

УДК 37.015.3

РОЛЬ САМОСОВЕРШЕНСТВА В ДУХОВНОМ РАЗВИТИИ ЧЕЛОВЕКА И ЕГО МЕХАНИЗМЫ

©Романовський О. Г., Михайличенко В. Є.

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Інформація про авторів:

Романовський Олександр Георгійович: ORCID: 0000-0002-0602-9395; romanovskiy_a_khpi@ukr.net ; доктор педагогічних наук, завідувач кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. академіка І. А. Зязюна, академік Української академії політичних наук, член-кореспондент НАПНУ; Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»; вул. Багалія, 21, м. Харків, 61002, Україна.

Михайличенко Валентина Євдокимівна: ORCID:0000-0001-7390-5319; valentina_be@ukr.net; кандидат філософських наук, професор, Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»; вул. Багалія, 21, м. Харків, 61002, Україна

В статье рассмотрено понятие духовности человека и её роль в духовном развитии общества. Человек рассматривается как космопланетарное существо, обладающее энерго-информационными свойствами и подчиняющееся в своем развитии космическим законам. Развитие сознания человека на этом уровне осуществляется на базе самосовершенствования самого человека. Обоснована необходимость изменения мышления с экстравертного на интровертное, направленное внутрь себя. Методологией этого процесса является «работа над собой», что даёт возможность овладеть практикой психического и духовного самосовершенствования, которые тесно связаны между собой. Поэтому надо уделять больше внимания в процессе обучения самосознанию и самопознанию, учить молодых людей создавать образ самого себя реального и идеального и стремиться к достижению последнего путем саморазвития и самосовершенствования. Нужно понять механизмы сознания и направить его на самосовершенствование, используя волю, концентрацию мысли, направленное воображение. Контролируемое воображение способно открыть ум, активизировать чувства и веру человека. Необходимо научиться строить своё воображение, контролировать его и управлять им. Большую роль при этом играет самовнушение. В статье обозначены способы овладения человеком практикой психического самосовершенствования, названы его механизмы. Показана необходимость методов убеждения, ярких примеров воздействия духовной силы на состояние ума, образ жизни, нравственное поведение людей.

Ключевые слова: духовность, духовное развитие, космопланетарное существо, Вселенная, энерго-информационное взаимодействие, психика, сознание, мышление, психическое и духовное самосовершенствование.

Романовський О.Г., Михайличенко В.Є. «Роль самовдосконалення у духовному розвитку людини та його механізми»

У статті розглянуто поняття духовності людини та її роль у духовному розвитку суспільства. Людина розглядається як космопланетарна істота, яка володіє енерго-інформаційними властивостями і підкоряється у своєму розвитку космічним законам. Розвиток свідомості людини на цьому рівні здійснюється на базі самовдосконалення самої людини. Обґрунтована необхідність зміни мислення з екстравертного на інтровертне, спрямованого усередину себе. Методологією цього процесу є «робота над собою», що надає можливість оволодіти практикою психічного й духовного самовдосконалення, які тісно пов'язані між собою. Тому треба приділяти більше уваги у процесі навчання самосвідомості й самопізнанню, навчати молодих людей створювати образ самого себе реального й ідеального і прагнути до досягнення останнього шляхом саморозвитку і самовдосконалення. треба зрозуміти механізми і спрямувати їх на самовдосконалення,

використовуючи волю, концентрацію думки, спрямовану увагу. Контрольована увага здатна відкрити розум, активізувати почуття і віру людини. Необхідно навчитися будувати свою увагу, контролювати її та керувати нею. Велику роль при цьому відіграє самонавіювання. У статті окреслені способи оволодіння людиною практикою психічного самовдосконалення, названі його механізми. Показана необхідність методів переконання, яскравих прикладів впливу духовної сили на стан розуму, спосіб життя, моральну поведінку людей.

