

Відповідно до прогнозів число людей похилого віку в структурі населення і надалі буде зростати, воно збільшиться з 23,3 % у 1999 році до 30 % у 2025 році.

Головним завданням волонтерського руху є розширення можливості для людей пенсійного віку підтримувати здоров'я, зберігати соціальну активність.

Ще в 60-ті роки минулого сторіччя вперше у країнах Європи, а потім і в інших країнах стали створюватися при університетах, центрах здоров'я, громадських організаціях самих пенсіонерів **спеціальні факультети, школи для навчання людей похилого віку**. Вони одержали **назву Університети третього віку (УТВ)**, що пізніше об'єдналися в **Міжнародну Асоціацію УТВ**. При цьому враховувалися дані численних наукових досліджень, що свідчать про те, що люди похилого віку в будь-якому віці і навіть у досить похилому, можуть одержувати і засвоювати нову інформацію. освітні програми в широкому діапазоні знань.

Основною метою роботи УТВ є підвищення загальноосвітнього рівня пенсіонерів, що полегшує їхню інтеграцію в суспільство. Навчання в УТВ сприяє активізації творчих здібностей, інтересів, що безсумнівно, може внести визначений вклад у збагачення духовного життя суспільства. Воно певною мірою покликано компенсувати соціальні зв'язки ветеранів, що скорочуються.

У ряді університетів пенсіонери одержують право прослухати разом зі студентами курс лекцій на ту чи іншу тему. Для пенсіонерів, що бажають вивчати іноземну мову, комп'ютерну грамоту, у багатьох **університетах Західної Європи, США**, створені спеціальні групи. Влаштовуються диспути з актуальних гуманітарних проблем, в роботі яких беруть участь викладачі і студенти навчального закладу.

В Україні УТВ організовуються на базі центрів здоров'я чи територіальних центрів соціального обслуговування пенсіонерів. Їхня **основна мета** – навчання основним принципам **здорового способу життя**.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойченко Т., Колотій Н., Царенко А., Жеребецький Ю., Голі Д., Луцюк Р. Як виростити дитину здоровою: Посібник для батьків учнів молодшого шкільного віку. – К.: Прем'єр-Медія, 2001. – 204 с.
2. Бойченко Т.Є. Школа здоров'я. – К.: Рута, 2000. – 72 с.
3. Булич Е.Г., Муравов І.В. Валеологія. Теоретичні основи валеології.-К.: ІЗМН, 1997.-224 с.
4. Войтенко В.П. Здоров'є здорових. – Введение в санологию.-К.: Здоров'я, 1991.-246 с.
5. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні. Зб. наук-практ. ст. / За заг. ред. В.М.Оржеховської.-К.: Магістр.-S, 1999.-120 с.
6. Грушко В.С. Основи здорового способу життя. Навч. посібн. з курсу "Валеологія". - Тернопіль: СМП "Астон", 1999.-368 с.
7. Медчук І.К. Оборона психічного здоров'я учнів // Рідна школа. - 1995.-№5.-С.28-.
8. Новикова Н.І., Рефцьо Р.П. Основи валеології. Посібник для вчителя. - Львів: ВНТЛ, 1999 - 80 с.

М.І.ОВЧИННИКОВА

СВІТ ДІТЕЙ ІНДІГО

У статті розкриваються особливості світосприйняття та суттєві особливості внутрішнього світу дітей Індіго.

В статтє раскрываются особенности мировоззрения и существенные особенности внутреннего мира детей Индиго.

The features of perception of the world and substantial features of the internal world of children of Indigo open up in the article

Коли час показує нам тлінність усього(стандартів, правил, духовних і матеріальних надбань коли зникає старе... просто забувається, адже пам'ять підвладна часу, а він летить по своєму маршруту у безвість, виникає питання: „А що можемо ми, учасники цього геніального руху пред'явити на заміну минулим цінностям, що вже були визнані та впевнено займають достойну нішу в історії?” Частина людей відповіла б, що розвиток технологій займає чи не перше місце у надбаннях сьогоденних умів. Проте хотілось би заперечити. Уявімо, що на шальках терезів з одного боку є

