

Человек, который уверяет, что он не замечает многих совершенно реальных явлений, прежде всего, и не хочет их замечать... Ведь именно сомнение мешает человеку воспринимать действительность.

Иногда сердце, как молотом, пытается стучаться в поддельное сознание... Человек готов излить на это сердце всевозможные яды, чтобы заглушить его. Но не подумаем, от чего бы такого так возбуждено сердце? Что худого или хорошего случилось, какая польза или какой вред поступался?

От малейшего и до величайшего вмещает в себя сердце.

Н.К.Рерих

Международная Лига защиты Культуры
Санкт-Петербургское отделение

Путь Культуры лежит через сердце

**Формирование культуры чувств
и воспитание сердца в семье и школе**



Санкт-Петербург - 2008

Автор-составитель: *Уварова Лариса Ивановна*

Рецензент: *Никитина Н.Н., доктор пед. наук, профессор.*

Путь Культуры лежит через сердце: Методическое пособие в помощь педагогам и организаторам ежегодного школьного Дня Культуры / Автор-составитель Л.И. Уварова. – СПб: НП «Невский проект», 2008. - 32 с.

Вопросы, связанные с пониманием значения Сердца, так же как и Культуры, просты и сложны одновременно. Просты – потому что легко и радостно говорить и писать о самом лучшем, что есть у людей. Сложность же заключается в том, что сегодня даже в малой степени не осознанны и не определены проблемы постижения духовной сущности Сердца и его тесной связи с основами Культуры. Сердце рассматривается здесь как духовный аспект сознания; развитие и совершенствование сердца – как нравственное становление и самосовершенствование человека.

Данная работа является попыткой обобщения доступного читателю материала с целью обратить внимание общественности на срочность и необходимость просветительской, воспитательной и исследовательской работы в этом направлении.

© Уварова Л.И.
© НП «Невский проект»

Содержание

День Культуры в школах Санкт-Петербурга	1
Введение.....	3
Культура и свет сердца.....	5
Дети и сердце.....	7
Значение сердца.....	8
Научные работы о значении сердца.....	10
Сердце – духовный аспект сознания.....	12
Воспитание сердца	
Что свойственно сердцу?.....	14
Здоровье и профилактика.....	20
В семье – начало сердечного воспитания.....	22
Воспитание любви к Прекрасному.....	23
Век просвещенного материнства.....	24
На языке сердца.....	25
Упражнения и задания	
по теме развития и утончения сердца.....	28

Формат 60x90^{1/16} Тираж 500 экз.
Размножено на ризографе в «КОПИ - ЦЕНТР»
Санкт-Петербург, ул. Авиационная, д. 18.

15 апреля 2008 года

День Культуры в школах Санкт-Петербурга

«Путь Культуры лежит через сердце»

В последние годы по инициативе Международной Лиги защиты Культуры в Санкт-Петербурге, а также во многих городах России, проводится ежегодный школьный праздник День Культуры*. Выбранная для его проведения дата связана с подписанием в этот день в 1935 году Международного Договора по защите культурных ценностей – Пакта Мира, который был принят за основу при разработке ныне действующей Гаагской конвенции 1954 г.

Целью школьного Дня Культуры является: установление традиции единения людей – творческих личностей и организаций – в деле воспитания подрастающего поколения на основе Культуры как синтеза Знания и Красоты, осознания и защиты культурных ценностей человечества.

В соответствии с целью Дня Культуры определяются **задачи и пути их реализации**, которые заключаются в том, чтобы способствовать:

- пониманию обществом истинного значения Культуры – как почитания Света (духовного начала), как единства Искусства, Науки и Религии – всего священного, познавательного и прекрасного;
- осознанию значения корректирующей функции Культуры в развитии общества;
- признанию приоритетной роли духовно-нравственного и эстетического воспитания в социально-экономической политике государства и жизни общества;
- воспитанию и развитию у подрастающего поколения чувства прекрасного, утончённого, расширенного сознания, что может осуществляться путём:
 - ознакомления с лучшими творениями человечества, выраженными в произведениях мирового искусства и литературы, в достижениях науки, а также в различных этических, философских, религиозных учениях;
 - создания условий для широкого проявления детского и юношеского творчества;
 - воспитания ответственности за сохранность и защиту культурных творений человека;
- а также способствовать объединению людей в устремлении к духовному совершенствованию, к творческому, деловому сотрудничеству.

* Подробнее см. www.culturaspb.ru

Годы практики выявили некоторые характерные черты и особенности организации этого Праздника, которые заключаются в следующем.

▶ День Культуры как метод приобщения подрастающего поколения к Прекрасному, является *особой формой объединения творческих сил* различных социальных групп населения и, в первую очередь, педагогов, школьников и их родителей в борьбе за сохранение культурного достояния.

▶ Праздник Дня Культуры проводится *в один день* (в данном случае – 15 апреля), что позволяет лучше объединить усилия в воспитательном процессе, создать атмосферу торжественности и единения людей в мыслях о Культуре, в их действенном устремлении к высшему, светлому началу.

▶ День Культуры как сознательное объединение людей в защите культурных ценностей проходит под *Знаменем Мира*; это Знамя имеет на белом фоне в круге три соединенные амарантовые сферы, как символ Вечности и Единения (единство прошлого, настоящего и будущего в кольце Вечности, или: синтез искусства, науки и религии в круге общечеловеческой Культуры. Еще в 1935 году при подписании «Договора об охране художественных и научных учреждений и исторических памятников» Знамя Мира – Знамя Культуры – было утверждено как отличительный знак защиты культурных ценностей.

▶ Праздник Дня Культуры не является очередным мероприятием развлечения и увеселения, но определяет такой день, «когда во всех школах и образовательных обществах одновременно, просвещённо напомним об истинных сокровищах человечества, о творящем героическом энтузиазме, об улучшении и украшении жизни»*, т.е. этот праздник провозглашает *торжество Знания, подвига и Красоты*.

▶ В основе Дня Культуры заложен *принцип добровольности* – когда все организаторы будут сами убеждены в том, «насколько нужна и жизненна программа культуры как оздоравливающее начало, как жизнедатель».

▶ Организационно День Культуры разделяется на *два* основных этапа: *подготовки и проведения*. Этап подготовки может проходить в течение всего учебного года – через организацию и проведение интересных встреч, способствующих воспитанию высоких эстетических чувств, развитию художественного вкуса, углубленного понимания мира. Второй этап – проведение самого Праздника.

* Знамя Мира – М: МЦР, 1995.с. 106.