Ключові слова: духовність, духовний розвиток, космопланетарна істота, Всесвіт, енерго-інформаційна взаємодія, психіка, свідомість, мислення, психічне й духовне самовдосконалення.

Romanovsky A., Mikhailichenko V. “The role of self-improvement in a person’s spiritual development and its mechanisms”

The article represents the view on the notion of human spirituality and its role in society’s spiritual development. A human is seen as a cosmoplanetary being possessing energy-and-information properties and obeying cosmic laws in his/her development. Evolvement of a person’s consciousness is maintained at this level on the basis of this person’s self-perfection. There is substantiated the need in changing the mode of thinking from the extravert to the introvert, the one directed inside oneself. The methodology of this process is the so-called “work on oneself” which enables mastering practices of psychic and spiritual self-perfection which are closely interconnected. Hence the need to pay more attention in the course of teaching to self-consciousness and self-learning, to teach young people to create their actual and ideal self-image and strive for achieving the latter through self-development and self perfection. One needs understand consciousness mechanisms and direct it at self perfection through employment of will, thought concentration, directed imagination. Controlled imagination can open a person’s mind, activate their feelings and belief. It is necessary to learn to construct one’s imagination, to control it, and to govern it. A great role is played by autosuggestion. The article contains the ways of mastering practices of psychic self-perfection. There are shown the need in using persuasion, bright examples of spiritual power’s influencing people’s state of mind, way of life, and moral behavior.

Key words: spirituality, spiritual development, cosmoplanetary being, the Universe, energy-and-information interaction, psychic, consciousness, thinking, psychic and spiritual self-improvement.

Постановка проблеми. В последние десятилетия ученые всего мира активно занимаются экологией природы, экологией человека как живого организма и проблемой духовного развития. При этом установлено, что пренебрежение вопросами духовной культуры и нравственности в деле воспитания молодежи нанесло колоссальный урон во всех сферах жизни человеческого общества. Только тогда, когда мы осознаем, что в составе модели профессиональных личностных качеств ученика или студента на передний план выходит «нравственность», «духовность» и, как следствие, ответственность, только тогда мы можем надеяться, что в промышленность, науку, в управление всех социальных систем, вплоть до управления государством придут новые люди, не только умеющие, но и желающие обеспечить благосостояние как свое личное, так и общества в целом.

Анализ результатов исследований. Проблема духовности человека практически идентична проблеме экологии его сознания. Об этом говорят философы, социологи, медики, психологи, педагоги. Изучением этих проблем занимаются такие ученые как В.В. Налимов «Спонтанность сознания», А.И.Зеличенко «Психология духовности», С.В.Зенин «Информационный фундамент сознания». В.П.Зинченко, Е.Б.Моргунов «Человек развивающийся», А.Н.Авдонин, Р.Б.Камаев, Д.С.Рыжевская «Экологическое сознание» и др. Эти работы находятся на стыке социологии и космической психологии.

Ученые исходят из того, что человек является организмом космическим, хотя многими людьми привычно воспринимается как биохимический организм. Он развивается в согласии с высшими космическими требованиями, формами жизни и их

содержанием. Поэтому человеку присуще то, чего не имеют другие живые формы на Земле: он имеет многомерные тонкие формы связи – психику и сознание – как высшие формы соединения с космическим началом. Сознание человека является частью общего сознания Вселенной и может влиять как на общее состояние общества в целом, так и на сознание всего человечества. Существуют механизмы воздействия на эти связи человека с Космосом, которые приводят в результате либо к возвышению людей в смысле их развития на пути к высшему сознанию, либо к понижению. Такая связь может не сразу осознаваться самим человеком, но результат будет виден по его духовному росту, освоению культурно-нравственного пространства души, качеству его общения с другими людьми.

