

**УДК 615**

**Брындин Евгений Григорьевич**

директор НКО Новосибирский исследовательский центр  
«ЕСТЕСТВОИНФОРМАТИКА»,  
Технологическая платформа «МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО»  
[bryndin15@yandex.ru](mailto:bryndin15@yandex.ru)

**Брындина Ирина Евгеньевна**

врач-уролог,  
Медицинский центр «Авиценна»  
[iriska26@ngs.ru](mailto:iriska26@ngs.ru)

**Evgeny G. Bryndin**

director of NPO Novosibirsk research center  
«ESTESTVOINFORMATIKA»  
Technological platform «FUTURE MEDICINE»  
[bryndin15@yandex.ru](mailto:bryndin15@yandex.ru)

**Irina E. Bryndina**

Doctor-urologist  
Medical center «Avicenna»  
[iriska26@ngs.ru](mailto:iriska26@ngs.ru)

## **Естественная технология качественного перехода к здоровой жизнедеятельности**

### **Natural technology of high quality transition to healthy activity**

***Аннотация.** В статье рассматривается естественная технология качественного перехода к здоровому образу жизни для поддержания физического и психического здоровья личности. Технология направлена на приобретение полезных привычек поддержания здоровья. Переход на здоровую жизнь осуществляется в три этапа. На первом этапе человек вырабатывает оздоровительные способности освоением полезных действий по приобретению и сохранению здорового состояния на анатомическом, физиологическом, энергетическом и духовном уровне. На втором этапе, полезные действия превращают в полезные привычки эмоциональным закреплением в течение месяца в различных домашних, социальных и природных условиях. На третьем этапе осуществляется переход к здоровой жизни на основе накапливаемого опыта совершенствования приобретенных полезных привычек в различных сезонных условиях (весной, летом, осенью и зимой). Естественная технология качественного перехода к здоровой жизнедеятельности это новое направление в здравоохранении на основе здорового образа жизни. Всемирная Организация Здравоохранения считает, что здоровье человека больше всего зависит от образа жизни. Здоровый*

*образ жизни помогает человеку и обществу быть здоровыми. Естественная технология качественного перехода к здоровой жизни касается всего человечества. Ее реализацию в мировом масштабе целесообразно осуществить в рамках Международного Мега проекта.*

**Ключевые слова:** *естественная технология, качественный переход, оздоровительная способность, полезные привычки, здоровая жизнедеятельность.*

**Abstract.** *The World Health Organization considers that health of the person most of all depends on a way of life. The healthy lifestyle helps the person and society to be healthy. In article the natural technology of high-quality transition to a healthy lifestyle for maintaining of physical and mental health is considered. The technology is directed to acquisition of the useful habits of maintaining of health. Transition to healthy life is carried out in three stages. At the first stage of people develops improving abilities development of the useful effects on acquisition and preservation of a healthy state on anatomic, physiological, energy and spiritual level. At the second stage, the useful effects turn into the useful habits emotional fixing within a month in various house, social and an environment. At the third stage transition to healthy life on the basis of the accumulated experience of perfecting of the acquired useful habits in various seasonal conditions is carried out (in the spring, in the summer, in the fall and in the winter). Natural technology of high-quality transition to a healthy lifestyle this recent trend in health care.*

*The natural technology of high-quality transition to healthy life concerns all mankind. It is on a global scale expedient to enable its realization within International MEGA of the project.*

**Keywords:** *natural technology, high-quality transition, improving ability, the useful habits, healthy activity.*

### **Введение.**

Охрана здоровья человека (здравоохранение) — одна из функций государства. В мировом масштабе охраной здоровья человечества занимается Всемирная организация здравоохранения. Гигиеническое воспитание и обучение населения, как одно из обязательных санитарно-профилактических мероприятий, продолжает оставаться основной задачей здравоохранения. Главной целью здравоохранения должно становиться формирование у населения здорового образа жизни, способствующего сохранению здоровья.

Авторы различных дефиниций здоровья использовали множество критериев, характеризующих, с их точки зрения, сущность здоровья. Это и «благополучие» (ВОЗ, 1947, 1998), и «оптимальное функционирование организма» (Г.И. Царегородцев, 1973), «полнокровное существование человека» (И.Н. Смирнов, 1985), «равновесие между индивидом и окружающей средой» (Weber, 1982), и мн. др. По П.И. Калью (1988), наиболее часто встречаются шесть признаков, лежащих в основе дефиниций здоровья:

1. Отсутствие болезни – наиболее распространённая точка зрения (БСЭ, БМЭ, Butterworths medical dictionary, 1978).

