

(у пробірку D₁ реактив вносять негайно після забору сечі, у пробірки D₂ і D₃ - після 60 хв інкубації при 25°C, залишаючи їх у темному місці ще на 20 хв.)

6. Розчин NaOH, 12%, мл 0,1 0,1 0,1 0,1

Через 5 хв після додавання р-ну NaOH проби колориметрують на фотоелектроколориметрі (світлофільтр синій - 490 нм, кювети із довжиною оптичного шляху - 5 мм).

Для обчислення результатів досліджень використовують таблицю (табл. 1), яка складена на підставі калібрувальної кривої стандартного розчину піривиноградної кислоти.

Таблиця 1

Обчислення вмісту піридоксалевих коферментів та активності ферментів біосинтезу піридоксальфосфату у сечі.

Оптична густина	Соті частки показника різниці оптичної густини									
	0,00	0,01	0,02	0,03	0,04	0,05	0,06	0,07	0,08	0,09
Рівень піридоксалевих коферментів (мкмоль/л) або активність ферментів синтезу піридоксальфосфату (мкмоль (год·л))										
0,0	-	50	100	150	200	250	300	350	400	450
0,1	500	550	600	650	700	750	800	850	900	950
0,2	1000	1050	1100	1150	1200	1250	1300	1350	1400	1450
0,3	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800	1850	1900	1950
0,4	2000									

У здорових людей вміст піридоксалевих коферментів у сечі перебуває в межах 250 - 500 мкмоль/л, активність ферментів біосинтезу піридоксальфосфату становить 300 - 550 мкмоль (год·л).

Приклад діагностики. Оптична густина проби D₁ становить 0,22, проби D₂ - 0,12, проби D₃ - 0,18. Спад інтенсивності оптичної густини (0,22 - 0,12) становить 10, що по табл. 1 відповідає 500 мкмоль/л піридоксалевих коферментів і є верхньою межею норми. Наступне зростання інтенсивності оптичної густини проби D₃ у присутності піридоксину з 0,12 до 0,18 тобто на 0,06 відповідає 300 мкмоль (год·л) активності ферментів біосинтезу піридоксальфосфату, що знаходиться у межах норми.

Відхилення від наведених нормативів може вказувати на порушення обміну вітаміну B₆ в організмі.

Медичні рекомендації стосовно визначення рівня піридоксалевих коферментів та активності ферментів біосинтезу піридоксальфосфату (піридоксалькінази піридоксолфосфат-оксидази) доцільно широко впровадити у медичну практику.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мітохондріальний діабет. Піривиноградний діабет. Цукровий діабет /За ред. проф. Я.І.Томашевського. -Львів: НТШ, 2003. -168 с.
2. Подорожний П.Г., Томашевский Я.И. Клиническая витаминология. – Київ: Здоров'я. – 1977. – 144 с.
3. Крю Ж. Биохимия. Медицинские и биологические аспекты / Пер. с франц. - М.: Медицина. - 1979. - 510 с.
4. Ленинджер А. Биохимия / Пер. с англ. - М.: Мир, 1976. - 557 с.
5. Рубин В.И., Ларский Е.Г., Орлова Л.С. Биохимические методы исследования в клинике. / Изд. саратовского университета, 1980. - 321 с.
6. Островский Ю. М. Тиамин // Экспериментальная витаминология /Под ред. Ю. М. Островского. - Минск: Наука и техника, 1979. - 552 с.

Т.Г.ТЮРИНА

СУЧАСНІ КОНЦЕПЦІЇ ЕВОЛЮЦІЙНОГО СХОДЖЕННЯ ЛЮДИНИ

У статті розглядаються сучасні концепції еволюційного сходження людини: його ступені, етапи становлення та їх сутнісні ознаки.

В статье рассматриваются современные концепции эволюционного восхождения человека: ступени, этапы становления и их характерные признаки.

Modern conceptions of human's evolution such as: steps, stages of formation and their characteristic indications are considered in the article.

Згідно думки сучасних вчених, сутність людини у русі, еволюції, самовихованні, постійному духовному перетворенні та самоутворенні. Таке розуміння природи людини дає можливість трактувати людський розвиток як нескінчений процес еволюції людської особи у безмежність (як у горизонтальному, так і вертикальному напрямках).

Сучасні філософія, психологія, педагогіка схильні бачити в особистості не даність, а пошук, не щось утворене, а утворююче, активне саморозвиваюче начало, яке використовує у процесі самоутворення усі духовні надбання, накопичені протягом усього розвитку людства.

Дослідники трактують людський розвиток як адосконалення, покращення, ускладнення структури, підвищення рівня її організації, тобто як прогресивну еволюцію.

