

Вознюк О. В. Здоров'я людини – фундаментальний чинник, умова запобігання COVID-19 // Психологія і педагогіка у протидії пандемії COVID-19: Інтернет-посібник / за наук. ред. В.Г. Кременя ; [координатор інтернет-посібника В.В. Рибалка ; колектив авторів]. Київ : ТОВ «Юрка Любченка», 2020. 243 с. – С. 116-123.

**О. В. Вознюк,**  
доктор педагогічних наук, професор кафедри англійської  
мови з методиками викладання у дошкільній та початковій освіті  
Житомирського державного університету імені Івана Франка  
alexvoz@ukr.net

## **ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ – ФУНДАМЕНТАЛЬНИЙ ЧИННИК, УМОВА ЗАПОБІГАННЯ COVID-19**

Здоров'я людини постає однією з основних цінностей її життя. При цьому існує більше сотні визначень здоров'я. Так, П.І.Калью розглянув кілька десятків таких визначень, сформульованих в різний час представниками різних народів і різних наукових дисциплін. При цьому здоров'я може розумітися, як: 1) нормальна функція організму на всіх рівнях його організації; 2) нормальний хід біологічних процесів, що сприяють індивідуальному виживанню і відтворенню; 3) динамічна рівновага (гомеостаз) організму і його функцій з навколишнім середовищем; 4) участь людини у соціальній діяльності та суспільно корисній праці, здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій; 5) відсутність хвороби, хворобливих станів і змін; 6) адаптаційна здатність організму пристосовуватися до постійно змінюваних умов довкілля.

Згідно П. І. Калью, характеристики здоров'я можуть бути зведені до таких концепцій, як **медична** (для визначень, що містять медичні ознаки і характеристики; здоров'я тут розуміється як відсутність хвороб і їх симптомів), **біомедична** (відсутність суб'єктивних відчуттів нездоров'я і органічних порушень), **біосоціальна** (у межах цієї концепції розглядаються в єдності медичні та соціальні ознаки, при цьому пріоритет віддається соціальним ознакам), **ціннісно-соціальна** (здоров'я розглядається як цінність людини) [6].

Аналіз наукової літератури щодо різних аспектів здоров'я дозволяє дійти висновку, що має характер **постулату**: найбільш повно здоров'я людини як психофізіологічна сутність характеризує стан повноти і цілісності людського організму [1; 2].

Цілісність на психофізіологічному рівні передбачає такий стан, при якому всі органи і системи перебувають у функціональній єдності. При цьому цей гармонійний гомеостатичний стан має стійко підтримуватися не тільки в процесі взаємодії організму із зовнішнім середовищем, а й в ході природного росту організму, його еволюційних трансформацій.

Природничо-науковий аналіз феномена цілісності живих і неживих систем дозволяє дійти висновку, що він реалізується як енергія, яка виступає

цілісно-континуальної сутністю, оскільки енергія як міра зміни, руху, виконаної роботи виражає здатність організму (системи) до змін. Саме зміни організму призводять до втрати їм свого дискретного статусу, що забезпечує інтеграцію організму в зовнішнє середовище. Мовою філософської рефлексії цей висновок набуває такого вигляду: для того, щоб двом окремим предметам злитися один з одним і стати єдиним цілим, кожному з них слід змінитися, перестати бути собою.

Серед категорій природознавства енергії як міру руху відповідає поле, яке не має маси спокою і є рухом в чистому вигляді. В цій своїй якості поле виступає функцією цілісності (континуальності) як здатності зв'язувати воедино розрізнені дискретні елементи системи, які постають в єдності в стані польового континууму – поля як цілісної континуальної сутності.

Ця інтегральна функція поля організму реалізується як процес когеренції (узгодження, синергії) полів окремих клітин, органів, систем, що має місце в результаті гармонійної (біоритмічної) взаємодії цих клітин, органів і систем (О.П. Дубров).