2. «Нормальная» функция организма на всех уровнях его организации, «нормальное» течение типичных физиологических и биохимических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и воспроизводству. «Нормальность» при этом имеет статистический характер.

3. Способность к выполнению основных социальных функций.

4. Благополучие (wellnes, англ.) – физическое, душевное, социальное (ВОЗ).

5. «Динамическое равновесие» организма, его функций и факторов окружающей среды (Weber; 1982; Noack, 1987 и др.). Чем устойчивее баланс «функции организма – факторы среды», тем здоровье крепче.

6. Способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде, то есть – адаптация. Это также чрезвычайно распространённая точка зрения, нашедшая отражение во многих работах как отечественных, так и зарубежных авторов.

В медицинском сообществе сформировались различные подходы к понятию «здоровье»: гигиенический, адаптивный, генетический, донозологический, благополучный (ВОЗ), равновесный, физиологический, психологический, жизнеспособный, саморегулируемый, эндоэкологический, резонансный, духовный, натуралистический и комбинированные подходы. Рассмотрим некоторые подходы к определению здоровья лечебной медициной.

#### **Определение здоровья Всемирной Организацией Здравоохранения:**

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Ощущение благополучия лежит в основе качества жизни индивида.

**Определение здоровья в законе об охране здоровья:** Здоровье – это состояние физического, психического и социального благополучия, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма. *Медицинский справочник* описывает симптомы тысячей болезней. Проводить периодически диагностику по всем возможным заболеваниям и расстройствам органов и систем организма для всего населения практически невозможно, и, следовательно, проводить соответствующие профилактические мероприятия.

**Генетический паспорт здоровья** указывает на предрасположенность к различным заболеваниям, как *наследственную обусловленность при неблагоприятных условиях внешней среды*. Слово ЗДОРОВЬЕ в названии генетического паспорта носит донозологический характер. Генетический паспорт указывает на предрасположенность к различным заболеваниям. Это генетический паспорт заболеваний. Предрасположенность к заболеваниям

требует от человека постоянного внимания к условиям внешней среды и к настройке соответствующих жизненных систем, которые склонны к этим заболеваниям при неблагоприятных условиях внешней среды. На основе генетического паспорта составляется комплекс профилактических и диагностических мероприятий для предотвращения возникновения заболевания.

Г.Л. Апанасенко (1992) в основе здоровья индивида рассматривал жизнеспособность, обеспечиваемую типовыми специализированными структурами. Деятельность этих структур реализуется постоянной циркуляцией потоков пластических веществ, энергии и информации внутри системы, а также между ней и окружающей средой. Именно они – эти потоки определяют наличие феномена жизни. Эти потоки, а также особенности возмущающих воздействий на систему поддаются научному анализу, что дает возможность характеризовать данную систему, степень ее устойчивости (совершенства), в целом. Эта характеристика и является предпосылкой для оценки здоровья.

Биологическая сущность здоровья вытекает из основного свойства живых систем – способности их к самоорганизации – саморегулированию, самовосстановлению, самообновлению, а также саморазвитию и самовоспроизведению. Она может быть описана различными сторонами процесса самоорганизации биосистемы – реакциями гомеостаза, адаптации, реактивности, резистентности, репарации, регенерации, биоритмами и т. д., а также процессом онтогенеза. Каждая из этих реакций, интегрируясь с другими, имеет характер процесса, определяющего состояние биосистемы. Таким образом, здоровье – это состояние, обусловленное множеством взаимосвязанных процессов, реализация которых обеспечивается энергетической функцией.

Говоря о человеке как о высшей форме реализации феномена жизни, следует помнить о его способности познавать и преломлять через себя картину окружающего его мира, ощущать жизнеспособность через социальную активность. Психика и высшие уровни организации человека – духовность – могут выступать в качестве стимулятора либо тормоза биологического субстрата, в зависимости от конкретных условий жизнедеятельности. Оценивая состояние биологического субстрата, далее будем учитывать и более высокие уровни организации человека в подходе к его здоровью, а также воздействие природных процессов. Высшую организацию человека и положительное воздействие природы учитывает духовно-натуралистический подход к здоровью.