вищевказані технології, а з другого... А втім, можна впевнено зазначити, що „супер” технології є синтезом людських інтелектуальних ресурсів, звичайно відбірних – це поза сумнівом. Проте, якщо на тарелі уявних терезів помістимо наших дітей? Можливо таке зрівняння звучить некоректно, та буде істинно стверджувати, що наші діти є нашим надбанням – духовним та інтелектуальним. І навіть сама Природа вступає у синтез із нами, її частками, не покладаючи зусиль намагається допомагати виховувати наших чад та одночасно оберігати нас із ними від лиха. Для того, щоб пересвідчитися в істинності слів, можна прослідкувати за матір'ю із немовлям – від них віє теплим солодким спокоєм, рожевими мріями...

Отже, діти – це перше, про кого ми повинні думати, дбати, вивчати. Якщо можете, пригадайте той стан: чистий, інтуїтивний, зрозумілий, упевнений, насичений усіялькими таємничими візерунками та душевними запахами. Так, це світ дитини, котрий не потрібно полишати ні за яких умов, бо він є ІСТИННИМ.

Маємо надію, стаття допоможе пригадати, що найважливішим у людини є душа, і відмінними носіями її є саме діти, котрих система дорослих іще не зачіпає, не заштовхує у темряву, не ставить шори.

Тепер підходимо до найважливішого. На даний час існує категорія людей, що не думає коритись системі, адже вона(система) не лише не досконала, мало того, вона вичерпала себе і є недоречною. Наведемо цитату однієї відомої людини: „У нас є темна сторона, але це нічого не міняє. І не тому, що ми злі, а тому що тупі. Так, у людини є темна сторона. Її називають глупістю.[4]”. Мабуть, істоти, про яких можна сказати такі слова, просто ні фізично, ні морально, ні якимось іще не можуть створити щось досконале, вічне - ось чому ми напелягаємо на думці про вичерпану систему.

Наразі спробуємо зазирнути у світ тих, хто прийшов на землю із ясним блиском в очах та ерцях – у світ Індіго та тих, хто став, за своєю волею чи ні, свідками їх мрій, прагнень, світогляду.

Мудрість Дітей Індіго викликає[спричиняє] щире захоплення. Вони вже знайшли свої відповіді на найглибші питання буття і з[із] готовністю діляться ними із кожним[усякий], хто слухає. І навіть ті Індіго, які не зовсім правильно щось розуміють, все одно демонструють вражаючий інтелектуальний розвиток[глузд]. Дана стаття є продовженням міркувань авторки щодо феномена дітей Індіго.[2]

Хотілося б почати це свято кольору Індіго з висловів дітей про любов[5]:

«Любов — це перше, що відчуваєш, перш ніж почнуться всілякі неприємності».

«Коли хто-небудь тебе любить, він якимось по-особливому твоє ім'я вимовляє. І ти знаєш, що з твоїм ім'ям нічого поганого не зробить».

«Любов — це якщо смієшся, навіть коли втомився».

«Любов — це коли хтось тебе кривдить і ти злишся, але не кричиш на нього, тому що знаєш, що йому буде неприємно».

«Любов — це коли весь час цілуються, а потім, коли втомилися цілуватися, все одно хотять бути поряд один з одним і розмовляти. Це як у моїх мамі і тата.»

«Якщо хочеш навчитися краще любити, потрібно почати з друга, якого ненавидиш»

«Це коли говориш комусь що-небудь погане про себе і боїшся, що тебе вже не бітимуць. А потім дивишся, тому що після цього тебе не тільки не розлюбили, але люблять ще більше».

«Любов — це коли скажеш хлопцю, що у нього красиві шорти, а він їх потім щодня носить».

«Любов — це як дідусь і бабуся, які до цих пір дружать, хоча дуже давно один одного не бачили».

«Я знаю, що старша сестра любить мене, тому що вона віддає мені свій старий одяг, а сама потім йти і купувати новий».

«Коли любиш когось, віі ляскають, а ще з тебе вилітають зірочки».

«Не треба говорити: "Я тебе люблю"; якщо насправді не любиш. Але якщо любиш, потрібно часто говорити, а то люди все забувають».

«Любов — це те, що робиться в кімнаті на Різдво, якщо раптом перестати відкривати подарунки і просто прислухатися».