Культура умолкает там, где сердце немо
(Н.К. Рерих)

ВВЕДЕНИЕ

О том, что вопросы Культуры и тема Сердца тесно связаны между собой, пойдет речь на страницах этого пособия.

Почему так важно сегодня ставить вопрос о сердце, рассматривая проблемы культуры и образования?

Этому обязывает само положение вещей, сложившееся в наше время, когда ежедневные репортажи из разных уголков мира неизменно содержат тревожные сообщения об актах терроризма, войнах, насилии и других явлениях, характеризующих нашу современность. Причиной происходящего является пренебрежение принципами Культуры. Иначе говоря, мирное строительство и сосуществование народов может упрочиться лишь на культурном взаимообмене и взаимопонимании, сердечном, дружественном отношении. Являющиеся антиподом всему этому войны, терроризм и уничтожение культурных ценностей – основываются на невежестве, жестокости и бессердечии. Жестокость есть ненормальное, акультурное состояние сердца, и справедливо было когда-то отмечено: *«Культура умолкает там, где сердце немо»*.

Сегодня наше общество вплотную подошло к тому состоянию, когда единственным спасением от девиаций является осознание значения Культуры в жизни человечества и в самом существовании планеты.

Всему миру предстоит *испытание восприятием культуры*. Воспринять культуру – значит, перейти от созерцания к ее осознанию и признанию ее основополагающей роли в развитии общества. Именно от степени понимания культуры, отмечают ученые-социологи, зависит направленность социальных действий, сохранение жизненных сил социальных субъектов, политика и идеология. *Понимание культуры становится задачей и обязанностью общества*¹. В этом заключается особенность нашего времени.

¹ Попов Е.А. Культурология и современная социология / СОЦИС, 2006, № 12. – С.65.

Почему еще нужно ставить вопрос о Сердце и Культуре, об их неразрывной взаимосвязи, увязывая эти два фундаментальных понятия, понимая каждое из них как непреходящую ценность?

К сожалению, приходится констатировать, что в повседневной жизни – несмотря на то, что мы живем в «цивилизованном» обществе, где люди часто внешне вежливы, но, по сути, равнодушны к другим – каждый человек постоянно сталкивается с таким явлением, как *бездушие*, а подчас и с *бессердечием*. Бесчувственность стала характерной чертой нашего общества. И это не проходит для людей бесследно. Взрослый человек, как правило, ощущает это на своем здоровье; у ребенка же, при частых контактах с этими явлениями, возникает опасность укрепления в процессе формирования его личности негативных черт характера – агрессивности и раздражительности (как реакции на невнимательное, бездушное отношение общества). Приводит это и к унынию и необщительности, а также и к девиантному (отклоняющемуся от нормы) поведению. Возникает замкнутый круг: человек, став взрослым, проявляет эти свойства личности во взаимодействии с окружающими, в том числе с детьми; все это отражается на взаимоотношениях людей, их самочувствии, работоспособности и т.п. Так сеются зерна зла. Становится очевидным, что вместо того, чтобы собирать этот урожай, лучше такие семена не сеять. Следовательно, необходима большая работа по направлению личности к самосовершенствованию, к осознанию культурных ценностей.

Так взаимосвязаны Общество, Человек с его отношением к миру и Культура как регулятор человеческих отношений, как способ выживания.

* * *

Вопросы, связанные с пониманием значения Сердца, так же как и Культуры, просты и сложны одновременно. Просты – потому что легко и радостно говорить и писать о самом лучшем, что есть у людей. Сложность же заключается в том, что сегодня даже в малой степени не осознанны и не определены проблемы постижения духовной сущности Сердца и его тесной связи с основами Культуры. Поэтому данная работа является попыткой обобщения доступного читателю материала с целью обратить внимание общественности на срочность и необходимость просветительской, воспитательной и исследовательской работы в этом направлении.

КУЛЬТУРА И СВЕТ СЕРДЦА

В школах Санкт-Петербурга в течение нескольких последних лет проводится ежегодный праздник День Культуры. Цель его организации – в воспитании подрастающего поколения, осознании культурных ценностей человечества, их жизненной значимости для общества и каждого отдельного человека. Понимая Культуру как совокупность достижений творчества в самых разных сферах человеческой деятельности (материального и духовного плана), как исторически накопленный духовный опыт человечества, обеспечивающий перспективы его развития, необходимо увидеть в ней, в Культуре, инструмент преобразования – как человека и общества, так и окружающей среды. При этом нельзя не использовать методы достижения целей Культуры², надежные и проверенные опытом, одним из которых является проведение Дня Культуры.

*Солнце есть Сердце Системы,
также сердце человека есть солнце организма.
Много солнц-сердец, и Вселенная
представляет систему сердец,
потому культ Света есть культ Сердца³*

О том, что Культура есть почитание Света, что это понятие возвышенное, уже много писалось и говорилось. Но очень важно осознавать, что этот особый свет – Свет Сердца – присутствует в каждом из произведений, которые мы относим к достижениям творчества. Действительно, если посмотреть с этой точки зрения, то можно убедиться: рождение каждого предмета или явления, относящегося к культуре, могло произойти только при участии сердца мастера. Искусство, наука, религия – это духовные, культурные ценности человечества, они основаны на том, что мы называем *работой духа*, или работой Сердца.

Какой бы мы ни взяли шедевр в искусстве (живописи, музыке, литературе, кино и т.д.), то увидим, что это создано людьми, обладающими, как это принято говорить, большим и щедрым сердцем.

Также и в науке каждый из выдающихся ученых и первооткрывателей не был узким специалистом и не замыкался лишь на своем предмете исследования, но обладал расширенным мировоззрением,

² О целях Культуры см. статью «Культура и управление», www.pedagogika-cultura.ru

³ Учение Живой Этики. Сердце, п. 62.

был увлечен каким-либо видом искусства, имел широкую, вмещающую душу, большое сердце. Именно, труд настоящего ученого есть искреннее, беззаветное стремление к Истине, забота об общем благе.

Особенно ярко это проявляется в религии, где богатством души и сердца выделяются среди людей те, кого мы называем духовными водителями человечества, на кого люди опираются в своей вере в Высшее и Прекрасное.

Труды великих подвижников, вливаясь в сокровищницу человечества, составляют нашу общую Культуру, и труд каждого из них – это результат работы сердца, горящего и равнодушного к людям, к красоте, к миру вообще. Но как мало сами люди, – для кого все это и создается, – думают о сердце, о жизни, присутствующей в каждом шедевре, в каждом предмете и явлении, которые мы зовем *достижением* – равно как и о своем сердце, которое взаимодействует с производением (если этот процесс осознан) и получает лучшее питание.