## **1. Духовно-натуралистический подход к здоровью.**

Духовно - натуралистический подход к понятию «здоровье» основан на духовной сущности человека и поддерживающих здоровье процессах

природы. В середине прошлого века профессор Мюнхенского технического университета Winfried Otto Schumann установил, что Земля и ее ионосфера образуют гигантский резонатор [1]. В течение 60-ти лет после многочисленных исследований и перепроверок была определена частота Земли 8 Гц. С тех пор в науке эта частота называется частотой резонанса Шумана. Образование стоячих волн в таком резонаторе было названо впоследствии резонансом Шумана.

Доктор Роберт Беккер измерил волны головного мозга многих духовных здоровых людей. Он обнаружил, что все они имеют одинаковые частоты - 8 Гц, не зависимо от их религиозных и духовных традиций, и синхронизируются с волнами Шумана как по частоте, так и по фазе. Здоровые люди имеют уравновешенную психику и резонанс клеток в биополе на вибрационной частоте 8 герц. Кроме того, волны правого и левого полушарий головного мозга у них равны по частоте и противоположны по амплитуде, что приводит к образованию стоячих волн. Стоячие волны головного мозга вступают во взаимодействие с волнами Шумана.

В США (НАСА) и Германии (институт М. Планка) проводились длительные эксперименты, в результате которых было установлено, что волны Шумана необходимы для синхронизации биологических ритмов и нормального существования всего живого на Земле. НАСА использует генераторы волн Шумана для обеспечения здоровой нормальной жизнедеятельности персонала.

Еще в 50-ые годы 20 века было доказано, что интенсивность резонанса Шумана непосредственным образом влияет на высшую нервную деятельность человека, а также его интеллектуальные способности. Благодаря резонансу волн Шумана, имеющих природное происхождение, и стоячих волн головного мозга, духовные люди, у которых полушарии головного мозга работают в синхронном ритме, имеют здоровое состояние. Наука подтвердила это экспериментально. Исследователи экспериментально подтвердили позитивное профилактическое влияние духовных учений и процессов на оздоровление человека и всей живой природы. Духовные процессы сложной сущности человека и общества связаны с природными процессами оздоровления. В конце прошлого века научный мир был взбудоражен результатами экспериментов японского ученого Масару Эмото, наглядно доказавшему, что вода под действием наших мыслей, эмоций, слов изменяет свою структуру. Эксперименты Масару Эмото [2] убедительно доказывают, что духовное слово оказывает здоровое воздействие в резонансе с волной Шумана.

**Здоровье человека** – это психофизиологическое состояние с уравновешенной психикой и функционированием чистого организма на электромагнитной частоте клеток 8 герц и длиной волны 8 метров в режиме

резонанса в экологически чистой и окружающей среде [3-4]. Через неокортекс мозга человека реализуется отражательная психика. Явления, процессы и сущности отражаются разумом и душой в форме чувство - знания, которые фиксируются в памяти. Разум, душа и мозг людей взаимодействуют в виртуальном пространстве, как в отражении реального мира, так и творчески созданного. Отражательной субстанцией является психическая энергия. Позитивной психической энергией, когда ум человека и душа обновляются добрыми словами и чувствами, формируется уравновешенная психика. Уравновешенная психика стабилизируется вибрационным резонансом позитивной психической энергии, и поддерживается накопленным духовным чувство - знанием, зафиксированным в памяти.

Исходя из духовно - натуралистического подхода к понятию «здоровье» рассмотрим естественную технологию качественного перехода к здоровой жизнедеятельности.

## **2. Развитие оздоровительных способностей.**

Оздоровительные способности развиваются освоением полезных действий по формированию здорового состояния на анатомическом, физиологическом, энергетическом и духовном уровне [5]. Развитие оздоровительных способностей направлено на формирование чистой среды организма, формирование уравновешенной психики и здорового состояния.

### **2.1. Формирование чистой среды организма.**

Чистая среда организма является одним из необходимых условий волнового резонанса клеток. Чистота – залог здоровья. Чистая среда организма на анатомическом и физиологическом уровне достигается гигиеническими и эндоэкологическими действиями и здоровым питанием. Формирование чистой среды организма на энергетическом уровне достигается общением с экологически чистой природой: поглощением энзимами-ферментами световой энергии и вибрациями растительного мира. Энергетическая чистая среда организма сохраняется экологически чистой окружающей средой, прослушиванием гармоничной музыки и освобождением от негативной энергии водными процедурами в душе или ванной, а также в бане, на море или озере.