«Є дві любові: наша любов і Божественна Любов. Але Бог створює обидві ці любові».

І як показує досвід, Індіго – це не тільки здорові, фізично-розвинуті діти. Серед них є діти із проблемами здоров'я, куди без цього. Ось лист, котрий написала мати хлопчика-Індіго, у якого з народження страшна вада здоров'я[5]:

„Сказали, що він буде в нас не таким,

Сказали, що в клітинах зайві хромосоми.
„Мабуть ваш син, жінко, буде німим.
Нам шкода, але в медицини свої закони”.
Як важко змиритися із вироком долі,
Та ж серце нестримно перечило всім –
Воно лиш тремтіло й кричало: „Доволі!
Мій син не такий, він з’явився на радість усім!”

Так гарно було споглядати як він
Сидів й усміхався, комусь шепотів.
Я чую, що десь серед ангелів син
Я чую це серцем, я чую душею...

Проте не одне материнське єство
Це бачило й чуло, собі дивувалось.
Усі, хто колись хоч побачив його,
Мінялись, сміялись й не знали, що сталося.
Тепер усі знають, що це миле дитя
Знаходиться з Богом, знаходиться в ньому...
А мудрості Джона немає краю –
Я знаю: мій син на Землі і в Раю!”

Мати Джона, Джейн Марс

Як можемо пересвідчитися Індіго бувають різними, проте усі вони, мов стихія, змітають усе пережите та відкривають нові обрії і перспективи на цьому цікавому та щасливому відрізку часу – на проміжку життя. Нижче - розповідь матері, що має дитину-Індіго, який стверджує, що він з іншої планети:

„Коли Джессе було чотири або п'ять років, він сказав мені, що був царем на іншій планеті, але там трапився землетрус, він ударився головою об камінь, а душа його потрапила до мене в животик. У ту пору я мало що розуміла в духовних питаннях, але ми з чоловіком давно вирішили, що виховуватимемо дітей неупереджено і дотримуватися в спілкуванні з ними найширших поглядів.

У п'яти-шести річному віці Джессе почав розповідати, що народ планети, де він жив раніше, намагається говорити з ним. Я запитала, чи здатний він їм відповідати, і Джессе стверджувально хитнув голівкою і показав, як це робить: він просто закрив очі, прислухався і передав мені, що почув. Я сприймала його уміння «читати думки» людей, як дитячі мрії, але з тих пір, як Джессе став дорослішим, його сприйнятливість, схоже, посилилася — часом до такого ступеню, що це іноді лякає його самого. Джессе вдавалося читати наші думки, причому досить часто, вже з раннього віку. Мені здається, він мудрий не по роках — коли йому було п'ять або шість років, він вже намагався знайти рішення таких загальносвітових питань, як проблема голоду або житла для безпритульних. Дійшло до того, що ми навіть зверталися до дитячого психотерапевта — хлопчик ріс дуже серйозним, а нам хотілося, щоб його захоплювали і прості дитячі радощі. Він нерідко висловлював, наприклад, такі думки: «Мам, це не страшно, що у нас мало грошей, адже у нас є все золото сонця — і більше нам нічого не потрібно».

Наша друга дитина – донька Маттея у чотирирічному віці запитала, чи відомо мені, чому вона вибрала мамою саме мене. Я відповіла, що не знаю (Джессе тоді було шість, так що я вже звикла до подібних питань і нічому не дивувалася). Маттея сказала: «Я прийшла сюди, щоб навчити тебе, як бути божевільною і радіти». Дійсно правда, хоча у мене є глибока підозра, що вона до цих пір продовжує це навчання!”

Також без уваги не можна залишити розповідь Івонни Цолликофер про свого трирічного Індіго[5]:

„Вчора мій трирічний синочок Віктор бавився у ванні з своїми іграшками, і ми з ним тихенько розмовляли.

- Віктор, ти вже багато розповідав про те, як жив, коли ще не прийшов на Землю. А ти пам'ятаєш, що було перед тим, як ти народився?

Його погляд спрямувався кудись вдаль, і він відповів: Так. Мені запропонували прийти на Землю, щоб допомогти. Я, загалом, не дуже хотів, але все таки трішки хотів, і тому прийшов сюди. Для цього мені довелося робити тунель.