Зазначена когеренція передбачає відкритість організму зовнішньому середовищу, яка, говорячи мовою синергетики, розуміється як явище дисипації, що передбачає обмін системи з навколишнім середовищем речовиною, енергією, інформацією.

Таким чином, ***енергія, відкритість і польова когеренція – три атрибута психофізіологічного аспекту здоров'я.***

Втрата здоров'я організму є втрата ним зазначеного вище стану когеренції/цілісності в результаті певних дій на організм з боку зовнішнього (або внутрішнього) середовища, що призводить до неузгодженості природних організменних біоритмів.

У результаті такої неузгодженості деякі поля клітин, органів і систем, задіяні в процесі когеренції, ***"відриваються"*** щодо один від одного і взаємодіють з полями зовнішнього середовища, що генеруються джерелами зовнішнього середовища. Цей відрив і називається втратою (віддачею) організмом енергії, що призводить до зниження життєвого тону – втрати здоров'я, тобто до хвороби.

Таким чином, можна постулювати таке положення: кожна клітина організму, кожен його орган, як і цілісний організм людини, крім речовинного субстрату характеризується і хвильовим його еквівалентом. При цьому речовинний субстрат і його хвильовий еквівалент складають, з одного боку, єдине ціле, а з іншого, можуть отримувати самостійне існування, діалектичним чином взаємодіючи один з одним. Ця подвійність організму людини виявляється у двох лікувальних парадигмах – ***алопатії*** (лікуванні противним, що реалізується на дискретно матеріальному, речовинному рівні організму за принципом негативного зворотного зв'язку) і ***гомеопатії*** (лікуванні подібним, що реалізується на континуально-польовому рівні за принципом позитивного зворотного зв'язку).

Тому всі функції і процеси людського організму, а також і патологічні хворобливі процеси, реалізуються як на матеріальному, так і на польовому

рівнях. На польовому рівні ці процеси знаходять втілення в таких феноменах, як біологічне поле (О.Г. Гурвич, Б.В.Болотов, П.Вейс, Де Бер, Д.Гекслі й ін.), аура – когерентний стан біологічного поля, яка фіксується в тому числі і експериментами подружжя Кірліан (а також К. Г. Короткова, Г.Г.Гаряєва, В.Г.Адаменко, А.Ф. Охатріна й ін.) з газорозрядного фотографування живих об'єктів, що дозволяє зафіксувати їх ауру – енергоінформаційний кокон організму людини.

Відзначимо, що у контексті проблеми здоров'я цілісність людини проявляється також і в тому, що на будь-який негативний подразник зовнішнього середовища організм відповідає єдиною – цілісною – пристосувальною реакцією, що називають **стресом**, який призводить до різних захворювань (Г. Сельє). Стрес постає **цілісним** станом тому, що він супроводжується стійким набором неспецифічних реакцій організму, загальних для всіх без винятку хвороб.

Цей феномен дозволяє припустити, що у витоків захворювань лежить вузький набір причин, або, краще сказати, – покладається **єдиний чинник**, який призводить до ослаблення життєвого тону організму і звужує його "життєвий простір". Надалі має місце порушення нормального режиму функціонування одного з "слабких" ланок цього організму, що і називається хворобою, яка перемагається єдиним же чинником/ресурсом – **імунітетом**, ослаблення якого нині розглядається головним чинником будь-якої хвороби, у тому числі й **COVID-19**.

Стрес, що постає, головним чином, інформаційним феноменом, є психофізіологічним "потрясінням" організму, обумовленим в меншій мірі негативними/стрессорними чинниками зовнішнього середовища і в більшій – психолого-світоглядним негативізмом самої людини. Тобто соматичні (організменні) реакції на той чи інший стимул (подразник) зовнішнього середовища, в силу наявності практично невичерпних ресурсів механізму гомеостазу (що реалізує діалектичну усталеність внутрішнього середовища організму), принципово не можуть вилитися в хвороби (**тут ми не розглядаємо екстремальні умови існування людини**).