### **2.2 Формирование уравновешенной психики и здорового состояния.**

Уравновешивание психики являются необходимым условием волнового резонанса здоровых клеток. Уравновешивание психики и формирование здорового состояния осуществляется следующими полезными действиями:

1. Духовные действия: чтение духовной литературы, посещение духовных мероприятий, выработка духовного сознания и духовно-

нравственных качеств, формирование духовных связей для уравнивания психики и достижения здорового состояния.

Развитие способностей совершать духовные действия вырабатывает естественную потребность и привычку избавляться от пагубных страстей, стяжать психическое здоровье.

2. Общение праведными мирными добрыми мыслями и желаниями.

Праведные мирные добрые мысли и желания порождают созидательную психическую энергию и психическое здоровье. Формирование психического здоровья многие психологи осуществляют добрым словом. Терапия словом освещена в Притче 4:20-22: *«Сын мой! Словам моим внимай, и к речам моим приклони ухо твоё; да не отходят они от глаз твоих; храни их внутри сердца твоего: потому, что они жизнь для того, кто нашёл их, и здравие для всего тела его».*

3. Развитие духовных способностей смирения, прощения, милосердия, формирования мирных добрых отношений в различных социальных условиях и семье для духовной жизнедеятельности.

Способности проявления смирения, прощения, милосердия, формирования мирных добрых отношений для уравнивания психики в различных социальных условиях и семье вырабатывают естественную потребность и привычку быть психически уравновешенным и здоровым.

4. Проявление духовно-нравственных качеств - благоволений и благодеяний, милосердия и справедливости для здоровой жизнедеятельности. Проявление духовно-нравственных качеств (благоволения, благодеяния, милосердие, справедливость и другие) вырабатывают естественную потребность и привычку выстраивать мирные добрые отношения, и формировать психическое здоровье.

5. Развитие способностей настройки жизненных систем организма и его целостного нормального функционирования физическими упражнениями: зарядкой энергетической системы, физкультурой тонуса организма и гимнастикой ритмов для достижения физического здорового состояния организма. Сохранение физического здоровья кратко объяснил врач и ученый Авиценна: *«Человек умеренно и своевременно занимающийся физическими упражнениями не нуждается в лечении».* Способность настройки жизненных систем организма и его целостного нормального функционирования вырабатывают естественную потребность и привычку поддерживать здоровое состояние организма.

6. Освоение здорового питания для поддержания физического здорового состояния организма. Здоровое питание совершенствует здоровую привычку поддерживать физическое здоровое состояние организма.

7. Развитие комплексных способностей достижения здорового состояния на основе системы клеточного самовосстановления организма улучшением качественного состояния клеток на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях. Способность улучшения

качественного состояния клеток на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях на основе системы клеточного самовосстановления организма совершенствует полезную привычку поддерживать целостное здоровое состояние организма.

8. Частотно-резонансная диагностика здорового состояния. Частотно-резонансная диагностика организма помогает контролировать здоровое состояние.

### **3. Приобретение навыков здоровьесбережения.**

На третьем этапе сохранения здорового состояния приобретаются навыки, во-первых, превращением полезных действий в полезные привычки эмоциональным закреплением в течение месяца в различных домашних, социальных и природных условиях. Во-вторых, согласованием с суточным природным циклом ритма жизнедеятельности в социальных, природных и домашних условиях для сохранения целостного здорового функционирования организма. В-третьих, комплексным ежедневным сохранением здорового состояния на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях в различных домашних, природных и социальных условиях на основе системы клеточного самовосстановления. Навыки комплексного ежедневного сохранения здорового состояния на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях в различных домашних, природных и социальных условиях на основе системы клеточного самовосстановления вырабатывают привычку сохранения целостного здорового состояния в течение каждого дня. В-четвертых, частотно-резонансной диагностикой здорового состояния. Навыки еженедельно диагностировать организм помогает поддерживать здоровое состояние.

### **4. Накопление опыта здорового образа жизни.**

Накопление опыта осуществляется навыками здоровьесбережения в различных домашних, социальных и природных сезонных условиях (весной, летом, осенью и зимой). следующими полезными привычками.