Можно сказать, что мысль любого настоящего художника – живописца, архитектора, музыканта, актера и т.п. – обладает особой, сердечной, энергией, которую он вкладывает в свое искусство, и люди от этого творчества становятся духовно богаче, получают мощный психологический заряд. У скольких поэтов, писателей мы чувствуем эту мощь в их произведениях, и сколько сердец загорелось от них! В этом и есть сила искусства.

То же мы видим в труде каждого подвижника, героя – человек своей самоотверженной работой, а подчас и одним выдающимся поступком может повлиять на сознание и поведение окружающих, дать импульс к жизни, труду.

Таким образом, огонь творческий в одних побуждает светиться других. Силой духа, энергией, идущей от мысли, слова, поступка заряжаются люди в своих действиях, но особую силу – сердечную энергию – приводит в действие *чистое* мышление, бескорыстная мысль.

Наверное, не зря «слово» по-французски звучит: «*пароль*», а пароль, как известно, есть ключ к тайне. Слово сердечное – ключ, которым открываются сердца. И ключ этот – свет, огонь, которым сердца зажигают.

ДЕТИ и СЕРДЦЕ

Существует крылатое выражение: «*Дети думают сердцем*». Действительно, взрослым важно помнить о том, что дети живут именно сердцем, чувствами. Эта особенность должна быть принята во внимание как учителя, так и родителей, всех воспитателей и педагогов. Через эту характеристику во многом можно приблизиться к пониманию значения детства.

Ребенок воспринимает своего воспитателя, педагога, особенно первого, именно так: принимает или не принимает душой, сердцем – другого у него измерителя нет. Действительно, сердце есть *мерило*. И с этой точки зрения, можно считать, что «*дети – это большие люди*», как выразился выдающийся педагог современности М. Щетинин, а взрослый – это «*уменьшившийся до социальной функции, как бы минимизированный, человек, который со щемящей тоской вспоминает свою огромность, утраченную в детстве у оставленных синих гор*». Если подходить к пониманию детства с этих позиций, то вполне справедливыми можно признать и такие слова: «*Детство часто держит в своих слабых пальцах истину, открытие которой составляет гордость позднейших лет*» (Дж.Рёскин). Истину можно постичь только сердцем.

На каком другом языке можно разговаривать с детьми, если не на языке сердца?

И все же, **что** люди знают о детях? Ребенок, его душа – величайшая тайна. *Der Ander neben Dir... – Другой рядом с тобой...* Он рядом, но мир его непостижим. И то, что написано философами и выдающимися писателями на эту тему, еще так мало осмысленно!

Тема *природы Детства* еще не стала главной при изучении и обсуждении вопросов, связанных с детством, где все, как правило, сводится лишь к социальным проблемам, хотя и об этом поднимать вопросы крайне важно и необходимо. О социальной ответственности – по принципу: ЧУЖИХ ДЕТЕЙ НЕ БЫВАЕТ – нужно и важно говорить и писать, создавать и показывать фильмы, вести теле- и радиопередачи и т.п. И при этом необходимо помнить, что *будущее*, как духовное, так и материальное, зависит от *основ, заложенных в сознание детей*.

И еще важно помнить, что особую ответственность за детей несет Художник. В самом широком смысле – это не только живописец или музыкант, актер или поэт: среди тех, кто творит по законам красоты – и школьные учителя, и преподаватели. И в этом есть большое

счастье – в радости творчества. Но известно, что *«кому много дано, с того и спрос большой»*. А художнику дано быть *«проводником в иные миры»*, как об этом писал П.Д. Успенский: искусство открывает нам тайны иного мира, оно, оперируя с эмоциями, с настроениями, с инстинктами и с пробуждающимися интуициями, совершенно не стеснено пределами трехмерной сферы, а сразу выводит человека в широкий мир многих измерений. И в этом – особая ответственность тех, кто имеет отношение к искусству.

«Веду дитя» – так переводится слово «педагогика». Но, в общем понимании, педагогика – не только наука, это и совокупность приемов воздействия. Искусство воздействует своим, особым образом, и оно тоже, как и наука педагогика, «ведет дитя». В этом заключается его огромная ответственность перед обществом, перед детьми.

Древние виды искусства – музыки, слова, мимики, танца, объединившиеся в дальнейшем в театре, в наши дни сконцентрировались в таких синтезированных видах искусства, как кино и телевидение. В какие миры ведет *это* искусство? Художник, который творит в этой сфере – ощущает ли он ответственность за свое творчество перед поколениями?

Обществу важно научиться видеть за привычным, на первый взгляд обычным, понятием «дети» сами Основы Жизни. Постигая это, люди могут приблизиться к разгадке великой тайны Бытия: *что есть сам Человек?*

ЗНАЧЕНИЕ СЕРДЦА

Сердце – символ средоточия чувств, переживаний, настроений человека; совокупность душевных свойств; способность чувствовать и понимать, отзывчивость, сердечность; способность любви; любовь
(Толковый словарь русского языка)

У древних Учение начиналось с положения руки на сердце. При этом Учитель спрашивал: «Слышишь ли?» И ученик отвечал: «Слышу.»

– «Это бьется сердце твое, но это лишь первый стук во Врата Великого Сердца. Если не будешь внимать биению сердца своего, то оглушит тебя биение Великого Сердца.»

Так в простых словах давался Указ, так через познание самого себя давался путь к Беспредельности.

Даже в самые древние времена люди понимали значение сердца. Они считали сердце *обителью Бога*. И в этом не следует видеть отсталость сознания людей, живших в прежние времена. В противном случае труды мыслителей древности – Платона и других – не воспринималась бы в наши дни как высшая мудрость. В современном (цивилизованном – как это принято с гордостью говорить) обществе предпочтение отдается интеллекту, хотя многие знают, что ум-интеллект может быть и лукав, и расчетлив, а порой и жесток, и холоден, но именно сердце называют *мудрым*. Мудрость, как известно, умеет видеть дальше рассудка, она богаче и выше интеллекта и включает духовный аспект.

«*Hridaya, Kokoro, Sin, Al-kulub, Del, Cor, Nying, Dzuruhe, Sirds, Kardia*. Точно бы заклинание. Но о сердце так зывают народы. Испания, Индия, Ниппон (Япония), Китай и Аравия. Персия, Италия, Тибет, Монголия, Латвия, Греция... *Heart, Coeur, Herz*.