Хвороба виникає тоді, коли організм людини не може адекватно реагувати на зовнішні подразники саме в силу власної психолого-світоглядної деструкції, яка формує масу згубних психологічних установок, що генерують, в свою чергу, всілякі хвороби. Як писав А. Маслоу, зараз багато психологів і представники інших спеціальностей доходять висновку, що причина багатьох, якщо не всіх хвороб людини, пов'язана з її психікою, і, в кінцевому підсумку, з її світоглядом.

Процес лікування будь-якої хвороби при цьому виявляється надзвичайно простим. Він полягає в гармонізації духовного світу людини, в упорядкуванні її свідомості, оскільки, як писав ще бл.Августин, "страждання людини є наслідком неупорядкованого розуму". За таких умов хвороба може розумітися як позитивна пристосувальна реакцією організму (С.М.Давіденков, І.В. Давидовський, А.Маслоу, К. Леінг, Р. Хамер і ін.) [3; 4; 12; 13], "важливими спеціальними біологічними програмами природи",

створеними нею для надання індивіду допомоги в період переживання емоційного і психологічного дистресу (Р.Хамер), а негативні психосоціальні якості людини, що входять в загальне поле життєдіяльності організму, постають позитивними ресурсами її організму (гуманістична психологія – А. Маслоу, К. Роджерс).

Стрес на рівні основних психофізіологічних реакцій людини проявляється у вигляді **емоцій**, які виступають інтегральною характеристикою людського організму, про що свідчить **інформаційна теорія емоцій** П. В. Симонова, відповідно до якої емоція є реакція на дефіцит актуальної інформації. Іншими словами, якщо людина відчуває дефіцит інформації щодо тої чи іншої актуальної для неї події, то виникає емоційна (орієнтовна, пошукова, стресова) реакція. Таким чином, П.В.Симонов експериментально показав, що емоція це функція інформації, тобто емоція – реакція організму на брак інформації про ту чи іншу актуальну життєву ситуацію, пов'язану із процесом задоволення людських потреб [7].

Виходячи з інформаційної теорії емоцій, згідно з якою людські емоції є інформаційний феномен, можна стверджувати, що дефіцит інформації про зовнішній світ є виразом ситуативної невизначеності (що породжує у людини стан невпевненості в сьогоdnішньому і завтрашньому дні). А ця невпевненість викликає емоційні реакції, що можуть породжувати фрустрації і стреси – головний бич нашого існування, якщо ці стреси набувають хронічного характеру, коли, як показали дослідження, хронічні стреси призводять до передчасного старіння організму. До цього ж результату призводить і злість/агресія як елемент стресу: вчені США і Великобританії встановили, що злоба і ворожість значно прискорюють процес старіння людського організму.

Експериментально показано, що негативні емоційні реакції, а також пов'язані з ними психофізіологічні стани і поведінкові атитюди (такі, наприклад, як брехня, нещирість, злість, ненависть, заздрість та ін.), є наслідком стресогенної моделі поведінки і світогляду, що підриває здоров'я людини, оскільки знижує енергетичний тонус її організму [18; 16; 17].

При цьому, **стрес як наріжна причина хвороб реалізується не тільки у процесі емоційного реагування на подразники зовнішнього та внутрішнього середовища (що виявляє адаптивний аспект стресу), але й як процес неможливості/нездатності такого реагування (що постає чинником дезаптації)**: як засвідчують експериментальні дослідження, онкохворі люди не мають схильності до зовнішнього прояву роздратування та гніву, – вони, як правило, поступливі, такі, що підкорюються, не впевнені в собі і терплячі. Вони високочутливі до стресу і разом з тим менш здатні до розрядки негативних емоцій [11]. На думку деяких дослідників, цих людей може вивести з рівноваги наявність таких міжособистісних проблем, як заздрість і конкуренція, вони втрачають надію, стають безпорадними, впадають в депресію [14]. Депресія, до речі, теж є канцерогенним чинником: згідно лонгітудному дослідженню, випробуваними в якому виступали 2000

виробничих робітників з Чикаго (США), депресія є детермінантою смерті від раку навіть у випадках наявності таких чинників, як куріння, зловживання алкоголем, вік і прецеденти ракових захворювань в сім'ї [15].