1. Сезонное сохранение уравновешенной психики и обеспечение целостного здорового функционирования организма летом, осенью, зимой, весной на основе системы клеточного самовосстановления.

Привычка сезонного сохранения уравновешенной психики и обеспечение целостного здорового функционирования организма летом, осенью, зимой, весной на основе навыков ежедневного сохранения здорового состояния вырабатывает естественную потребность и привычку поддерживать здоровое состояние организма в течение года.

2. Здоровое сезонное питание.

Привычка посезонного здорового питания вырабатывает естественную потребность и привычку поддерживать здоровое состояние организма в течение года.

### 3. Выбор сезонной натуральной одежды.

Выбор сезонной натуральной одежды вырабатывает естественную потребность и привычку поддерживать здоровое состояние организма в течение года.

4. Накопление опыта комплексного согласования социальной здоровой жизнедеятельности с годовым природным циклом на духовном, энергетическом, физиологическом и анатомическом уровнях в различных домашних, природных и социальных условиях.

Комплексное согласование социальной здоровой жизнедеятельности с сезонными природными циклами вырабатывает естественную потребность и привычку поддерживать здоровое состояние организма в течение года.

### 5. Семейная традиция здорового образа жизни.

Семейная традиция здорового образа жизни вырабатывает естественную потребность и привычку поддерживать здоровое состояние в течение года членами семьи и создает здоровую семейную среду.

### 6. Культурная общественная традиция здорового образа жизни

Культурная общественная традиция здорового образа жизни вырабатывает естественную потребность и привычку мотивировать граждан, достигать и поддерживать здоровое состояние организма и вести здоровый образ жизни в течение года и создает здоровую общественную среду.

7. Периодическая частотно-резонансная диагностика здорового состояния.

Привычка периодически диагностировать организм помогает поддерживать здоровое состояние в течение года.

Культурная семейная и общественная традиция здорового образа жизни играет важную роль в освоении естественной технологии качественного перехода к здоровой жизнедеятельности [6].

### **5. Семейная культура здорового образа жизни.**

Семейная культура здорового образа жизни – это здоровье сберегающая практика здоровье поддерживающими действиями, сознательно закрепленными в полезные привычки. Семейная культура здорового образа жизни включает формирование здоровое творческого мировоззрения, мотивацию к здоровому образу жизни и освоение здорового образа жизни родителями и детьми в домашних условиях. Мотивация здорового образа жизни занимает центральное место в формировании и сохранении здоровья каждого человека. Под мотивацией здорового образа жизни понимается осознание человеком необходимости сохранения здоровья как основы для проявления в различных сферах жизнедеятельности, как основы гармоничного развития. При отсутствии мотивации у человека любые программы и мероприятия по сохранению здоровья будут слабо эффективны или вообще нерезультативны.

Семейная культура здорового образа жизни приводит к возрождению культа здоровой и полноценной семьи, как основы общества и государства.

Здоровый образ жизни – это наиболее оптимальная система поведения человека в повседневной жизни, позволяющая ему максимально реализовать свои духовные и физические качества для достижения душевного, физического и социального благополучия и здорового состояния.

Передача семейной культуры здорового образа жизни из рода в род из поколения в поколение формирует общественную традицию здорового образа жизни.

#### **6. Общественная культура здорового образа жизни.**

Здоровый образ жизни является ключом к здоровой нации. Первым и самым главным условием для внедрения здорового образа жизни, является изменение мировоззренческого сознания населения. Сознание людей должно уделять внимание здоровью, здоровому образу жизни. Главная цель здорового образа жизни - реализация духовного, профессионального и физического развития человека. Переход народа к здоровому и праведному образу жизни приведет к снижению социальной напряженности в общественном здравоохранении, к снижению расходов на здравоохранение. Если человечество будет вести здоровый образ жизни, то будут решены как демографические, так и большая часть других проблем:

- существенно улучшится экология окружающей среды;
- власть всех уровней будут править в интересах здорового общества;
- на планете Земля восстановится здоровый климат;
- человечество обретет гармонию с Природой;
- сформируется общественная культура здорового образа жизни.

