодержавних проблем. Безперечно,

© Таборовець Л.М., 2013

сучасна суспільна криза включає в себе кілька кризових ланок: у духовності, моралі, ідеології, політиці, економіці та у суспільному житті. Однак найглибша, найстрашніша, криза першого порядку є духовна. Цьому сприяють пропаганда жорстокості, бездуховності, насильства, послаблення виховної роботи з боку органів виконавчої влади, закладів освіти і культури. Ми переживаємо втрату тих внутрішніх обмежень і доброчесності, котрі не дають людині впасти у безодню своїх темних інстинктів. Чим далі, тим більше людство бере участь у гонитві за сьогоденними цілями, за речами, у безглуздому накопиченні переходити всі розумні межі. Ознакою прискороного розвитку цивілізації, на жаль, є відставання і занепад духовності. Загальновідомо, що людина, яка розвивається бездуховно, повертається до тваринного існування, стає агресивною і кінець-кінцем самознищується. Занепад духовності веде до деградації людини, підриває її фізичне здоров'я. Саме це твердження визначило мету нашого дослідження – розкрити деякі аспекти впливу міжособистісних відносин на духовно-моральний стан людини, роз'яснити згубний вплив ненормативної лексики на фізичне і моральне здоров'я особистості.

Предметом розгляду будуть міжособистісні взаємодії в молодіжних колективах, а також вивчення причин вживання ненормативної лексики, розробка рекомендацій, спрямованих на превенцію поширення цього явища серед молоді, роз'яснення згубного впливу ненормативної лексики на фізичне і моральне здоров'я людини.

Упродовж свого життя особистість перебуває у постійних стосунках з іншими людьми. Тому для її етичної характеристики важливо, як вона ставиться до конкретної людини – учасника цих стосунків. Саме від вибору орієнтирів залежить моральне, а відтак і фізичне здоров'я молодої людини. Ще Г. Вашенко вважав, що духовно-моральні цінності людини, серед яких служіння Богові, є основою духовності кожної людини. Одна з десяти заповідей Божих говорить: «Полюби ближнього свого, як самого себе.». Вважається, що найголовніша цінність у стосунках особистості з іншими – це порядність.

Порядним називатимемо життя особистості, за якого воно прямо чи опосередковано є умовою життя інших людей. Відтак на особистість накладається відповідальність за інших людей і за свої вчинки стосовно їх. Ціннісно-значущим для людини видається прагнення жити у стані спокою, не відчуваючи хоч би най-

менших емоційних потрясінь. Однак реальні життєві ситуації, у яких вона постійно перебуває, роблять це прагнення недосяжним. У житті трапляються різні негаразди, мужньо перенести які вона не в змозі. Досконала особистість, орієнтуючись на свій морально-духовний стрижень, у моральному плані може віддати належне недругові та показати акт неповаги до зрадливого співника, але при цьому слід виявити великодушність і не опускатися до його рівня.

На думку М.Бердяєва, В.Вернадського, В.Соловйова, П.Флоренського лише духовна людина живе творчо, реалізує свої можливості до законів Природи і Космосу, цим самим гармонізує свій душевний стан. Так, С. Рубінштейн зазначав: «Серце людини усе зіткане з її людських стосунків з іншими людьми; те, чого вона варта, цілком визначається тим, до яких людських стосунків вона прагне, які стосунки з іншою людиною вона здатна встановлювати.» [9, 262-263 ].

Відомий педагог-гуманіст В.О. Сухомлинський також наголошує на ролі чутливості та чуйності у духовно-моральному становленні особистості. Для цього, на його думку, необхідно, щоб «кожний з малих років був чутливим і уважним до духовного світу іншої людини...», «щоб дитина, віддаючи тепло своєї душі іншим людям, знаходила у цьому особливу радість». [10, 188]. Учені вбачають прямий зв'язок якостей характеру особистості зі станом здоров'я людини. На даний час стає зрозуміло, що не «в здоровому тілі здоровий дух», а навпаки, фізичне здоров'я людини повністю залежить від її духовного і морального здоров'я.

Наступна проблема, яка визначила мету нашого дослідження, – це вживання молодими людьми в мовленні ненормативної лексики та негативний вплив цього явища на їх здоров'я.