За таких умов, ***психо-енерго-поведінковий чинник людського життя вирішальним чином впливає на здоров'я людини.***

Найбільш повно психо-енерго-поведінкова складова здоров'я була вивчена ***Інститутом кинесіології*** (США), результати досліджень якого наводить у своїй книзі "*Десять заповідей творчої особистості*" П. Вайнцвайг, а також директор цього інституту Д.Даймонт у своєму дослідженні [18; 10].

Експериментальні результати діяльності Інституту кинесіології засвідчують, що якщо людина позитивно ставиться до свого оточення, то вона значно підвищує тонус своєї життєдіяльності; і навпаки, негативне ставлення до навколишнього світу знижує енергетичний тонус людини. При цьому дослідження Інституту кинесіології показали, що щитовидна залоза, крім виконання головної функції імунологічного нагляду, постає основним "розподільником" живлющої, регенеруючої енергії організму. Ця залоза спрямовує й регулює потік електромагнітної енергії у всьому організмі, проводячи миттєву корекцію організм енних процесів, яка необхідна для подолання певних відхилень у його життєдіяльності.

Було показано також, що негативні почуття й думки є джерелом стресу людини й відтоку її енергії. Любов, віра, відвага, подяка, довіра тощо активізують діяльність щитовидної залози й підвищують нашу життєву енергію. Ненависть, заздрість, підозра, страх, а також неприємні асоціації й спогади гальмують діяльність щитовидки й знижують життєвий тонус людського організму. Крім того, усе розмаїття поведінкових аспектів людини виявилось безпосередньо пов'язаним з процесами підвищення та зниження життєвого тонусу людини. Наприклад, стверджувальний кивок підсилює діяльність щитовидки й підвищує життєвий тонус людини, її енергію, а негативний жест – призводить до протилежного ефекту. Так званий жест вираження любові – "жест Мадонни" (розпростерті для обіймів руки) позитивно впливає на людину в стресовій ситуації, навіть якщо цей жест лише уявлюваний (але неодмінно глибоко емоційний). Усмішка також стимулює діяльність щитовидної залози не тільки людини, котра усміхається, але й людей, що сприймають цю емоцію.

Психологи, вивчивши численні психофізіологічні показники організму людини в умовах її соціальної комунікації, дійшли висновку: якщо спілкуються дві людські істоти, життєвий (енергетичний) тонус однієї з яких є вищим, ніж тонус іншої, то "життєва" енергія "перетікає" до цієї іншої істоти, оскільки прилади фіксують, що її життєвий тонус підвищується, а іншої людини – еквівалентним чином знижується. Дещо подібне має місце в електротехніці у вигляді "ефекту захоплення": якщо в одну енергомережу ввімкнути два звукових генератори, що генерують коливання з близькими, але різними частотами, і якщо перший генератор характеризується більшою потужністю, ніж другий, то має місце ефект "захоплення", коли "сильний"

генератор "поведе" за собою "слабкого" та примусить його працювати на своїй частоті.

Відтак, звертаючи увагу на обмін енергії між людьми, Д. Даймонд дійшов висновку, що різні прояви життєвої енергії взаємозалежні. Енергія "сильної" людини послаблюється при особистому контакті зі "слабкою", одночасно при цьому енергія останньої підсилюється. Під час особистого контакту порушення психічної рівноваги може передаватися від однієї людської істоти до іншої: настрої й думки вкрай заразливі.

Отже, позитивний настрій та позитивне ставлення до світу є чинником підвищення життєвого тону людини з усіма соціальними й медико-біологічними наслідками, що з цього випливають [18].