Общественная культура здорового образа жизни складывается из совокупности здоровьесберегающих практик, которые формируются на фундаменте нравственно-религиозных и национальных культур и традиций, которые обеспечивают человеку физическое здоровое состояние и душевное, духовное и социальное благополучие в реальной окружающей среде [5-6]. Ученый и врач Авиценна утверждал, что делающий своевременно и умеренно физические упражнения настраивает физиологию. Притча (4:20-22) просвещает, что человек, исполняющий нравственные и духовные законы в процессе жизнедеятельности нормализует психику, а она в свою очередь, нормализует физиологию. Такой человек ведет здоровую жизнедеятельность.

Здоровьесберегающей практикой общественной культуры здорового образа жизни является семейная культура. Она активизирует население на массовое освоение здорового образа жизни. Передача культуры здорового образа жизни из поколения в поколение формирует общественную традицию здорового образа жизни.

Для развития совокупности здоровьесберегающих практик здорового образа жизни нужно формировать социальную инфраструктуру здравоохранения формирования и поддержания здоровья.

#### **7. Социальная инфраструктура здравоохранения поддержания здоровья.**

Социальная инфраструктура здравоохранения формирования и поддержания здоровья включает образовательную, профессиональную, здоровье поддерживающую, сервисную, просветительскую и законодательную подструктуры [7-8]. Социальная инфраструктура направлена на повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны, на формирование навыков укрепления здоровья, создание условий для ведения здорового образа жизни, как отдельных людей, так и общества в целом. Детский сад, школа, ВУЗЫ, центры здоровья, объекты физкультуры, здоровье сберегающая медицина должны формировать навыки здорового образа жизни. Просветительская структура выполняет функцию информационно-пропагандистского распространения знаний для всех категорий населения о здоровье и здоровом образе жизни. Сервисная структура осуществляет здоровое питание, организацию активного отдыха, массовые утренние зарядки, создание велосипедных и беговых дорожек, танцевальных площадок, зеленых зон, используемых для подвижных игр и т.д. (Рисунок 1).

Здоровье поддерживающая структура включает детские оздоровительные лагеря для формирования навыков здорового образа жизни у подрастающего поколения, центры здоровья по освоению здорового образа жизни, гигиенические и эндоэкологические комплексы.

Образовательная структура обучает население и готовит специалистов по обучению населения переходу на здоровый образ жизни:

1. Специалистов для центров здоровья и санаторно-курортных учреждений по проведению консультаций, практических занятий по переходу на здоровый образ жизни.

2. Лекторов по формированию здоровьесберегающего творческого мировоззрения, просвещению и мотивации населения к здоровому образу жизни.

3. Педагогических работников для университетов и школ по формированию здоровьесберегающего творческого мировоззрения, просвещению здоровому образу жизни молодого поколения.

4. Социальных работников для проведения практических занятий с населением по переходу на здоровый образ жизни и формированию семейной и культурной общественной традиции здорового образа жизни.

5. Преподавателей физкультуры для обучения молодого поколения настройке жизненных систем для здорового функционирования организма.

Профессиональная структура реализует организационные меры сохранения здоровья работающего населения. Здоровье влияет на качество трудовых ресурсов, на производительность общественного труда и тем самым на динамику экономического развития общества. В течение жизни 1/3 общего времени профессиональный человек участвует в трудовой деятельности. Поэтому важно, чтобы под влиянием труда не наступило ухудшения здоровья. Нужно создание сервиса по восстановлению здорового функционирования организма.

Нужно вести духовное образование для активизации духовных процессов общества для достижения глобального здорового благополучия. Духовные процессы общества глобальным и определяющим образом влияют на здоровье каждого. От духовного состояния к здоровому состоянию - намного быстрее. Взаимосвязь между духовными процессами человека и его физическим здоровьем основополагающая. Оздоровление человека происходит позитивной психической энергией, которая порождается духовным образом мысли, этическим образом слова, добрыми желаниями, здоровым образом жизнедеятельности в экологическом чистом окружении, духовными связями с обществом, любовью к окружающему видимому и невидимому.

Нужно направить средства массовой информации, педагогику, медицину и искусство на глобализацию здоровья, чтобы показать принципиально новый путь развития человечества и, по настоящему, выстроить инфраструктуру общественного здравоохранения. Вернуть здоровье, а детям в первую очередь, можно только так. Другого способа у человечества нет. Можно очень быстро получить перестройку от людей, имеющих высокую здоровую творческую натренированность. Этим человечество пользовалось тысячелетиями. Духовные процессы здоровья приведут человечество к глобальному здоровому благополучию.