Сердце.

Всеми начертаниями народы хранят память и кричат и шепчут друг другу драгоценное слово..., которое означает сердце, хранилище Света. Люди дожили до сердечных болей. Люди запылили сердца... Умалили все высокое, но не забыли сердца, колыбели любви. Отемнились люди всею тьмою... Разбили сосуды самые ценные... Но сохранили память о сердце, как о последнем прибежище».

Такими словами выдающийся художник и мыслитель, путешественник и исследователь Н.К. Рерих начинает свою статью «Corason», посвященную сердцу, называя его хранилищем Света, объединяя тем самым понятия Культуры и Сердца, которые по сути своей неразделимы: если «Культура» есть «почитание Света», то Сердце есть его хранилище.

«Приходя в новую страну, прежде всего, спрашивайте, как зовется там сердце? Встречаясь с новыми людьми, если даже не узнали, в каком звуке они выражают свое сосредоточие, укажите им от своего сердца к их сердцу. Почти все воспримут это свидетельство искренности, лишь немногие удивятся и, может быть, застыдятся, и совсем немногие вознегодуют... Не ждите от них дружбы и благоволения...»⁴

Подойти к пониманию того, *что* есть Сердце, постичь его смысл и значение, каждому, кто устремлен к этому, помогут Искусство и Культура в целом – через сопереживание (благодаря талантливым произведениям) или через логическое сопоставление причинно-следственных связей (культура мысли), или благодаря богатству собственных душевных и духовных накоплений (культура чувств), проявляющихся во взаимоотношениях с людьми, с природой. Поможет в этом и сама Природа.

⁴ Рерих Н.К. О Вечном...: Книга о воспитании. – М.: 1991. – С. 315.

Важнейшую роль сердца в духовной жизни человека с разных сторон освещали и христианство, и буддизм, и индуизм. Неисчислимо количество упоминаний о сердце и обращений к нему в святоотеческой православной литературе. Трогательны и мудры эти древние напоминания о великом значении сердца.

Постепенно к теме «Сердце» в наши дни подходит и наука. В последние годы в научной печати и научно-просветительских изданиях стали появляться работы, в которых сердце понимается как эмоционально-духовный центр, средоточие внутренней жизни человека, публикуются статьи исследователей, посвящающих этому свои труды.

Научные работы о значении Сердца

Сердце и нравственные ориентиры личности

В исследовательских работах из области философии, написанных на эту тему, отмечается, что процессы, происходящие в обществе в настоящее время, характеризуются, при выборе норм поведения, преобладанием прагматизма и конформизма. Это принудило со всей серьезностью поставить перед мировой философской мыслью проблему выработки новой парадигмы в пояснении сущности человека, его места и роли в обществе, где определяющим фактором во все времена являлись нравственно-духовные ориентиры личности (как принцип выживания). По мнению исследователей, человек, который лишен нравственно-духовных основ существования, теряет свою целостность и в своем существовании распадается на множество социальных ролей, носителем которых он является. Неопределенность моральных ценностей ведет в итоге к кризису духовности, потере смысла собственного бытия, деформации личности и нарушению ее социализованности.

Ученые приходят к выводам, что бытующее в обществе одностороннее трактование понятия «сердце» – как физического органа – приводит лишь к частичному пониманию сущности человека, т.е. не раскрывает социальной значимости индивидуального аспекта личности. Следствием чего получило развитие такое направление, как «Философия сердца», в котором центральное понятие «сердце» позволяет органически соединить в человеке его духовную, моральную, чувственную и волевую сущности в единое целое и представить его как *целостную личность*.

Также научно обосновано понятие «сердечность»; оно понимается как метод взаимосвязи человека, мира и общества, метод, кото-

рый раскрывает разные процессы жизнедеятельности личности как обусловленные морально-духовными ценностями и принципами. «Сердечность» – своеобразный метод постижения действительности.

Раскрывая методологическую функцию понятия «сердце», ученые выделяют духовный и моральный аспекты в его понимании как определяющие. Главными характеристиками понятия «сердце» являются: *свобода, воля, любовь, основные моральные принципы, совесть, творчество, интуиция, ответственность за все, что происходит, самоуважение*, которые определяют сущностное достоинство личности.

Вечные нравственные принципы, которые сосредоточены в памяти сердца, обеспечивают целостность и стойкость моральных ориентиров личности в обстоятельствах, которые постоянно изменяются.

Нравственно-духовная сущность личности (то, что связывают с понятием «сердце») является *принципом*, который согласовывает индивидуальные стремления и интересы с *общечеловеческими* и *общественно-значимыми* духовными ценностями и нуждами, сохраняя свободу и ответственность личности, оберегая достоинство каждой индивидуальности, раскрывает ее место в обществе.

(Бильчук Н.Л. Кордоцентризм как методологический принцип целостного понимания человека и его места в обществе. Автореф. диссерт. ... канд. филос. наук. Харьков, 2001)

О взаимосвязи сердца и мысли

Используя научный метод Кирлиан для изучения объектов, к интересным выводам приходят ученые В.П. Ануфриев и Е.И. Ануфриева. Применяя метод математического анализа при исследовании сердечного ритма ими было обнаружено, что мысль и сердце взаимосвязаны. Мысль, прочувствованная сердцем, зарождается в сердце, передается и принимается сердцем; мысль изменяет пульс сердца и его ритм. Исследования по изучению влияния мысли на сердечный ритм показали, что мысль, посланная в пространство, повышает вибрации посылающего, если это мысль добра и не о себе. И чем больше искренности вкладывает человек в посылку, тем заметнее увеличение пульса (от трех до десяти ударов в минуту); мысли, таким образом, как бы придает определенную сердечную энергию, усиливающая ее жизнеспособность⁵.

⁵ Ануфриева Е.И., Ануфриев В.П., Старченко М.Г. Сердце мыслит// Новая Эпоха, 1999, № 2(21). www.pedagogika-cultura.ru

Такие же выводы – о взаимосвязи эмоций человека и мыслительной деятельности – были сделаны ученым-психологом Л.В. Путляевой, которая, по результатам своих исследований, приходит к заключению: «Несомненная и непосредственная связь мыслительных и эмоциональных процессов, взаимное влияние, проникновение их друг в друга ... являются, по-видимому, необходимыми качествами различных уровней или этапов мыслительной деятельности»⁶.