Накопление духовных энергий происходит в процессе деятельности индивидов и различных социальных групп людей путем внесения в их деятельность духовно-творческого начала. Их взаимодействие характеризуется состоянием и качеством человеческих отношений. Сегодня имеется известное противостояние со стороны людей, видящих свою цель в достижении благ через поглощение энергий и результатов деятельности других людей и социальных групп. Так сталкивается добро и зло или два начала – созидательное и разрушительное, что резко ухудшает состояние социозэкологического пространства, препятствуя его одухотворению. Оно организуется не только человеком, но и космическими энерго-информационными потоками, которые определяют условия элементарного физического бытия человека, его эмоционально-чувственные проявления, интеллектуальные силы индивида, человеческих сообществ и планетного социума в целом.

Человек относится к миру биоорганизмов, но он одновременно является и представителем духовных миров, так как имеет в составе своей ЭИС психическую и мыслящую составляющую. Мысли человека также, как материальная природа, энергоинформационны, только на более тонком высокоэнергетичном уровне. С точки зрения науки информациологии сознание человека и его память являются формами, состояниями и проявлениями информации, а Вселенная есть аналог большого мозга с бесконечно большим по информационной емкости банком данных, который можно считать ноосферным банком информации живого вещества. Информационный подход к проблеме «психика и мозг», позволяет говорить о постоянной возможности расширения диапазона возможностей саморегуляции, самосовершенствования, творчества человека. Это относится не только к управлению своими психическими процессами, но и к области управления телесными процессами с помощью психосоматической регуляции (о чем свидетельствует опыт йогов, способности и феномены ряда выдающихся личностей).

Для духовного развития личности необходимо рассмотрение человека как существа космопланетарного, обладающего энерго-информационными свойствами и подчиняющегося в своем развитии космическим законам. Такое понимание присуще человечеству с давних времен и присутствует в некоторых религиозных и духовных учениях древних. Теория единства Вселенной и Человека сегодня имеет научное обоснование и стала предметом философии научной духовности, которая представляет собой философию эволюционного уровня сознания человечества земли планетарного уровня. Так, В.П.Зинченко полагает, что духовный человек развивает сознание через самосознание, рефлексивно оценивая мир вокруг себя и космический мир, что помогает ему ориентироваться в обществе и морально-этических нравственностях. Осознание жизни в космическом и нравственном смысле превращает её в подлинное Бытие в высоком смысле этого слова, то есть в Бытие духовное. Именно поэтому так важно, чтобы человек имел духовное устремление [7].

Каждая философская система и каждый глубоко мыслящий исследователь исходят из того, что невозможно изучить человека без изучения Вселенной. Человек – это подобие мира. Он был создан теми же законами, которые создали мир в целом. Познай самого себя – таков был первый принцип и первое требование древних психологических школ. «Познавая и понимая себя, человек будет познавать и понимать весь мир, все законы,

которые творят мир и управляют им. В то же время, изучая мир и законы, которые им управляют, он узнает и поймет законы, которые руководят самим человеком» – писал П.Д. Успенский в своей работе «Психология возможной эволюции человека. Космология возможной эволюции человека» [12, С.88].

Цель мировой религиозной практики – это освоение и овладение вещами не внешнего, а внутреннего мира, своего разума и сознания. Её конечная цель – глубоко познать свою природу, раствориться в ней и через свой непосредственный опыт ощутить, что она божественна. Различные духовные и культурные традиции выражают это по-своему, но суть одна и та же. Христианство учит нас, что «Царствие Божие внутри вас есть». Буддизм говорит: «Посмотри в себя, ты есть Будда». Сиддха-йога заявляет: «Бог обитает в тебе, как ты». А ислам: «Тот, кто знает себя, знает своего Бога». Поэтому познание человеком самого себя, его совершенствование и самосовершенствование в целях духовного развития следует рассматривать как задачу, поставленную перед современным обществом. При этом необходимо знать, что и как нужно делать для её решения на данном этапе его развития.

Цель статьи: изучение роли самосовершенствования в духовном развитии человека, его способов и методов.