## **8. Заключение.**

Основной целью развития современного здравоохранения должно стать перевод населения на здоровый образ жизни. Для этого надо формировать здоровую берегающую инфраструктуру и создавать условия для здоровой жизнедеятельности и естественных мер нормализации жизненных систем сложной сущности человека. Современное здравоохранение должно мотивировать население к здоровому образу жизни. Задачами современного здравоохранения должно становится: формирование здоровой творческой мировоззрения населения, чтение лекций и распространение литературы по естественнонаучным аспектам здоровья и здоровому образу жизни, участие граждан в оздоровительных духовных и физкультурных коллективных мероприятиях, накопление гражданами всех категорий полезных привычек. Обеспечить массовую доступность населения к объектам физической культуры: стадионам, физкультурным залам и площадкам, бассейнам. Обеспечить здоровое питание и доступ к чистой воде, а также диагностику физиологического состояния граждан. Организовывать для населения мероприятия по формированию семейной и общественной культуры здорового образа жизни и физиологическому, энергетическому и духовному очищению. Обеспечивать населению экологию окружающей среды, чистый воздух, условия трудовой здоровой жизнедеятельности.

Актуальным становится процесс становления международных научных сообществ, нацеленных на развитие прикладных научных исследований с применением цифровых платформ и сетевых форм кооперации по

выявлению естественных мер нормализации жизненных систем человека, формированию здоровьесодержащей медицины и инфраструктуры здравоохранения для реализации естественной технологии качественного перехода населения к здоровой жизнедеятельности [9-16]. Технология качественного перехода населения к здоровой жизнедеятельности актуальна для всего человечества. Ее реализацию в мировом масштабе целесообразно осуществить в рамках Международного Мега проекта.

**Литература:**

1. Brian Dunning. "Facts and Fiction of the Schumann Resonance." *Skeptoid Podcast*. 2013.
2. Масару Эмото. *Целительная сила воды*. Издательство: София. 2008. 144 с.
3. E.G.Bryndin & I.E.Bryndina. *Natural-Science Aspects of Health. / Weber Medicine & Clinical Case Reports. Vol. 1. 2015. pp. 134-137. URL: [http://weberpub.org/wmccr/wmccr\\_122.pdf](http://weberpub.org/wmccr/wmccr_122.pdf)*
4. Е.Г.Брындин, И.Е. Брындина. *Естествонаучные аспекты здоровья*. С-Пб.: /Научно-практический журнал «Донозоология и здоровый образ жизни» № 2(19) 2016. С. 7-12.
5. Е.Г. Брындин. *Этапы перехода на здоровый образ жизни*. Межд. Конгр. «Здоровый Мир – здоровый Человек». Алушта. 2013. С.45-49
6. Брындин Е. Г., Брындина И. Е. *Здравоохранение на основе здорового образа жизни*. Научный журнал «Национальное здоровье», № 1. КубГМУ. 2017. С. 34-42.
7. Е.Г. Брындин, И.Е. Брындина *Управление социальной инфраструктурой формирования здорового образа жизни населения*. Науч.-практ. конф. *Социальное образование XXI века: история, современность, перспективы профессии «Социальная работа» в России*. КрасГМУ, 2014. С.171-174.
8. Брындин Е. Г., Брындина И. Е. *Культурные и инфраструктурные аспекты общественного здравоохранения*. Научный журнал «Национальное здоровье», № 1. КубГМУ. 2017. С. 51-62.
9. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Normalization of Cognitive Thinking by Healthy Lifestyle*. *ARC Journal of Public Health and Community Medicine*. V. 1, Issue 2, 2016, PP 1-6.
10. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Healthy Wellbeing of the Person and Society*. *Journal "The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS"*. V. XIX. 2017. Pages 130-139.
11. E. G. Bryndin, I. E. Bryndina. *Sanatorium Rehabilitation of the Population by the Healthy Lifestyle*. *International journal "Rehabilitation Sciences"*, Volume 2, Issue 2. USA. 2017. P. 35-40.
12. 77. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Normalization of Psyche by Healthy Lifestyle of Various Groups of the Population*. *American Journal of Applied Psychology*. V. 6, № 4. 2017, Pages: 51-56.