Сердце – «точка входа духа в материю»

«Во время внутриутробного развития сердце формируется первым. Оно начинает биться еще до появления физического мозга, за этим стоит скрытый смысл: жизнь начинается тогда, когда что-то включается в сердце. Происходит одухотворение человека, и сердце начинает биться... Теперь мы знаем определенно, что сердце на чисто физическом уровне посылает мощные импульсы головному мозгу и в-сему остальному телу».

«...Сердце представляет собой вход в совершенно новый разум, который бросает вызов традиционному, логическому, линейному мышлению. Сердце являет собой полный переход планетарного сознания в иное измерение (от трехмерного – к четырехмерному)».

(Институт математики Сердца:

<http://heartmath.com/> и <http://heartmath.org/>.)

Сердце - духовный аспект сознания

Сердце изучается разными науками, но, в основном, его исследуют как физический орган. Однако, в педагогике, – в основу которой входит и такая наука, как психология (наука о душе, а значит, о сердце), – подходят к нему иначе. «Сердце есть свыше действующий орган, – пишет выдающийся педагог современности, академик Российской Академии Образования Ш.А. Амонашвили, – Это Дом Духа, убежище Совести, источник Любви, импульс Добра, кладезь Мудрости, магнит Единения, опора Разума, хранитель Памяти. Через сердце человек источает свои дары Духа, через сердце он пропускает всю свою жизнь».

⁶ Путляева Л.В. О функциях эмоций в мыслительном процессе // Вопросы психологии, 1979, № 1. – С. 28-36.

См. также Путляева Л.В. Воспитание сердца. // Дошкольное воспитание, 2006, № 6. – С. 21-26.

Этими словами сопровождается недавно вышедшая из печати книга «Философия сердца в концепции Гуманной педагогики»⁷, которая посвящена историческим судьбам философии сердца. В данном исследовании автор прослеживает *идею сердца* в культуре народов мира. В ней особо уделяется внимание педагогике воспитания сердца. Отмечается, что *философия сердца* – форма космического мышления в педагогическом сознании, в педагогике будущего.

Почему выдающиеся педагоги, мыслители, философы, духовные наставники во все времена и у всех народов придавали такое значение идее, феномену сердца?

Понимая *сердце* как особый орган, символ души, центр наших чувств, переживаний, настроений и понимая под лучшими из чувств Любовь и Добро, можно представить, что противоположное им будет бессердечие. Всем известно, что войны, междоусобицы, всякого рода раздоры, происходят именно от неразвитости сознания людей, недостатка духовного воспитания. В сердце, забывшем о добре, в сердце холодном и неотзывчивом, гнездится грубость, жестокость, в нем легко поселяются зависть, обидчивость, мстительность, агрессивность. а за ними – желание воевать, захватывать, и тогда насилие (притеснение, гонение, нажим) воспринимается как норма.

Мудрые мыслили дальновидно и понимали, что ход развития современной цивилизации с его явным уклоном в сторону техники, усовершенствования производственных технологий неизбежно приведет к приоритету логики, рассудка, холодного расчета, и отодвинет в сторону духовные аспекты развития общества – все это значительно усложнит эволюцию человечества. Сложность заключается в том, что истинное совершенствование общества и каждого отдельного человека может осуществляться лишь *путями духа*, где нравственный, моральный, духовный аспект сознания играет главенствующую роль.

На этих путях особое место отводится работе по *воспитанию сердца*.

Но прежде чем приступить к этому не простому действию, в первую очередь необходимо *осознать значение Сердца*.

Сердце, подобно аккумулятору, накапливает энергию и таким образом является хранителем жизни, здоровья – не только физического, но и духовного. Нравственный аспект сердца – его способность сосредотачивать самые высокие человеческие чувства, наряду со спо-

⁷ Лебеденко А.А. Философия сердца в концепции Гуманной педагогики. – М.: Издат. Дом Шалвы Амонашвили, 2005. – 126 с.

способностью накапливать и распределять психическую энергию, – обеспечивает человеку *иммунитет*. Энергия сердца делает человека неуязвимым.

Для того, чтобы правильно пользоваться этим сокровищем, надо многое знать и сознательно стать на путь самосовершенствования.

Великий смысл, который несет в себе сердце, заключается в том, что оно, являясь духовным аспектом нашего сознания, соединяет *земное с небесным* и приобщает человека к Источнику жизни, к Высшему Миру. Когда человек обращается в сознании своем к лучшему и прекрасному, то в этом деянии участвует человеческое сердце, но не рассудок. Без такого соединения – сердца с Высшим Миром – немыслимо человеческое существование.

Развитие сердца – это раскрытие его глубинного потенциала, накопленного в ходе бесконечного эволюционного странствования души, или, иначе говоря, *пробуждение чаши накоплений*.

Целую науку можно создать – Сердцеведение.

- *Разделение человечества идет по линии сердца.*

ВОСПИТАНИЕ СЕРДЦА

Сердце – есть *путь, средство и метод* достижения целей, высоких и благородных. Но для того, чтобы этот метод стал действенным, сердце надо воспитать. Воспитывать свое сердце, стремиться к его утончению, к развитию – значит воспитывать себя.

Чтобы приблизиться к *методу* сердца, нужно, прежде всего, научиться уважать все, сопряженное с сердцем, понять, *что* сердцу чистому свойственно, *что* ему присуще.

Что свойственно сердцу?

- Кодекс сердца: сеять добро каждым взглядом, каждым прикосновением.
- Чистое сердце подобно гармонично звучащему аккорду в музыке.

Сердцу чистому присущи следующие качества: *Любовь – Самоотверженность – Искренность – Простота – Доброжелательность – Чуткость – Отзывчивость – Благодарность – Терпение – Милосердие – Сострадание* – все то, что составляет понятие *Человечность*.

Любовь и самоотверженность

Сердце живет самоотвержением. Именно, сердце не приемлет эгоизма-самости. Крепко сердце, когда оно заботится о будущем, не думая о себе.

Самоотверженность – главная характеристика развитого сердца и результат чистосердечных устремлений. *Самоотверженный человек* – это тот, кто жертвует своими интересами ради блага других, ради общего блага. В этой характеристике выявляется важнейшее качество развитого сознания – твердость, присущая духу. Лишь по ошибке можно считать, что *сердечность, мягкосердечие* есть безволие. Те, кто считают так, пусть задумаются над понятиями *Подвиг и Героизм*⁸.

Качество самоотверженности непосредственно связано с понятием *Любовь*.