Основное содержание. Существует немало трактовок понятия духовности, как конфессиональной, так и светской литературе. Мы в данной работе рассматриваем понятие духовности как состояние сознания, определяющее стремление индивида к высшим морально-нравственным ценностям и степень их использования в практической деятельности. Отсюда следует, что духовность общества зависит от духовности каждого человека, поэтому она является величайшим его достоянием.

Новое воззрение на глобальные проблемы человечества и более тонкую роль во всех процессах самого человека и его разума начало складываться еще в начале XX века. Пьер Тейяр де Шарден в своём знаменитом труде «Феномен человека» развил учение об эволюции природы как становление сознания, когда сам феномен человека и накопление им духовных богатств есть закономерная исходная тенденция в развитии природы, восхождение к новому космическому проявлению. В.И.Вернадским, первым президентом Академии наук Украины (1919г.), было создано фундаментальное учение, суть которого состоит в переходе биосферы в состояние ноосферы, в котором его основные процессы будут определяться человеком, его разумом. По существу, это связывает развитие косной материи и общества и позволяет представить развитие нашей Вселенной как эволюцию единой целостной системы. Этой же точки зрения придерживался К. Э. Циолковский.

Развитие сознания человека на этом уровне осуществляется на базе самосовершенствования самого человека, управляющего сознанием по Высшим Космическим Законам. В связи с этим очень важным для нас становится мир психических энергий или мир мыслей. Экспериментально установлено, что высокий уровень бодрствования мозга обеспечивает большую полноту анализа и синтеза воспринимаемой информации, лучшее использование накопленного опыта, а значит, и формирует более точные ответные реакции. Современные психологи утверждают, что потенциал головного мозга используется на данном этапе развития человеческого общества всего лишь на 1-5%. Отсюда следует, что его возможности не ограничены, и каждый из нас имеет потенциал для совершенствования.

Результаты современных научных исследований в области теоретической физики, которая изучает законы мироздания, меняют многие наши представления о мире, понимание процессов, происходящих в нем, и это должно стать предметом изучения в вузах. В настоящее время многие учебники по философии и психологии, по которым идет процесс обучения молодежи, основаны на материалистическом подходе изучения этих процессов, который исходит из первичности материи, а не сознания. Представления о состоянии сознания зачастую связываются только с функциями головного мозга. Но сознание – это гораздо более тонкая категория и не является продуктом мозга, как до сих пор пишут авторы многих учебниках.

Предметом новой философии является Вселенная и сознание Человека, методом познания – изменение мышления с экстравертного на интровертное, направленное внутрь себя для выработки Разума следующего эволюционного порядка а методологией – так называемая «работа над собой»,. Познание самого себя даёт возможность овладеть практикой психического и духовного самосовершенствования. Так, развивая органы познания или самосовершенствуясь, Человек как существо космическое эволюционирует согласно законам Мироздания.

Организм человека представляет собой процесс определенных психических состояний, которые определяют регуляцию внутренних процессов в организме, поведение и деятельность человека и характеризуют его активность. Психическое состояние представляет собой интегральную характеристику психики человека в данный конкретный момент времени. Оно рассматривается как процесс её приспособительной реакции в ответ на изменения внешних и внутренних условий, направленный на достижение положительного результата и проявляющийся в степени мобилизации возможностей человека. От этого зависит течение всех процессов регуляции организма, а также проявление личностных свойств.

Психическая саморегуляция играет большую роль в самосовершенствовании людей. Каждому человеку свойственны как сознательный так и подсознательный уровни саморегуляции, которые для того чтобы она была успешной должны иметь одну цель. Звеном, связующим сознательное и подсознательное, является воля, которая контролирует тело, психику и действия. Установлено, что саморегуляция психического тонуса человека может осуществляться посредством изменения общего поведения его организма, а также при помощи эмоциональных или же соматических реакций. Эти реакции через обратные нервные связи воздействуют на мозг и тем самым изменяют интенсивность его работы. Таким образом, задача саморегуляции состоит в том, чтобы обеспечить адекватность и экономность поведенческих реакций, то есть высокий уровень эффективности психической деятельности в целом. Понимание смыслов и механизмов психологических методов самосовершенствования повышает их действенность, так как при этом проявляется мощная стимулирующая роль сознания.