Як свідчить аналіз літератури з проблеми дослідження, у своїй еволюції людина проходить певні стадії, етапи розвитку, становлення і зростання: від особи егоцентричного рівня, яка враховує лише власну точку зору до людини високоморальної, для якої є протаманним космоцентризм: прагнення до соціальної гармонії, повага прав людини і народів і далі – до людини високодуховної – для якої є характерним космоцентризм: відчуття єдності з Космосом, прагнення жити і творити за Вищими Духовними Законами.

Різні стадії розвитку людини можна вважати етапами поступового розвитку, з яких кожна є продуктом минулого і в свою чергу відіграє певну роль у формуванні майбутнього.

На думку сучасних дослідників, в самій людині закладена потенційна можливість змін, переходу на наступний рівень організації матерії, аж до рівня Божественного, тобто суто духовного.

Як вже зазначалося раніше, вершиною еволюційного сходження людини є досягнення нею рівня (ступеня) особи високодуховної.

Сучасні науковці [2;4] трактують високодуховну особу як людину, яка усвідомлює сенс свого життя, місце у Всесвіті, розуміє власну єдиноприродність зі Світом, свою приналежність до Світу як безмежного Цілого. Високодуховна людина визначається у своїх стосунках з Творцем і Вічністю, основну увагу приділяє вищим духовним потребам, прагне до досконалості в усіх сферах буття, до гармонізації свого життя, досягає відчуття єдності з Космосом шляхом розширення індивідуальної свідомості і ототожненню її з Вищою Сутністю.

У даній статті ми ставимо за мету ознайомити читачів з сучасними концепціями еволюційного сходження людини. Проблемі еволюції та духовного становлення людини приділялася особлива увага як у духовно-релігійних (буддизмі, іудаїзмі, християнстві, ісламі), так і духовно-езотеричних філософських (стародавніх і сучасних) вченнях землян, де розкривається сутність, шляхи та етапи духовного становлення людини [5]. В них говориться про зв'язок людини з Всесвітом, її призначення на Землі як космічної істоти, розкриваються проблеми сенсу життя і безперервності існування, шляхи духовного самовдосконалення людини у її прагненні досягти стану високої духовності.

У даній статті ми б хотіли проаналізувати духовно-містичні вчення мислителя Є. Березікова та А. Подводного [1;3], у яких розкривається сутність людської природи, призначення людини як космічної істоти, шляхи та етапи її духовної еволюції та космологічної свідомості.

Цікавим, на нашу думку, є трактування етапів духовного розвитку людини, яке подається Є. Березіковим¹. Він вважає, що людина проходить кілька стадій розвитку, кожен раз піднімаючись на новий ступінь, що є необхідною умовою для поступового духовного зростання людської істоти. У його вченні мова йде про людину, яка ставить перед собою мету не тільки пізнати себе, оточуючий світ, а й прагне зрозуміти таємниці невідомого.

Згідно з Є. Березіковим, людина у процесі духовного становлення проходить п'ять етапів розвитку.

Важливу роль на першому ступені духовної еволюції людини відіграє пізнання, тому перший ступінь і називається – людина, яка шукає. Людина на цьому етапі повинна визначити і розуміти межу між добром та злом і чітко визначити свою позицію. Добро повинно стати стержнем, основою людини, яка шукає Істину. Тільки в цьому випадку, стверджує Березіков, особистість матиме перспективу переходу на вищий ступінь. Він пише, що для кожної людини на цьому етапі символом стає зелений колір, а знаком – земля. Для першого етапу характерні озвучення повітрям, водою або бурею чи іншою природною стихією. Цей ступінь проходять мільярди людей, але не всі переходять на наступний, другий етап.

На другому ступені, за словами автора, людина стає істотою, яка активно сприймає імпульси Космосу, рослинного та тваринного світів, а також імпульси, які надходять від інших людей. Людина стає

¹ Березіков Є. – сучасний російський мислитель, художник і письменник.

такою, що все пізнає, вона підключається до інших систем, вона прагне пізнати оточуючий світ, її символом стає жовтий колір, а знаками – повітря і вода.

На другий ступінь, згідно з Є. Березіковим, освячені сотні мільйонів людей, які свідомо шукають шляхи спілкування з непізнаним. Автор підкреслює, що якщо людина починає зловживати знаннями у своїх корисливих цілях, розвиток здібностей може загальмуватись, а інколи зникає все, що було напрацьовано під час спілкування з непізнаним. Але якщо людина продовжує пошук, і пошук проходить крізь її душу, реалізуючись у добрих безкорисливих справах, у такому випадку непізнане повністю розкривається, ніби саме йде назустріч людині.