Любовь – высшее из всех чувств, оно предполагает бескорыстие и самоотдачу. И поэтому тот, кто живет с закрытым сердцем (опасается открыть свои добрые чувства людям), может быть, и хотел бы полюбить, но не может испытать это великое чувство:

*«Мне близок Бог – но не могу молиться,
Хочу любви – и не могу любить»*

(З.Гиппиус «Бессилие»)

Вот как говорится о Любви в источнике высшего познания – Новом Завете:

«Если имею дар пророчества, и знаю все тайны, и имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а *не имею любви*, – то я ничто. И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а *любви не имею*, нет мне в том никакой пользы.

Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине; все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит. *Любовь никогда не перестает»*.

(Новый Завет. Первое послание св. Ап. Павла к Коринфянам. Гл.13)

⁸ Подробнее об этом см.: День единения в Культуре: Пособие для педагогов по проведению Дня Культуры / Авторы-составители Уварова Л.И., Полякова Т.И. – СПб: Издательство «Левша. Санкт-Петербург», 2002. – С. 89-94. (www.cultura.spb.ru)

По этому *определению Любви* видно, что большинству из нас еще очень далеко до истинного понимания, а тем более – проявления, этого величайшего дара, данного человечеству. Но это не значит, что к нему не надо стремиться.

Бессилие при попытке полюбить – от неспособности к самопожертвованию, самоотверженности и как итог избегания ситуаций, где требуется самоотдача. Но любовь без доброжелательства, чуткости, душевного отношения к миру сама по себе в душе не родится. Начинать надо с малого – научиться умению быть доброжелательным. Доброжелательство – основа жизни.

Связь с Высшим Миром

Образование, равно как и воспитание, без связи с Высшим началом, как об этом писал еще Платон, обречено на вырождение. О стремлении к этому Высшему, животворящему, светлому Началу писали лучшие представители культуры разных эпох и народов.

«Человек, чье сердце наполнено любовью к Высшему и людям, является аккумулятором и источником психической энергии. Он отдает без счета, но и получает без меры. Именно психическая энергия, сосредоточенная в сердце, дает силы подвижникам и всем великим деятелям всю жизнь неустанно трудиться во благо, преодолевая сверхчеловеческие трудности и напряжения; психическая энергия помогает переносить все муки и страдания, физические и душевные, которыми устлан путь таких людей. Энергия, отданная на помощь ближнему, снова восполняется чувством любви.

Для того, чтобы присоединиться к Источнику психической энергии, нужно осознать *закон Иерархии* и те условия, которые приводят к соединению с ней»⁹.

Распознавание сущности явлений

Сердцу дано постигать самое главное – суть явлений, и радуется оно не внешней красоте, но внутреннему, духовному содержанию. Можно утверждать, что от *внешнего* идет ум, сердце же – от *сущности*. Только сердцем прозреваем красоту мира.

Отличать внешнее (видимость, наружность), где много суетливости, от внутреннего движения умеет именно сердце. Об этом особенно важно вспомнить, например, в момент выбора профессии, когда надо прислушаться к внутреннему голосу о своем предназначении, призвании.

⁹ Психическая энергия: Накопление и расточение / Сост. Спирина Н.Д. – Екатеринбург, МГП «Велес», 1991.

Сердце наполнено *чувствознанием* – знанием духа. Это сердечное постижение мира, так называемое прямое познание действительности – не умом, но сердцем – условно говоря, интуиция, или шестое чувство. Это состояние помогает преодолевать возникающее противоречие между эмоциональным и рациональным путем познания и представляет собой более высокую ступень человеческой эволюции. К развитию чувствознания приводит *утончение*. Оно воспитывается в процессе формирования культуры чувств¹⁰.

Сердце – источник радости и торжественности

Люди одушевляют сердце, говоря: «Сердце радуется», – когда они видят или слушают Прекрасное (заметим, что об уме так не говорят, поскольку ум бесстрастен).

Радость непреходящая рождается от стремления к совершенствованию. Радость можно сравнить с сильным магнитом, поскольку она притягивает к себе сердца и дает обладателю ее импульс жизни и сопротивляемости всяким неприятностям и препятствиям, тогда как уныние порождает безволие.

Радость мудрая рождает иммунитет. Такая радость близка к понятию *торжественность*. Торжественностью многого можно достичь, и надо учитывать, что закаляется она на мелочах. Возвышенного, ра-

¹⁰Под **культурой чувств** понимается: степень духовного развития чувств, эмоциональной грамотности человека, его способность к утонченному восприятию. Мерилом, *критерием* культуры чувств принято считать соотношение поступка человека как проявления его нравственного чувства с интересами других людей. Таким образом, культура чувств нечто большее, чем этикет или вежливость. Сопереживание, доброжелательство определяют критерий воспитанности человека вообще. Культура чувств формируется в процессе общения с природой, в трудовой деятельности, в межличностных контактах.

Издrevле в воспитании человека придавалось особое значение воспитанию чувств и только потом воспитанию ума. Воспитанию чувств способствует: развитие хорошего вкуса (чувства прекрасного) через утонченное восприятие мира – природы, людей, произведений искусства; привитие навыков *наблюдательности*, развивая при этом внимание и волю; развитие высоких, нравственных чувств, включающих все богатство эмоциональных отношений человека к действительности (воспитание чувства долга, ответственности, патриотизма, сострадания и т.п.)

достного состояния не обрести, если жить всецело мелкими, личными интересами. Суета и сутолока погружают сознание в обыденность и делают жизнь бесцветной.

Качество торжественности характерно тем, что совершенно исключает многие мелкие чувства и свойства. Например, такие как: *суетливость, страх, подобострастие, болтливость, легкомыслие, ложь, распущенность, мелкие и нечистые мысли* и многое другое – словом, все то, что нередко является характерной особенностью обывательского состояния сознания. Суета является антиподом торжественности, но серый мир обывателя держится, именно, суетою. На обыденности не взлететь – она лишает нас крыльев. Но настроенность на ключе Красоты возвышает.

Торжественность нельзя понимать как напыщенность или надутость, она будет выражением понимания величественности и красоты жизни, мироздания.

Искренность и простота

Искренность и простота – основы великого творчества отношений между людьми. *Искренний* – значит, прямой, нелицемерный, непритворный. Противоположностью этим качествам будут хитрость, лукавство ловкачество, изворотливость, а также сложность, вычурность.

Простой человек добродушен, он действует от всего сердца, с открытой душой, чистосердечно. Сердце простое бесхитростно, оно живет без самомнения. Такой человек не проявит ни в чем своего превосходства, и не испытывает чувства собственности. Он прост в общении с людьми и нетребователен – с ним легко.