Наша окружающая среда приводится в соответствующее состояние посредством тех ментальных моделей мышления, которых мы придерживаемся. Наши мысли проявляются во всех наших поступках, и часто мы не осознаем, каким образом это происходит. Однако помимо нашей воли эти мысли постоянно посылают в окружающий мир сигналы, отражающие наши желания, убеждения и личностные качества. Мир реагирует на эти сигналы, поэтому для изменения реакций необходимо изменять посылаемые сигналы. Одним из действенных средств их формирования и изменения в желаемом направлении являются технологии нейро-лингвистического программирования (НЛП). Они широко используются для формирования желаемого психического состояния человека и его установки на достижение желаемого результата.

Влияние психики на работу биологического организма – это доказанный учёными факт. Главным механизмом, воздействующим на психику, является разум, поэтому основным способом совершенствования человека является его интеллектуализация. Она усиливает влияние аналитического ума на психику, а, значит, и на работу клетки. Через это воздействие включаются механизмы, производящие восстановительные процессы в биологическом организме. Интенсивная интеллектуальная работа мышления задействует так называемые «молчащие нейроны», которые управляют резервами клеток мозга. В результате происходит расширение структурных и функциональных возможностей разума человека. Это стратегия эволюционного развития интеллекта сознания, направленного на психическое самосовершенствование.

Нужно понять механизмы сознания и направить его на самосовершенствование, используя волю, концентрацию мысли, направленное воображение. В области человеческого сознания существует ещё очень много непознанного, и особенно это касается пути, по которому он вступает в контакт с самим собой. Именно там создаётся

представление о самом себе, которое делает нас таким, каков я есть. Нужно приложить усилия, чтобы достичь истинного понимания мира и самого себя. Поэтому надо уделять больше внимания в процессе обучения самосознанию и самопознанию, учить молодых людей создавать образ самого себя реального и идеального и стремиться к достижению последнего путем саморазвития и самосовершенствования.

Для этого, чтобы этот процесс стал успешным, надо научиться проявлять в своём сознании большую веру в исполнение задуманного. Так, используя направленное воображение, мы можем держать перед глазами мысленный образ желаемого. Вначале возникают конкретные образы, а потом возникает ситуация и в конечном счёте силой концентрации мысли ситуация преобразуется в реальность. Контролируемое воображение способно открыть ум, активизировать чувства, а также заставить себя во что-то верить. С помощью воображения возможно представление своего идеального образа, прогнозирование действий для его достижения. Необходимо научиться строить своё воображение, контролировать его и управлять им. Овладение им является одной из важных целей практики психического самосовершенствования [9].

Тысячелетиями создавались различные методы психотренинга. Уже ранние «Упанишады» (VI – III вв. до нашей эры) предлагали рекомендации, связанные с управлением физиологических функций и эмоций человека. Йога, возникшая более четырёх тысячелетий назад, приводит в изумление глубиной их познания. Современные специалисты, внимательно изучая древние системы психической саморегуляции, признают их несомненную эффективность. Эти техники представляют собой технологию трансцендентного, предназначенную для изменения состояний сознания, о которой писал в своё время Войно-Ясенецкий [5]. Мистические традиции всего мира разработали целую систему техник для целенаправленного достижения изменённых состояний сознания.