Зазначимо, що негативні психічні стани людини впливають із стресу: стрес як інформаційний феномен, що супроводжується зниженням енергетичного тону організму, реалізується у ситуації інформаційної невизначеності, на яку людина реагує стресогенними станами та моделями поведінки, що реалізуються у негативних психосоціальних реакціях – страху, злості, заздрості, агресії, брехні, нещирості, ненависті та ін.

За таких умов, велика невизначеність щодо подій зовнішнього середовища, як і світу в цілому, породжує, згідно В. Франклу, сенсогенний невроз (стрес), що викликає страждання людини через відсутність життєвого сенсу (який пов'язує речі в одне ціле і зменшує інформаційну невизначеність реальності через феномен емерджентності – системної властивості цілого). А серія малих невизначеностей породжує серію безперервних стресів, на які наш організм емоційним чином реагує віддачею енергії, що "знеструмлює" наше життя, робить його хворобливою юдолю страждань.

І навпаки, позитивні емоційні стани, любов, прощення, оптимізм – сповнюють організм енергією. За таких умов можна говорити про гармонізуючий стан людини – фундаментальний оптимізм, що постає станом повної інформованості людини про світ, відсутність будь-якої невизначеності як в плані інформації, так і досвіду. Саме це дозволяє ставитись до оточуючого світу з повною довірою, щирістю та відкритістю, бути альтруїстом та одночасно усвідомлювати себе як дещо окреме та неповторне, тобто поєднувати дитину та дорослого.

Абсолютна інформаційна обізнаність, яка передбачає повний контроль дійсності, приводить людину до впевненості у своїх силах та відкритості світові (існує психотерапевтичний принцип: людина може контролювати лише те, чого вона не боїться, до чого вона відкрита: див. "метод парадоксальної інтенції" В. Франкла).

Якщо ж людина перекладає цей контроль на Верховну Сутність (Бога, Абсолют), до якої ця людина ставиться з повною довірою як до гаранту справедливості та гармонійності світу і всіх його подій, то вона звільняється від негативних емоцій, страху.

В. Джеймс у книзі *"Розмаїття релігійного досвіду"* (*"The Varieties of Religious Experience"*) наводить приклади того, як зміна світогляду людини,

що відмовилась від страху та занепокоєння – вічних супутників нашого життя – трансформує її поведінку та психофізіологічну сутність.

Наведемо приклад, взятий з книги В. Джеймса, де він передає враження людини, яка досягла високого ступеня контролю над собою у контексті орієнтальних релігійних доктрин. Ця людина сприйняла близько до серця пораду одного духовного вчителя, який сказав: "Ви повинні, перш за все, звільнитися від гніву і душевного сум'яття". – "Але, заперечив я, хіба це досяжно?" – "Так, відповідав він, якщо це досяжно для японців, то це повинно бути досяжним і для вас".

Далі йде розповідь новонаверненого.

"Повернувшись додому, я ні про що не міг думати, окрім цих слів: "звільнитися, звільнитися!" Ймовірно, під час сну ця думка безперервно займала мій дух, тому що я прокинувся з тією ж думкою і з одкровенням нової істини, яка вилилася в такій фразі: "Якщо можливо звільнитися від гніву і дратівливості, навіщо ж залишатися під їх владою?" Я відчув силу цього доводу і погодився з ним. Дитя, що почуло, що воно може стояти на ногах, не стане повзати. І в ту ж хвилину, як я дав собі обіцянку, що ці дві злоякісні виразки – гнів і дріб'язкова заклопотаність – можуть бути знищені в мені, вони зникли. Визнання їх безсилля над нами, знищує їх силу. З цієї миті життя прийняло для мене абсолютно інший вигляд.