При переході з другого на третій ступінь відбувається випробування вогнем: в людині згорає все погане, дурне, непотрібне, а залишається і загартовується, проходить випробування на стійкість усе те, що поведе людину та її дух до вершини пізнання.

За словами автора, на третій ступінь переходять сотні тисяч людей. Після третього ступеня людину очікує ще багато випробувань, перешкод на шляху до пізнання Всесвіту, Істини. Це нелегкий шлях, підкреслює Є. Березіков, і людина долає його з великими труднощами: і фізично, і морально, і духовно вона відчуває великі переважання. На третьому ступені людина прагне пізнати космічні далі, різноманітні прояви своєї душі. Людина стає такою, що все відчуває. Перед нею відкриваються земні і космічні видіння, вона підключається до космічних каналів бачення, знає про існування паралельних світів. Характерним для третього ступеня стає червоний колір – колір боротьби, активного впливу на оточуючий світ. Автор наголошує, що цей колір несе в собі і велику небезпеку – боротьба може стати самоціллю.

Третього ступеня досягає багато вчених, поетів, письменників, композиторів, священників, лікарів, а також державних діячів.

Четвертого ступеня досягають лише тисячі людей, тому що більшість з тих сотень тисяч, які дійшли до третього ступеня, не витримують випробувань, через які їм довелося пройти.

При переході з третього на четвертий ступінь людина випробовується холодом (близькістю смерті). Символічним кольором стає чорний, що означає перехід через чорний коридор випробувань.

На четвертому ступені людина стає просвітленою тобто такою, що все розуміє. Вона вже може аналізувати те, що відбувається в ній самій і навколо неї, все це вона може зрозуміти і вписати у закономірності Космосу. Людина цього рівня починає усвідомлювати Безмежність.

Є. Березіков пише, що четвертий ступінь є останнім ступенем для всіх, хто, живучи на Землі, має здатність вирушати у Космос, виходячи у паралельні світи.

Людина, яка знаходиться на четвертому ступені, лише у тому випадку розвиватиметься і йтиме вперед, якщо все, що вона робить на людях, та все, що вона робить наодинці, відповідає законам Всесвітньої Субстанції і сприяє сходженню людини до вершин моральної досконалості.

На п'ятий ступінь переходять лише декілька сот людей. Вони підійшли до цієї межі завдяки своїй наполегливості і витриманим випробуванням. Людину, яка перебуває на п'ятому ступені, можна охарактеризувати як просвітлену і таку, яка все бачить, вільно виходить у Космос і відвідує паралельні світи. Колір – білий, символ – небо.

Інший сучасний мислитель А. Подводний² пропонує досить своєрідний підхід до розуміння і трактування етапів морально-духовної еволюції людини. Вчення цього автора є співзвучним із вченнями Східної езотеричної філософії про чакри. А. Подводний вважає, що еволюція людини – це поступове розкриття її чакр, і відповідний перехід з одного етапу розвитку на інший.

В окултній науці виділяють сім головних чакр, які поділяються на три нижчих (муладхара, свадхістана, маніпура) і чотири вищих (анахата, вішудха, аджна, сахасрара).

Людина рівня муладхари. Перша чакра (нижча) – це чакра життя і смерті. Вона має червоний колір, знаходиться у районі копчика і відповідає за нижчі почуття – пристрасті: секс, страх, лютя. Людина рівня муладхари – це людина, яка виживає, основний фон якої – боротьба за існування. Оточуюче середовище настільки для неї вороже, що становить постійне джерело загрози для її життя. Це дикун, первісна людина, раб, солдат, першопроходець, засуджений. Муладхара – це чакра, яка на сьогодні, на жаль, характеризує життя багатьох людей на планеті, основне заняття яких – боротьба за виживання у тяжких умовах.

Людина рівня свадхістани. Свадхістана, чи статева чакра (нижча), має оранжевий колір і відповідає за такі почуття, як гнів, ревності, образа, заздрість. Це чакра розквіту і продовження роду. Людина рівня свадхістани – це людина, для якої на першому плані – ситість, добробут, радість життя.

² Подводний А. – сучасний російський філософ, займається проблемами езотеричної філософії і психології, автор книг з астрології.