Современная практика психического самосовершенствования использует различные варианты психотренинга, позволяющие выработать более гибкую модель поведения, психологического состояния. Механизмами овладения практикой психического самосовершенствования являются:

- * Расслабление.
- * Сосредоточение.
- * Управление мыслью.
- * Концентрация мысли.
- * Образное мышление.
- * Направленное воображение.
- * Создание образа здорового объекта.
- * Проявление позитивной энергии.
- * “Стирание” информационных следов болезненных воспоминаний и переживаний.

Освоение метода психической саморегуляции, самосовершенствование путем самовнушения дают быстрые положительные результаты. Эта система лечит нервные расстройства, помогает исцелиться от многих болезней, улучшает самочувствие и настроение, меняет взгляды на жизнь, прибавляет жизненной энергии и духовных сил. С их помощью достигается эмоциональная уравновешенность, культура общения, происходит улучшение моральных качеств. Сосредоточенное и спокойное состояние способно руководить эмоциональной и физической потенцией человека, оно приносит духовное начало в гармонию жизни. Достичь понимания своего душевного и физического состояния возможно только в состоянии внимания. Внимание появляется, когда есть не только желание, но и понимание путей его достижения, т.е. в процессе самопознания, что должно быть неразрывно связано с процессом самосовершенствования, с помощью которого желаемое может стать реальностью.

Работы по личному росту чаще всего относят либо к строго психическому, либо к духовному направлению. Эти два пути личного развития совершенно неоправданно разделены и обособлены в современной литературе. Невозможно полностью перейти к

росту духовному, имея серьезные психологические проблемы. И поэтому важно вначале завершить свой психологический рост, свидетельством которого станет постоянно увеличивающееся количество радости и успехов в нашей жизни до тех пор, пока радость не станет нашим естественным, повседневным состоянием. Психическое самосовершенствование личности необходимо для её духовного развития, определяющего стремление к высшим морально-нравственным ценностям и степень их использования в практической деятельности.

Выводы. Настало время, когда духовное развитие становится главным условием возможности дальнейшей эволюции и даже существования общества и цивилизации. Необходимо овладение современными знаниями для раскрытия резервов психики и головного мозга, понимание того, что сила и направленность мысли, решения и действия человека имеют необратимое воздействие на его судьбу и судьбы окружающих его людей. Нужно использовать новые пути и методы активизации психической деятельности и головного мозга, убеждения, яркие примеры воздействия духовной силы на состояние ума, образ жизни, нравственную линию поведения людей. В связи с этим следует поддерживать творческий поиск передовой интеллигенции в её попытках сделать экологию сознания важнейшей частью духовного возрождения. Нужны руководители нового типа, которые не будут препятствовать духовному росту членов общества. Ответственность перед собой и своей совестью, перед другими людьми – вот та нравственная категория, которая становится определяющей для обеспечения нормальной жизнедеятельности людей и перспективы сохранения и развития человеческой цивилизации в будущем.

Цель образования – развивать умственные способности человека таким образом, чтобы он смог осуществить свои цели в жизни, помочь его духовному развитию. Это позволит человеку раскрыть полный потенциал своего тела, ума, духа, а также использовать свои личные качества, окружение и обстоятельства так, чтобы он смог осуществить максимум для самого себя и других. Однако никакая система образования не сможет обеспечить решение указанных задач без глубоко осознанной самим человеком необходимости, без его установки на их решение и психологической готовности к большим дополнительным усилиям и целеустремленности. Однако масштаб этих задач, их судьбоносное значение для человека и общества стоят любых усилий и затраченной энергии.