Доброжелательность

Главный принцип сердца – допущение и доброжелательность, открытость ко всему доброму, к свету, откуда бы он ни исходил. Действительно, на чем же иначе мы будем испытывать рост сердца, как не на добре и на доброжелательстве?

С детьми, с юным поколением надо много говорить о Добре и о доброте, особенно в наши дни, когда страсть к наживе и всякого рода безнравственность стали преобладать в обществе.

Необходимо, прежде всего, осознать губительность *недоброжелательства* (недобрых мыслей и поступков): *равнодушие, холодность, высокомерие, злость, зависть, злопамятство, мстительность* и многое др. К несчастью, эти черты бездушного, бессердечного отношения людей друг к другу проявляются и среди женской половины человечества. И это несмотря на то, что природа наделила

именно женщин *милосердием, мягкостью, заботливостью* – всем тем, что свойственно материнству и что зовется *сердечностью*. Такие лучшие черты, если и проявляются, то лишь в семейном, домашнем кругу, но о доброте сердца избегают вспоминать в деловых отношениях, и тем более не принято проявлять это в социуме (в том числе и к старикам, детям). Но все это сказывается на общих взаимоотношениях людей, культуре их поведения (которая вовсе не сводится лишь к этикету) и в целом влияет на общую атмосферу – как того малого коллектива, в котором человек трудится, так и большого, глобального коллектива, имя которому человечество.

Благодарность. Признательность

Благодарность – прекрасное качество, которое следует развивать. Значение благодарности в том, что она важна не столько тому, кого благодарят, но, согласно действию законов духа, она приносит больше пользы человеку, проявляющему благодарность.

Часто детей заставляют произносить бессмысленную благодарность, но при этом не указывают на внутреннее ее значение. Повторение неосознанных слов ничего не дает.

Откуда берется скверная привычка осуждать? Она укореняется там, где не умеют быть признательными, благодарными, не привыкли замечать доброе в людях, не видят их старания. Правда, здесь есть одна особенность: чужую неблагодарность по отношению к себе, своему усердию мы подмечаем быстро, но неблагодарность к другому в себе, как правило, не видим. Свойство привычки – быть не замеченной, не контролируемой сознанием. Потому она и живет, что бесконтрольна. Казалось бы, мелочи жизни – привычки, но из них складывается главное.

Все свойства измеряются сердцем

Кто-то пишет сердечные воззвания, но и сердечность, и внимательность нужно показать в действиях.

Милосердие, сострадание, отзывчивость – все это особые качества сердечности, характеризующие личность действенную. Также и *чуткость* – свойство развитого, чистого сердца, это умение быть внимательным, желанием помочь, но также и умение распознавать фальшь – в жизни, как в музыке.

Одним из самых важных качеств является *терпение*. Испытание терпением есть одно из высоких испытаний. Без связи с Высшим Миром, без осознания его значения, к пониманию терпения не приблизиться.

И *мужество* может быть обретено только в сердце.

И особенно – *трудолюбие*. Сердце – неутомимый труженик, который работает всю жизнь непрестанно, и оно является для нас не только символом любви, но и символом трудолюбия.

* * *

Перечислить здесь все качества личности, которые достигаются воспитанием сердца невозможно, но учитывая тенденции развития общества, нужно принять как неотложность – прилагать максимум усилий, чтобы направить сознание людей к духовно-нравственному совершенствованию.

Без преувеличения можно сказать, что спасение от социальных и природных катастроф – в Культуре как средстве и методе воспитания сердца.

Здоровье и профилактика

Основой здоровья и профилактики, как известно, являются действия по укреплению иммунитета.

Необходимо помнить, что *иммунитет заключается в сердце*: лишь чистое мышление и энергия сердца делает человека неуязвимым.

Сердцу нужно помочь порядком мыслей. Именно, необходима дисциплина над самыми малыми мыслями, поскольку беспорядочное мышление сказывается губительно на процессе развития личности. Чтобы установить контроль над мыслями, не требуется много времени, но важно осознать ответственность за них.

Здоровье сердца – и в целом здоровье человека и его долголетие – зависит от качеств, перечисленных выше, от того, насколько они развиты и приняты во внимание. Важно усвоить, что *духовное здоровье есть главная основа здоровья тела*.

Психопрофилактикой можно назвать то, что связано с работой по самосовершенствованию личности. Все качества, перечисленные выше, имеют своих *антиподов*, и, начиная работу над собой, необходимо тщательно изучить свои привычки, и обратить внимание на те, которые порождены самостью-эгоизмом, существующие на основе *самоумнения и нетерпимости*.

Обидчивость, лень, опасение, раздражительность, нечестность, многословие, несдержанность – все эти «украшения самости», так же как и *корыстолюбие, грубость, похоть, сквернословие* – должны быть порицаемы в сознании и отвергнуты как неприемлемые.

И в первую очередь необходимо искоренить допотопные привычки – *курение, пристрастие к вину, еде, а также пересуды и сплетни, обороты мелких, ненужных дел, осуждение и гнев*. Такие привычки делают человека неподвижным в духовном плане, неспособным к внутренним переменам. Главное – они перегружают сердце, пагубно действуют на его здоровье и развитие.

Воспитание сердца невозможно без избавления от этих и других вредных привычек.

Берегите сердце – остальное починить легко

Когда говорят – берегите сердце, это, прежде всего, значит: не раздражайтесь, не будьте враждебны к людям и окружающему миру; а с другой стороны – не огорчайтесь, не впадайте в уныние.

Будьте внимательны к сердцу и очень берегите его – остальное починить легко.

Полезно помнить наставление мудрых: ***«Не сердитесь – сердце не любит этого корня»***. Когда говорят, что кто-то сердится – к Сердцу (как духовному центру) это не имеет отношения, но лишь к сердцебиению, возникающему от ненужных, себялюбивых эмоций.

Понимая под Сердцем духовный аспект сознания, будем помнить, что там нет духовности, где *боязнь, саможаление, сомнение, бездействие, избегание самоотверженности, несоизмеримость, безответственность...*

Над каждым из этих качеств следует задуматься. Особенно необходимо обсудить это с молодым поколением. Обратит внимание на то, что там, где проявляется *зависть, ревность, обидчивость и т.п.* – нет и не может быть личной культуры.

А еще – надо научиться с сердцем *общаться*, и оно отзовется добром. Именно, при начальном его воспитании нужно прибегать к *беседе* с нашим центром – так справедливо можно называть сердце.