Людина рівня маніпури. Маніпура, пупочна чакра (нижча) – жовтого кольору, відповідає за такі пристрасті, як пиха, прагнення до влади, збагачення, це опора нашого “Его”. Це чакра нижчої волі, яка має пафос керування як собою, так і зовнішнім світом. Людина маніпури – це вольова людина, людина, чий волі важко чинити опір. Це люди, які своєю волею здійснюють тиск на інших. Це чакра спортсменів, чиновників, твердих релігійних проповідників. Люди маніпури тверді й холодні, це люди, які дуже прагнуть до влади. На рівні маніпури людина вчиться керувати собою та іншими, вона структурує зовнішній і внутрішній світ. В аспекті внутрішнього життя маніпура знаменує собою важливий етап у житті людини: структуризацію, тобто появу, виокремлення внутрішнього світу і сприйняття його як керованого волею і свідомістю людини. На цьому рівні вперше з’являється відчуття особистої мети, яку людина ставить перед собою і якої прагне досягти. Людина на цьому рівні ще не може по-справжньому любити ні себе, ні інших, але вона відмінно все розкладе “по полицях”, після цього організовує в систему, якою намагається керувати.

Людина рівня анахати. Четверта чакра анахата (вища) знаходиться на рівні серця, має зелений колір. Її ще називають серцевою чакрою. Анахата – це пафос високої любові, просвітленої чистоти. Це рівень просвітлення системи, у якій можна відчутти Божий задум і сенс. Анахата відповідає за світ любові, прихильності, співчуття, вона несе відчуття щастя. На цьому рівні людина відчуває Божу присутність, яка може бути пережита людиною як висока любов до світу і до іншої людини. Перехід від маніпури до анахати дуже складний. З ним пов’язана перехідна епохею, якісна перебудова свідомості людини. Складність полягає в тому, що доводиться переходити від активної до пасивної системи світосприйняття, “чекати біля моря погоди”, пристосовуватись до обставин, а не намагатись керувати ними. Тому перехід від рівня маніпури до рівня анахати для людини – тяжка криза, у якій вона втрачає все, що для неї було цінним і важливим. І лише дійшовши до кінця горя і відчаю, відкриває, що придбала щось більш важливе і суттєве – Божественне світло, яке сяєє все її життя.

Анахата у порівнянні з маніпурою – це перехід на вищий, духовний рівень розвитку і світосприйняття. Людина рівня анахати вже усвідомлює, що на все необхідне Боже благословення. Любов до світу, людей є істинним сенсом усіх дій і вчинків людини цього ступеня розвитку. Біля цих людей легко дихається, тому що мета і засоби для людини-анакати – це головне, вона живе у взаємній любові зі світом, намагається з ним співпрацювати і звисється у відповідну реальність. Говорячи звичайною мовою, людина анахати – це незмінно доброзичлива людина, яка сприймає світ навколо себе апріорно доброзичливо.

Людина вішудхі. Вішудха – людина, яка досягла досконалості в усьому, майстер. Це горлова чакра, вища, має пафос досконалої форми, інакше кажучи, Бога, провідного на Землі. Вішудха має блакитний колір. Це чакра людей мистецтва із сильним релігійним знанням – іконописців, творців і виконавців духовної музики. Людина вішудхі – це людина, яка досягає вищої досконалості в усьому, чим би вона не займалась.

Людина рівня аджни. Аджна – людина мудра, різнобічна. Це – вища чакра, яка міститься в області третього ока, над переніссям, має пафос мудрості чи вищої волі людини, синього кольору. Людина рівня аджни бачить, відчуває різні проявлення Бога на Землі і велику кількість шляхів Богопізнання окремих людей і цілих народів. Аджна – рівень істинних поетів, великих письменників. Це такий рівень людини, коли вона постійно відчуває тонку внутрішню підказку згори: як поводитись, що треба робити в кожній ситуації, а також усі наслідки можливих вчинків у всіх реальностях.

Людина рівня сахасрари. Сахасрара, вища чакра, пов’язана з великою кількістю світів, дедалі більш висхідних і світлих, колір – фіолетовий. Її ще називають дірою Брахми. Такі верзи як “Життя в Бозі”, “Пристанище Боже” мають на увазі переважно відкриту сахасрару. У людини рівня сахасрари з’являється відчуття, що весь світ – це Бог, вона відчуває себе щасливою й улюбленим слугою Господа. Сахасрара – це людина Божа. На цьому рівні досягається головна мета – людина зливається зі Всесвітом і через неї транслюються вібрації Абсолюту. Людина рівня Сахасрари дуже тонка, тому що вона співзвучна зі всіма вібраціями простору, Всесвіту.

Отже, як свідчить аналіз літератури з проблеми дослідження, на шляху земної еволюції людини поступово, з часом змінюється, трансформується, розширюється її свідомість до рівня космічної, для неї стають характерними відчуття єдності з людьми, Землею, Космосом, відповідальності за Світ і себе у Світі, усвідомлене прагнення до Вищих, Духовних, Універсальних вартостей.