І хоча бажання звільнитися від тиранії пристрастей і усвідомлення здійсненності такого бажання увійшли до мого душевного життя, мені потрібно було ще декілька місяців, щоб відчувати себе в безпеці в цьому новому стані. Але оскільки я більше не відчував ні душевний неспокій, ані гнів, навіть у найслабкішому ступені, хоча випадки до цього і представлялися, я міг не боятися вже цих пристрастей і не стежити за собою. Я був здивований тим, наскільки зросла енергія і стійкість мого духу, наскільки я став сильніший у всіх життєвих зіткненнях і як хотілося мені все стверджувати, все любити.

... мені потрібно було проїхати близько п'ятнадцяти тисяч міль залізницею. Мені довелося багато раз стикатися з візниками, носильниками, кондукторами, слугами готелів, зі всіма, хто раніше був для мене постійною причиною досади і гніву; тепер я не міг би дорікнути собі у жодній невічливості щодо них. Світ раптово став добрим у моїх очах. Я став чутливий, якщо можна так висловитися, тільки до променів добра.

Цілу низку прикладів можна було б навести для доказу того, що мій стан духу оновився докорінно, але досить й одного прикладу. У хвилину мого від'їзду, якого я дуже бажав, оскільки подорож викликала у мене великий інтерес, я побачив без найменшого незадоволення, як мій потяг рушив з місця і відправився зі станції без мене, тому що мій багаж запізнився. Швейцар готелю, задихаючись від бігу, з'явився на вокзалі вже в ту хвилину, коли потяг сховався з моїх очей. Коли він побачив мене, у нього було обличчя людини, яка із жахом чекає, що її лаятимуть; і він почав пояснювати, як він не міг продертися крізь натовп на багатолюдній вулиці, де не можна було зробити жодного кроку ні назад, ані вперед. Коли він кінчив, я йому

сказав: "Це нічого не означає, і в цьому немає вашої провини. Будьмо завтра вчасно. Ось вам за праці. І я дуже жалкую, що доставив вам такі проблеми". Радісне здивування, яке зобразилося на його обличчі, було достатньою нагородою за неприємність запізнення. На другий день він відмовився від плати за послугу, і ми розсталися з ним друзями на все життя.

Протягом перших тижнів мого досвіду я був застережливим лише щодо неспокійного стану духу і гніву. Але за цей час я помітив, що й інші пристрасті, які є гнітючими і принижуючими людину, покинули мене. Тоді я став вивчати причинно-наслідкові зв'язки, які існують між ними, поки не переконався, що всі вони зростають з цих двох коренів. І я так довго залишався вільним від них, що міг вже бути впевненим в своєму звільненні. Як не можна добровільно кинутися у багно, так не міг би я відтепер допустити в собі ті приховані і пригноблюючі імпульси, які жили в мені раніше, що були спадщиною довгої низки поколінь

У глибині душі я переконаний, що і чисте християнство, і чистий буддизм, і Духовна Наука (Mental Science) і взагалі всі релігії знають те, що для мене з'явилося одкровенням. Але чомусь жодна з них не говорить про легкість і простоту, з якою здійснюється це оновлення. Іноді я задавав собі питанням, чи не загинуть паростки нового життя від моєї байдужості і ліні? Але досвід доводить противне. Я відчуваю таке сильне бажання робити щонебудь корисне, неначебто повернулося до мене дитинство зі всім запалом, яка вносилося тоді до ігор. Якби знадобилося, я без коливання став би битися. Мій новий стан абсолютно виключає боязкість. Я помітив, що я перестав відчувати страх перед аудиторією.

Коли я був дитиною, блискавка ударила одного разу в дерево, під яким я стояв, унаслідок чого я зазнав сильне нервово потрясіння. Сліди його залишалися у мене аж до того дня, коли я, взагалі, попрощався з душевним неспокоєм. З тієї пори я абсолютно спокійно бачу блискавку і чую грім, який раніше діяв на мене надзвичайно хворобливо. Будь-яка несподіванка також інакше стала діяти на мене, і я не здригаюся вже від кожного раптового враження.