В.Жельвіс, В.Леві, І.Кон, Д.Лихачов, Б.Успенський, Л.Широкорадюк розглядають лихослів'я як соціокультурний феномен. Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких розглядається проблема вживання ненормативної лексики, дозволяє нам стверджувати, що саме ця проблема недостатньо розроблена й висвітлена у працях психологів.

Теоретичний аналіз наукових джерел, як вітчизняних, так і закордонних, дозволив встановити зв'язок лихослів'я і проявів жорстокості, агресії у поведінці. Цій проблемі присвячено роботи Н.Алікіна, А.Реан, З.Карпенко, Р.Байярда, Р.Берона, Д.Річардсона, К.Лоренца, З.Фрейда, А.Бандури.

Недостатня увага до поставленої проблеми обумовлена низкою труднощів як наукового, так і соціального характеру, з якими стикаються дослідники, що вивчають причини вживання ненормативної лексики; механізми присвоєння інтеріоризації ненормативних мовних конструктів; функції лихослів'я в комунікативній поведінці особистості.

Наслідки вживання людиною у своїй мові ненормативної лексики можуть виявитися непередбачуваними.

Кожна людина, нажаль, прекрасно знає, що таке матюки, а у науці це народне явище називають ненормативна лексика або бруднослів'я. Саме через ненормативну лексику ми можемо спостерігати деградацію нашого населення. Наприклад, раніше подібні слова могли собі дозволити вживати злочинці, повії, п'яниці і інші подібні до них, то зараз час змінився і люди змінились, але не в кращу сторону. Молоді люди, не має значення чи хлопець чи дівчина, спокійно у спілкуванні між собою вживають ненормативну лексику і це аніскільки їх не бентежить, більше того, деякі навіть дійшли до того, що використовують ненормативну лексику просто для зв'язки звичайних слів.

Ненормативна лексика розповсюдилась практично у всіх сферах життя – дуже часто можна зустріти подібні слова у сучасній літературі, кіно, телебаченні. Подібні вислови дозволяють собі вживати навіть викладачі у вишах. Часто від молодого покоління ми можемо почути, що розмовну мову взагалі неможливо очистити від ненормативної лексики. Розділились погляди сучасних людей. Деякі навіть вважають, що у вживанні ненормативної лексики немає нічого поганого. Навпаки, подібні слова дозволяють позбавитися від накопиченої негативної енергії, тим паче, доволі часто чуємо від однолітків, що вони вживають ненормативну лексику тільки тоді, коли дуже злі. Всім, хто так думає, необхідно знати, що бруднослів'я має пряме відношення до духовного світу п'яниці. Одиниці знають про походження ненормативної лексики, вона прийшла до нас із язичницьких культур і релігій давнього Сходу: поклоніння Ваалу, Астарти, Хамосу – все це ідоли, які пов'язані із розбещенням і аморальністю. У нас бруднослів'я також з'явилося досить давно, ще до християнства деякі племена використовували його у різноманітних магічних обрядах.

Важливо знати, що ненормативна лексика завдає шкоди не лише тим, хто вживає подібні гострі слова, а й тим, хто все це

чує. Тому, намагайтесь уникати компаній, де «розмовляють» подібною мовою. Тут все дуже просто – про що будеш розмовляти і якою мовою, те і до тебе притягнеться. Коли ми вимовляємо імена нечистого, диявола, то до нас і чіпляється ця нечисть, і ця сама нечисть супроводжує людину, яка вживає ненормативну лексику, і чим більше у своїй мові вона вживає таких слів, тим сильніше ця нечисть вкорінюється у її житті. А потім ми бачимо людей, які без матюків і двох слів зв'язати не можуть.

Все, що вимовляє людина – не випадковість, неважливо, свідомо чи несвідомо з її уст злітають слова. Все це є віддзеркалення її душі – все, що в середині людини. Бруднослів'я є тяжким гріхом, оскільки будь-яке подібне слово – це виклик, кинутий Богу. Цей виклик не минеться для неї безслідно, всі, хто вживають ненормативну лексику, мають про це знати.

Необхідно постійно контролювати свої слова і пам'ятати, що все погане, сказане вами в адресу іншої людини, весь негатив посланий на її персону, повернеться до вас. Як написано в Біблії, що все, що ми бажаємо іншим людям, те і отримуємо самі.