13. E. G. Bryndin, I. E. Bryndina. *Formation of Public Health Care on Basis of Healthy Lifestyle. International Journal of Psychological and Brain Sciences.* Vol. 2, No. 3, 2017, pp. 63-68.

14. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Natural Measures of Normalization of Vital Systems of the Person for Maintaining of the Healthy State. International Physical Medicine & Rehabilitation Journal.* V.3 Issue 1. 2018. 8 pages. URL: <http://medcraveonline.com/IPMRJ/IPMRJ-03-00069.php>

15. Брындин Е. Г. . *Здоровый образ жизни основа сохранения здоровья.* Germany: LAMBERT Academic Publishing. 2018. 230 с.

16. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Natural Technology of High Quality Transition to Healthy Activity. J. Galore International Journal of Health Sciences and Research.* Vol.3; Issue: 1. 2018. P. 24-32.

**Literature:**

1. Brian Dunning. "Facts and Fiction of the Schumann Resonance." *Skeptoid Podcast.* 2013.

2. Masaru Emoto. *Salutary power of water.* Publishing house: Sofia. 2008. 144 pages.

3. E.G.Bryndin & I.E.Bryndina. *Natural-Science Aspects of Health. / Weber Medicine & Clinical Case Reports.* Vol. 1. 2015. pp. 134-137. URL: [http://weberpub.org/wmccr/wmccr\\_122.pdf](http://weberpub.org/wmccr/wmccr_122.pdf)

4. E.G. Bryndin, I.E. Bryndina. *Estestvonauchny aspects of health. S-PB.: / Scientific and practical magazine "Donozologiya and Healthy Lifestyle" No. 2(19) 2016. Page 7-12.*

5. E.G. Bryndin. *Stages of transition to a healthy lifestyle. Inter@ Kongr. "The healthy World – the healthy Person".* Alushta. 2013. Page 45-49

6. Bryndin E. G., Bryndina I.E. *Zdravookhraneniye on the basis of a healthy lifestyle. Scientific magazine "Natsionalnoye Zdorovye", No. 1. КубГМУ. 2017. Page 34-42.*

7. E.G. Bryndin, I.E. Bryndina *Management of social infrastructure of formation of a healthy lifestyle of the population. Науч. - практ. конф. Social formation of the XXI century: history, the present, prospects of a profession "Social work" in Russia. Краснодар, 2014. Page 171-174.*

8. Bryndin E. G., Bryndina I. E. *Cultural and infrastructure aspects of public health care. Scientific magazine "Natsionalnoye Zdorovye", No. 1. КубГМУ. 2017. Page 51-62.*

9. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Normalization of Cognitive Thinking by Healthy Lifestyle. ARC Journal of Public Health and Community Medicine.* V. 1, Issue 2, 2016, PP 1-6.

10. Bryndin E.G., Bryndina I.E. *Healthy Wellbeing of the Person and Society. Journal "The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences EpSBS".* V. XIX. 2017. Pages 130-139.

11. E. G. Bryndin, I. E. Bryndina. *Sanatorium Rehabilitation of the Population by the Healthy Lifestyle. International journal "Rehabilitation*

*Sciences*”, Volume 2, Issue 2. USA. 2017. P. 35-40.

12. 77. Bryndin E.G., Bryndina I.E. Normalization of Psyche by Healthy Lifestyle of Various Groups of the Population. *American Journal of Applied Psychology*. V. 6, № 4. 2017, Pages: 51-56.

13. E. G. Bryndin, I. E. Bryndina. Formation of Public Health Care on Basis of Healthy Lifestyle. *International Journal of Psychological and Brain Sciences*. Vol. 2, No. 3, 2017, pp. 63-68.

14. Bryndin E.G., Bryndina I.E. Natural Measures of Normalization of Vital Systems of the Person for Maintaining of the Healthy State. *International Physical Medicine & Rehabilitation Journal*. V.3 Issue 1. 2018. 8 pages. URL: <http://medcraveonline.com/IPMRJ/IPMRJ-03-00069.php>

15. Bryndin E. G. Healthy lifestyle basis of maintaining health. Germany: LAMBERT Academic Publishing. 2018. 230 pages. 16. Bryndin E.G., Bryndina I.E. Natural Technology of High Quality Transition to Healthy Activity. *J. Galore International Journal of Health Sciences and Research*. Vol.3; Issue: 1. 2018. P. 24-32.