Мені не спадає на думку замислюватися над подальшими результатами мого етичного оновлення. Я переконаний, що довершене здоров'я, про яке згадується в Християнській Науці, впливає саме з цього стану – я помітив, що мій шлунок краще виконує свої функції. Поза сумнівом, що травлення енергійно здійснюється в радісному стані, ніж у пригнобленому. Я не витрачаю часу, який у мене залишився, на обдумування майбутнього життя і майбутнього неба. Небо, яке я ношу в собі, прекрасніше за те, яке я можу створити уявою і яке обіцяє нам релігія. Я готовий прийняти все, що впливає з мого етичного розвитку, куди б це мене не привело, лише б гнів, душевна смута і все, що ними породжується, не мало там місця" [5, с. 151-152].

Результатом докорінної зміни духовно-психічного стану "новонаверненого" було те, що він перетворився на щиру, альтруїстичну та одночасно стійку та цілісну, здорову фізично і психічно сутність, яка світ



сприймає з повною довірою і одночасно здатна діяти як окрема воляова одиниця.

### **Висновки.**

Здоров'я людини виявляється цілісною сутністю, яка охоплює характер і рівень інтегрованості організму в навколишнє середовище. Здоров'я визначається загальною енергетикою організму (рівнем його життєвого тону), що робить організм системним цілим, в якому все пов'язано зі всім. У цьому розумінні здоров'я організму визначається також його цілісністю і взаємною (хвиле-польовою) інтегрованістю всіх його органів і систем, що дозволяє досягати ефекту організмової когеренції.

Здоров'я – це також рівень мінімальної енергетичної самодостатності об'єкту (з кристалографії відомо, що цілісність об'єкту підтримується на рівні мінімальної енергії), при якій він та його органи і системи можуть працювати достатньо стабільно.

У цьому розумінні здоров'я (як фізичне, так і душевне) – це запас адаптаційних (пристувальних) можливостей організму, достатній для того, щоб адаптація до напруги повсякденного існування відбувалася автоматично (без участі свідомості).

Таким чином, здоров'я – є змінна (функціональна) величина, що характеризує здатність організму відновлювати і підтримувати незмінною гомеостатичну рівновагу. За таких умов здоров'я може бути виражене кількісно величиною, зворотною кількості енергії, яку організм змушений буде витратити для відновлення гомеостазу після виведення його з рівноваги.

При цьому гомеостаз же можна розуміти як такий стан внутрішнього середовища організму, який забезпечує оптимальне (з погляду термодинаміки) функціонування організму і, подібно до енерго-хвильових процесів, має ступінчасті (квантові) характеристики.

Хвороба виступає пристосувальною, отже, позитивною реакцією організму, коли потрібна організму хвороба може стимулюватися цим організмом, для чого він може "активізувати" (залучати, використовувати) патогенні мікроорганізми всередині організму і поза нього. Такий підхід до розуміння хвороби дозволяє розглядати людину і світ у гармонійній єдності.

Причина хвороби – зниження життєвого (енергетичного) тону людського організму, що здійснюється завдяки стресам, які постають інформаційною сутністю та впливають із ситуацій інформаційної невизначеності актуальних для людини подій.

Падіння енергетичного тону організму викликається стресами, які мають як зовнішні (погодні умови, інтенсивне фізичне навантаження, неправильне харчування та ін.), так і внутрішні причини. До внутрішніх причин (діалектичним чином пов'язаних із зовнішніми причинами) належить "негармонійний" світогляд і мислення людини, які можуть викликати її "негармонійне", "згублене" ж ставлення до життя, що, у свою чергу, призводить до падіння життєвої енергії: як показали експерименти, падіння життєвої енергії у людини має місце внаслідок її негативного ставлення до себе і навколишнього середовища, що підтверджується вивченням ракових та

інших хвороб: причиною як раку, так і інших хвороб, є тривалі вкорінені негативні стресові стани людини (ненависть, гнів, образа, ревності та ін.). Навпаки, позитивне ставлення людини до життя підвищує енергетичний тонус її організму.