Усе вище написано – не пусті слова, основані на християнській вірі. Існує наукове доведення з генетичної точки зору. Таке незвичайне доведення зробив доктор біологічних наук П.П.Гаряев. Повністю всі свої дослідження і відкриття він описав у книзі «Волновой генетический код». У процесі його експериментів було встановлено, що брудні слова (матюки) наносять непоправну шкоду оточуючим. Дія подібних слів на людину рівносильна радіаційному опроміненню в 10-40 тисяч рентгенівських променів – при такому опроміненні рвуться ланцюжки ДНК, розпадаються хромосоми. Таким чином, ненормативна лексика викликає незворотні процеси у людському організмі – мутації, точно такі, як від радіаційного опромінення. Бруднослів'ям можна не тільки зруйнувати своє здоров'я, викликати хронічні захворювання, але і вбити людину. Такий ефект є наслідком не тільки бруднослів'я, а й поганих думок.

На думку В.В. Степанова, людина, яка вживає ненормативну лексику, може усвідомлювати, що приносить шкоду собі і оточуючим, але, іноді, людина не здогадується, що наносить надзвичайну шкоду своєму потомству. Наші гени, ніби «чують» всі наші слова, а також запам'ятовують і записують в генетичному коді. Ненормативна лексика також негативно впливає на генетичний код люди-

ни, котра її вживає, записується в ньому, стає так званим прокляттям для людини і її нащадків (стаття «Мат вызиває мутації»).

Часто ідучи по вулиці, чи в громадських місцях, можна почути як молоді люди в присутності своїх юних супутниць висловлюють свої примітивні думки з допомогою слів, що їх не друкують поважні видання. Що це? Бажання показати себе «просунутим», чи сучасний, швидкоплинний час завадив їм засвоїти відповідний запас слів, щоб висловити свої думки чи емоції?

В 90-х роках мат, в основному, був «привілеєм» людей не надто освічених. Вважалось, що нецензурно висловлюватись некультурно. Якщо хтось і висловлювався, то у вузькому колі «своїх» людей. Після 90-х до еліти суспільства вклинилися ті самі не надто освічені але пробивні особистості. Свою «культуру», як і себе вони просунули у передні ряди, і стали візитною карткою «демократичного» суспільства. І тому, що б хто не говорив, у нашій зовсім недавній історії вживати матірні слова у присутності дівчат чи старших було неприпустимим. Можна було, у ті тоталітарні часи, за це зовсім демократично і по фізіономії отримати, а за їх висловлювання у громадських місцях попасти на 10-15 діб у відповідні виправні установи з метою підвищення особистої культури несвідомих громадян.

У останні роки матюкаються всі: діти і дорослі, хлопчики і дівчатка, артисти і письменники, політики і вчені (хоч сумнівно, що цей термін для них підходить), робітники і селяни. Ніби якась матірня інфекція прийшла на терени нашої держави. Видаються словники, посібники і навіть серйозні наукові праці, де зовсім серйозно роз'яснюється зміст певних виразів, коли і як їх вживати.

Кілька років тому японський вчений Масару Емото зробив вражаюче відкриття. Заморожена вода при розморожуванні утворює кристали, які можна спостерігати під мікроскопом. Причому форма цих кристалів сильно залежала від попередніх умов, в яких вона перебувала. В тому числі і від сказаних над нею слів позитивних чи негативних. Тобто вода може сприймати і зберігати як позитивну, так і негативну біоенергетику людини. Цими ж питаннями займається у Києві наш земляк – директор Інституту людини Михайло Курик. Медицина встановила, що тіло людини на 80 % складається з води і всі біохімічні, біоенергетичні фізіологічні процеси в організмі проходять у водному середовищі. То ж, звичайно, здоров'я людини буде залежати від властивостей цього

середовища. Доведено також, що злі люди живуть на кілька років менше, ніж добрі. Думається, тут впливає позитивна біоенергетика. Російський вчений Геннадій Чуркін 20 років вивчав вплив лайливих слів і довів, що нецензурна лайка дуже негативно впливає на організм людини, і з часом губить все живе. Чи не тому наші чоловіки живуть так мало?