- А там було темно або ясно? Яким він був, цей тунель? — продовжувала я.
- Ой, дуже темно! І тісно.
- А ти знаєш, що буде, коли ти знову звідси підеш?
- Так. У тунелі буде дуже яскраве світло, і я піднімуся вгору”.

Мабуть складно бути матір'ю чи батьком такої дитини, адже вона вимагає від усіх, а особливо від батьків постійної праці над собою, постійної боротьби із власними драконами... Та все ж для того і дані вони – діти Світла, як дар нам, улюбленим дітям Своїм...

Хочемо наголосити[2], що Індіго не є «ідеальними машинами по переробці нетямущих», а дуже ніжні істоти з ранимою душею.

Стаття розрахована на людей, що не сприймають цей чи будь-який інший заклик у бік «чогось надприродного». Адже пора зрозуміти, що надприродне – це те що, уперто заперечує свої зв'язки з Природою. А як відомо, єдине що заперечує ці зв'язки – це ми.:

ЛІТЕРАТУРА

1. Steven Harrison – „The Happy Child”. - «Софія», 2005
2. Збірник наукових статей „Здоровий спосіб життя” вип.12.- Львів-2006,с.-84
3. Зигфрид Войтинас – „Кто они, дети индиго? Вызовы нового времени. Кто они, откуда приходят, чего от нас требуют”. Переклад з нім. Алли Хенкель – „Духовное познание”; 2003 - 176 с.
4. Карлос Кастанеда – „Сила безмолвия, Огонь изнутри” – К.: „Софія”;1995.- 480с.
5. Кэрролл Ли, Тобер Джен – „Дети Индиго-2. Праздник цвета Индиго”; Перекл. з англ. — К.: «Софія»;2003. — 240 с
5. Матеріали інтернет-сайтів.

Ю.М. ПАНИШКО, В.І. КОВЦУН, Р.С. КОЗІЙ ВОДА – ДЖЕРЕЛО ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я (Повідомлення I)

Стаття розглядає роль води в природі, в житті людини, в забезпеченні їх здоров'я

Статья рассматривает роль воды в природе, в жизни человека, в обеспечении его здоровья

The article examines the role of water in nature, in life of man, in providing of his health

*«На початку Бог створив Небо та землю
А земля була пуста та порожня
і темрява була над безоднею
і Дух Божий ширяв над поверхнею води»*

(Буття 1: 1,2

Так починається Біблія. Викликає захоплення мудрість древніх, які геніально «схопили» один з основних моментів створення Всесвіту: взаємодію Духу Божого з водою.

Вся подальша історія життя людства нерозривно пов'язана з водою. Всі великі вогнища цивілізації з'явилися на берегах великих річок світу: Нілу, Тигру та Євфрату, Інду та Гангу, Хуанхе.

На планеті Земля більша частина поверхні (71%) вкрита водою-океанами та морями, площа яких в 2,5 рази перевищує площу поверхні Марсу і майже в 10 разів – площу поверхні Місяця. Воді належить важлива роль в геологічній історії Землі і виникненні життя, в формуванні фізичного та хімічного середовища, клімату на погоду на планеті. Без води неможливе існування живих організмів, вона широко розповсюджена в природі.

Гідросфера – водна оболонка Землі складається з океанів, морів, озер, річок, підземних вод і дорівнює 1,4-1,5 млрд. км³. на долю води суші Землі припадає всього 90 млрд. км³. З них підземні води складають 60 млрд. км³, льодовики-29 млрд. км³, озера – 0,75 млн м³, ґрунтові води – 0,075 млн км³, річки – 0,0012 млн км³. В атмосфері Землі вода знаходиться у вигляді пару, туману, хмар, крапель дощу, кристалів снігу – всього 15000 км³. Приблизно 10% поверхні суші складають льодовики. В земній корі – літосфері міститься від 1,0 до 1,3 млрд. км³. Значна частина води тут знаходиться у зв'язаному стані.

Вода, яка хімічно зв'язана з речовиною, в яку вода входить і не виявляється звичайними методами, називається конституційною. Вода, яка входить в склад кристалічних речовин і яку можна