Існує продуктивний механізм повного зниження інформаційної невизначеності середовища існування людини, не пов'язаний з численними механізмами психологічного захисту, – віра в Вищий Розум (Абсолют) як переконаність людини в наявності Бога – творчого гармонійного початку реальності. Це віра в встановлену Абсолютом гармонію і справедливий у причинно-наслідковому аспекті устрій світу, що керується і спрямовується Вищою волею, яка все тримає під контролем, коли "жодна волосина з голови людини" не впаде без волі Бога. Як показуються дослідження, віруючі люди менше хворіють на будь-які хвороби [8; 9]

Підвищує енергію людини і творчість як надситуативний акт зі створення цілісних сенсів, оскільки в цьому випадку сенс як цілісна системна суть виявляє системні властивості, Цілого, не властиві окремим елементами системи (Цілого). Таким чином, творча активність знижує ентропію середовищ та систем, підвищуючи життєвий тонус людини, зміцнюючи її імунітет/здоров'я. Саме це постає головним чинником протидії **COVID-19**.

## Література

1. Вознюк А.В. Интегральная концепция соматического и духовного здоровья личности: монография. Житомир: Изд-во ЖГУ им. И. Франко, 2013. 716 с.
2. Вознюк А.В. Аксиоматика здоровья: монография. Житомир, 2017. 119 с.
3. Давиденков С. Н. Эволюционно-генетические проблемы в неврапатологии. Л.: Изд. Воен. мед. акад., 1947. 382 с.
4. Давыдовский И.В. Приспособительные процессы в патологии / И.В. Давыдовский // Вестник АМН СССР. 1962. № 4. С. 27–37.
5. Джеймс У. Многообразие религиозного опыта. М.: Наука, 1993. 432 с.
6. Калью П.И. Сущностная характеристика понятия "здоровье" и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация / П.И.Калью. М.: ВНИИМИ, 1988. 220 с.
7. Симонов П.В. Междисциплинарная концепция человек / П.В.Симонов. М.: Знание, 1989. 64 с.
8. Argyle Michael. (1987) The psychology of happiness. Methuen & Co. LTD. London & New York. 275 p.
9. Comstock, G. W. and Partridge, K. B. (1972) Church attendance and health. Journal of Chronic Diseases 25: 665-72.
10. Diamond J.M. (1979) Behavioral Kinesiology. How to Activate Your Thymus and Increase Your Life Energy (Hardcover). N. Y.: Harper and Row, 1979. 234 p.
11. Greer, S. and Watson, M. (1985) Towards a psychobiological model of

cancer: psychological considerations. *Social Science and Medicine* 20: 773-7.

12. Laing R. D. (1982) *The Voice of Experience*. N. Y.: Pantheon, 1982. 344 p.

13. Maslow A.H. (1976) *The Farther Reaches of Human Nature* / A.H. Maslow. – N. Y.: Penguin Books, 407 p.

14. Ormont, L. R. (1981) Aggression and cancer in group treatment. In J. G. Goldberg (ed.) *Psychotherapeutic Treatment of Cancer Patients*. New York: Free Press

15. Shekelle, R.B. et al. (1981) Psychological depression and 17-year risk of death from cancer. *Psychosomatic Medicine* 43: 117-25.

16. Voznyuk A. V. (2017) New paradigm of psychotherapy correction (rehabilitation) of the children with special needs. *American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research*, 3 (6).

17. Voznyuk A. V. (2018) Aggression and health: an attempt at conceptual integrating these phenomena. *Technologies of intellect development*, 2 (8(19)).

18. Weinzwieg P. (1988) *The ten commandments of personal power. Creative Strategies for Shared Happiness and Success* / Paul Weinzwieg. – N.Y, Meridian Press, 175 p.