Ставши буденною, нецензурна лайка набула небаченого поширення, мат став зброєю у безкомпромісній, невидимій, жорсткій ідеологічній боротьбі, яка направлена зараз на підміну загальнолюдських моральних принципів примітивними тваринними інстинктами, виродження нації, у зборище аборигенів без роду і племені. Напевно, щоб запобігти вищесказаному, у багатьох країнах блокуються порносайти в Інтернеті, забороняються фільми та комп'ютерні ігри, де присутні насильство, вбивства, наркоманія, збочена мораль.

Чи не тому так зріс статус нецензурщини у сучасному, так званому культурному середовищі нашої держави, де відсутня цензура? Вільно матюкаючись, ти знесилюєш свій народ, свою націю двічі. По-перше, ти знесилюєш себе духовно і тілесно, будучи при цьому частинкою свого народу. По-друге, люди, які тебе оточують, повинні терпіти твоє хамство. Ти принижуєш цих людей, а вони є представниками твого народу. Ти привчаєш їх і себе терпіти приниження.

Культура мови регламентується законом. У чинному законодавстві є стаття, що передбачає карну й адміністративну відповідальність за вживання нецензурних висловів.

У результаті дослідження, ми дійшли висновку, що молодіжне мовлення останнього десятиліття відрізняється особливою різкістю, брутальністю. Ці прояви мовної волі характерні для кризових періодів розвитку суспільства. Вживання інвективи, жаргонів, сленгу стало нормою. Психологи, лінгвісти, культурологи говорять про «емансипацію мата». З ненормативної лексики майже остаточно знято табу, хоча останнім часом спостерігається зворотна тенденція. Ми вважаємо за доцільне привернути увагу громадської думки до проблеми превенції поширення вживання ненормативної лексики серед молоді і спонукати до дискусії з питання введення лінгвістичної цензури. Переконані, що лише в моральних якостях людини ховаються корені її духовності. Дотримання людиною духовних законів Всесвіту – шлях до збереження не тільки фізичного здоров'я, але і життя на Землі.

**Список використаної літератури та джерел:**

1. Бессонова Т.П. Особенности развития ребенка в неблагополучной семье / Т. П. Бессонова // Практична психологія та соціальна робота. – 2002. – №1. – С.39-41.
2. Колесов В.В. Культура речи – культура поведения./ В.В. Колесов. – Л.: Лениздат, 1988. – 271 с.
3. Лингвистический энциклопедический словарь / Под ред. В.Н.Ярцева. – М.: Сов.энциклопедия, 1990. – 685 с.
4. Львов М.Р. Основы теории речи: Уч.пособие для студентов пед. уч.заведений. / М.Р. Львов. – М.: ИЦ Академия, 2002. – 248 с.
5. Нефедов В.И. Искусство воспитания в семье. / В.И. Нефедов. – Минск: Народна освіта, 1971. – 174 с.
6. Нещименко Г.П. Вопросы языкознания / Г.П. Нещименко // Динамика речевого стандарта современной публичной вербальной коммуникации: проблема тенденции развития. – 2001. – №1. – С.98-131.
7. Нещименко Т.П. Язык и культура в истории этноса / Т.П. Нещименко // Язык – культура. Этнос. – М.: Академия, 1994. – 196 с.
8. Ранняя профилактика отклоняющегося поведения учащихся: Пособие для учителя / Под ред. В.А.Татенко, Т.М.Титаренко. – К.: Рад.школа, 1989. – 128 с.
9. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. / С. Л. Рубинштейн. – М., 1957.–С.262–263.
10. Сухомлинський В.О. Павлівська середня школа. Вибрані твори: У 5т. Т 4. / В.О. Сухомлинський. – К.:Рад.школа, 1976. – С.188.
11. Русский язык / Под ред. Л.Ю.Максимова. – М.: Просвещение, 1989. – 287 с.
12. Шанский Н.М. Лексикология современного русского языка. / Н.М. Шанской. – М.: Просвещение, 1964. – 312 с.
13. Широкоградюк Л.А. Психолого-педагогічні причини лихослів'я та особливості його прояву у шкільному середовищі: Дис. ... канд. псих. наук / Л. А. Широкоградюк. – К., 2001. – 177 с.