Список использованной литературы

1. Аристотель. Сочинения : в 4-х т. / Аристотель. – М. : Мысль, 1983. – Т. 4. – 830 с.
2. Аронсон Э. Социальная психология: Психологические законы поведения человека в социуме / Э. Аронсон, Т. Уилсон, Р. Эйкерт. – СПб. : Прайм-еврознак, 2002. – 560 с.
3. Бех И. Д. Духовні цінності в розвитку особистості / І. Д. Бех // Педагогіка і психологія. – 1997.– № 1. – С. 124-129.
4. Вернадский В. И. О науке. Т. 1. Научное знание, Научное творчество. Научная мысль. // В. И. Вернадский – Дубна : Феникс, 1997.
5. Войно-Ясенецкий В. Ф. О духе, душе, теле / В. Ф. Войно-Ясенецкий. – Сыктывкар, 1993. – 110 с.
6. Дубров А. П. Парапсихология и современное естествознание / А. П. Дубров, В. Н. Пушкин. – М., 1989.– 280 с.
7. Махариши Махеш Йоги. Наука бытия и искусство жития / Махеш Йоги Махариши. – М., 2000.
8. Науменко Г. М. Тайны сознания. Путь к здоровью / Г. М. Науменко. – М., 2002 – 450 с.
9. Тихоплав В. Ю. Физика веры / В. Ю. Тихоплав, Т. С. Тихоплав. – СПб., 2002 – 246 с.
10. Тоненкова М. М. Социально-духовные ценности и экология сознания / М. М. Тоненкова // Социально-гуманитарные знания. – М., 2002. – № 2. – С. 240-259.
11. Успенский П. Д. Психология возможной эволюции человека. Космология возможной эволюции / П. Д. Успенский. – СПб : Весь, 2002 – 183 с.
12. Харитонов С. В. Проявление космического закона в психике человека / С. В. Харитонов. – СПб., 2000 – 53 с.

13. Чижевский А. Л. Космический пульс жизни Земля в объятиях Солнца. Гелиотараксия / А. Л. Чижевский. – М., 1995. – 768 с.
14. Сытин Г. Н. Разум творит тело. Жизнетворящая сила / Г. Н. Сытин. – М., 1997.

References

1. *Aristotel. Sochinenija*, 1983, Mysl, Moskva, vol. 4.
2. Aronson, Je, Uilson, T & Jejkert, R 2002, *Socialnaja psihologija: Psihologicheskie zakony povedenija cheloveka v sociume*, Prajm-evroznak, Sankt-Peterburg.
3. Bekh, ID 1997, `Dukhovni tsinnosti v rozvytku osobystosti`, *Pedahohika i psykhohohiya*, no. 1, pp. 124-129.
4. Vernadskij, VI 1997, *O nauke. Tom 1. Nauchnoe znanie, Nauchnoe tvorchestvo. Nauchnaja mysl*, Feniks, Dubna.
5. Vojno-Jaseneckij, VF 1993, *O duhe, dushe, tele*, Syktyvkar.
6. Dubrov, AP & Pushkin, VN 1989, *Parapsihologija i sovremennoe estestvoznanie*, Moskva.
7. Maharishi, MJ 2000, *Nauka bytija i iskusstvo zhitija*, Moskva.
8. Naumenko, GM 2002, *Tajny soznaniya. Put k zdorovju*, Moskva.
9. Tihoplav, VJu & Tihoplav, TS 2002, *Fizika very*, Sankt-Peter.
10. Tonenkova, MM 2002, `Socialno-duhovnye cennosti i jekologija soznaniya`, *Socialno-gumanitarnye znaniya*, Moskva, no. 2, pp. 240-259.
11. Uspenskij, PD 2002, *Psihologija vozmozhnoj jevoljucii cheloveka. Kosmologija vozmozhnoj jevoljucii*, Ves, Sankt-Peterburg.
12. Haritonov, SV 2000, *Projavlenie kosmicheskogo zakona v psihike cheloveka*, Sankt-Peterburg.
13. Chizhevskij, AL 1995, *Kosmicheskij puls zhizni Zemlja v objatijah Solnca. Geliotaraksija*, Moskva.
14. Sytin, GN 1997, *Razum tvorit telo. Zhiznetvorjashhaja sila*, Moskva.

Стаття надійшла до редакції 01.12.2016р.