В еволюційному русі перебуває увесь Всесвіт, уся світобудова: у постійному процесі сходження від недосконалого, низького рівня розвитку до вищого, досконалішого ступеня за ступенем проходить усе суще, зокрема людина і людське суспільство повинні еволюційно прямувати до вищої гармонії та досконалості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Березиков Е. Е. Этюды о неопознанном.- М.,, 1991. – 107с.
2. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе. Учеб. пособ. для вузов.- М: Школьная пресса. 2000. – 416с.
3. Киричук О. В., Карпенко З. С. Рівні суб'єктності та індикатори духовності людини // Педагогіка і психологія. – 1994.- №4- 5. – С. 3 – 12.
4. Подводный А. Возвращенный оккультизм, или Повесть о тонкой семерке. В 2 т. Т. 2. – Воронеж, 1993. – 222с.
5. Тюріна т. Духовна педагогіка: витоки, сутність і перспективи розвитку. – Львів: СПОЛОМ, 2005 – 276с.

Н.О. ХОЛОДОВА

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЧЕРЕЗ СИТУАЦІЙНЕ НАВЧАННЯ НА УРОКАХ ТА В ПОЗАУРОЧНИЙ ЧАС

У статті розглянуті питання формування здорового способу життя через ситуаційне навчання на уроках та в позаурочний час.

В статье рассмотрены вопросы формирования здорового образа жизни через ситуационное обучение на уроках и во внеклассное время.

The article deals with the issue of forming of healthy way of life through situational teaching on the lessons and during extra curriculum activities.

Перехід до 12-річної середньої школи об'єктивно вимагає переведення освітнього процесу на технологічний рівень, активізацію пошуку та застосування перспективних інноваційних педагогічних технологій, спрямованих на розвиток і саморозвиток особистості, плекання людини як творця і проектувальника свого життя [4].

Навчання і виховання – це спеціально організований процес, пов'язаний з формуванням та розвитком творчого мислення, з використанням різних методів. Як категорія історична, методи навчання трансформуються відповідно до змінюваних цілей і змісту освіти. Компетентнісний підхід у сучасній шкільній освіті, зробив актуальним звернення і учителів, і вчених-педагогів до проблем застосування активних та інтерактивних методів навчання [7].

Інтерактивне навчання засновано на прямій взаємодії учнів з навчальним середовищем, яке виступає як дійсність, де учасники навчально-виховного процесу знаходять для себе місце засвоєння досвіду. Коли розглядати інтерактивне навчання глибше, то мова йде не просто про підключення емпіричних спостережень, життєвих вражень школярів в якості допоміжного матеріалу, ілюстративного доповнення [3].

Історичне коріння активних методів навчання треба шукати в теорії й практиці вітчизняної школи на початку ХХ століття, коли словесним пасивним методам навчання протиставлялися активні: активно-трудова, дослідницька, практична, лабораторна, евристична, проектувальна та інші. Про них писали в дидактиці (П. Блонський, Є. Голант, Б. Ігнат'єв, В. Марков, І. Резник, С. Швацький), у методиці навчання (В. Арнаутов, А. Гейніке, Б. Жаворонков, В. Петрович, В. Стратен, Р. Черановський, Ф. Черняхівський та інші). Термін “інтерактивна педагогіка” ввів Г. Фріц. Інтерактивність у навчанні пояснюється як здатність до взаємодії, перебування в режимі бесіди, діалогу, дії [7].

Організація інтерактивного навчання передбачає моделювання життєвих ситуацій, використання рольових ігор, спільне вирішення проблем на основі аналізу відповідної навчальної ситуації [6].

Гра є формою інтерактивного навчання, яка підтримує та розвиває мотивуючий компонент, а знання забезпечують успіх учнів у реальному для них пізнавальному процесі. Навчальні імітаційні ігри-тренінги стимулюють формування в школярів практичних навичок, розвивають уявлення та інтуїцію. Суть системи методики організації ігрової діяльності учнів складають різні методи у взаємозв'язку з проблемними, логічними ігровими ситуаціями [2].

Ситуаційне навчання можна використовувати для вивчення нового матеріалу, для закріплення, повторення вивченого, для оцінки рівня знань, умінь, навичок особливо на уроках основ безпеки життєдіяльності, основ здоров'я, основ медико-санітарної підготовки, біології, у позакласній роботі.

Більшість уроків цих предметів передбачає не тільки засвоєння теоретичних знань, але також формує певні уміння та навички поведінки школярів у надзвичайних ситуаціях природного, соціального, техногенного характеру. Практичні навички допомагають учням перебороти стрес при