Звук, цвет, аромат – помощники здоровья

Знания о том, как правильно использовать звук, цвет и ароматы природы для укрепления и утончения сердца, казалось бы, давно забыты, но при желании каждый может собрать эти сведения из разных достоверных источников.

Сердцу очень полезен консонанс, иначе говоря, благозвучие, гармоничное сочетание звуков. Это действует на человека благотворно, повышает его работоспособность. Трудно переоценить значение в жизни *хорошей музыки*. Необыкновенно большая польза – от *пения*, особенно, в хоровом исполнении.

Из цветов в этом отношении лучшими будут розы. Роза – символ консонанса, она также является символом Сердца. Еще в древности было замечено, что лучшие цветы росли при Храмах, где было много созвучий голосов и музыки.

В наши дни в музыке преобладают диссонансы (негармоничное, не слитное звучание тонов), при этом консонанс и мажор сделались как бы отличительным признаком устарелости. Нужно иметь даже некоторое мужество, чтобы продолжать творить в консонансе мажора-маэстозо (величественного и торжественного характера исполнения).

Световое и звуковое воздействие еще мало изучаются, но именно они являются и лучшими целителями от всяких заболеваний.

И *ароматами* можно так же лечить, как звуком или цветными лучами. Мир полон запахов. Все разнообразие природы зовет к утончению. Прекрасно было сказано: “*В цветах оседает небо на землю*”. Кто любит цветы, тот на пути Сердца.

Здоровью сердца помогает и само Искусство, правильное понимание его и соответствующее к нему отношение – как к источнику Света, духовности – помогает уйти от власти быта и мелочных, изнуряющих мыслей. Человек устает именно от этих пустых и малозначительных дум, которые подтачивают здоровье сердца.

Забываясь о здоровье, призовем на помощь все Музы (*поэзии, танца, наук и искусств*), красоту и могущество Природы.

В СЕМЬЕ - НАЧАЛО СЕРДЕЧНОГО ВОСПИТАНИЯ

«Родители являются первыми педагогами», – указано в Законе об Образовании (статья 18).

Современным родителям полезно задуматься над вопросами, которые, хотя и были заданы давно, но все еще актуальны:

«Много ли сердечности в семье? Притягательна ли домашняя обстановка? Есть ли возможность серьезных устремлений среди быта современности? Есть ли что-то ведущее и восхищающее в трудной домашней обстановке?.. Кто прокурил дом свой? Молодежь ли наполнила домашнее вместилище спиртными напитками? Хотят ли в семье говорить с молодежью?

Устремлена ли семья к будущему? Где именно рождается равнодушие к добру и злу? Где начинается рассадник осуждения? Где впервые

услышала молодежь анекдоты кощунственные? Где впервые слышат много разрушительного и очень мало созидательного?»¹¹

Сердечное воспитание необходимо начинать с самого раннего возраста. Если с первых лет в семье устанавливается доброжелательство как принцип взаимоотношений, а *труд как единственная основа* жизни, как самосовершенствование – это значительно облегчит и ускорит процесс развития личности. Причем труд не для эгоистических целей, но *на пользу общую*, как это было принято в лучших семьях, из которых в дальнейшем вышли многие выдающиеся люди.

Воспитание любви к Прекрасному

Наряду с развитием памяти, – что является немаловажным на пути воспитания Сердца, – человеку нужно учиться способности видеть Прекрасное. Пусть *внимательность* и *наблюдательность* растут с малых лет. И пусть эти упражнения будут не только на специальных занятиях, но и в быту, в домашней обстановке.

Древнее изречение, образно и ярко формулирующее закон: *«Не учащий сына своего художеству, готовит из него грабителя на большой дороге»*, – не должно быть забыто.

Пусть родители, приобщая детей к Искусству, сами помнят о животворном его воздействии, и не забывают о собственном развитии.

Необходимо украшать жизнь. Но украшать надо не только Банки, Дворцы и собственные дома, но и Школы, и Библиотеки должны быть прекрасны! В наше время приходится напоминать и об этом – подавляющее большинство из них сегодня находится далеко не в лучшем состоянии. И как справедливо когда-то отмечалось, *должны быть прекрасны и тюрьмы – тогда больше не будет тюрем*, поскольку не будет и преступлений.

Через Искусство имеее Свет, – наставляли мудрые.

* * *

Что родителям необходимо, прежде всего? – В семье стремиться быть примером. Как много значит атмосфера, в которой живет ребенок! И при этом – нелицемерная. Чаще всего, получается так, что родители ограничиваются лишь поиском средств на оплату обучения своих детей, но при этом сами они, взрослые, не обращают внимания на собственное поведение. От того, какие ценностные ориентиры усваиваются детьми в семье, во много зависит результат воспитания.

¹¹ Рерих Н.К. О Вечном...: Книга о воспитании. – М.: 1991. – С. 61.

Поэтому родителям так важно осознать свою ответственность – и перед детьми, и перед обществом – за свой образ жизни. Необходимо понимание значения *самообразования* и большая просветительская работа в этом направлении – по осознанию Основ Жизни.

Если такое понимание есть, и перед детьми, подростками ставятся вопросы о смысле жизни и о самосовершенствовании, то результаты воспитания получаются соответствующими. Когда юноша в пятнадцатилетнем возрасте на вопрос: «Для чего живет человек?» – отвечает в поэтической форме, перечисляя среди много прочего, главное:

«Ну, а может, жить – это творить:
Музыку душою сочинить
Или сердцем холст нарисовать,
Иль законы мироздания открывать?»

Для чего живет на свете человек?
Для чего свой коротает век?
– Чтобы в бесконечности небес
Разум, данный свыше, не исчез,
Чтобы чувства не пропали, не ушли,
Чтобы в вечность, как песок, не утекли...»

– то в этом видна немалая работа педагогов и родителей¹². И можно ли себе представить, чтобы ребенок, к воспитанию и образованию которого подходят, прежде всего, со стороны духовности, огорчал бы девиантным поведением?

Век просвещенного материнства

Чувство любви материнской признается всеми народами как самая высокая любовь – после любви к наивысшему, к Богу.

Некоторое время назад общественностью, передовой частью интеллигенции, была организована акция – общероссийский марафон «Дни просвещенного материнства». Ниже приводится часть из текста Обращения, составленного его участниками.

«Настоящая мать учит своих детей любить Жизнь, Солнце, Звезды, мечтать о счастье, быть верным в дружбе и любви, быть честным и благородным. Именно через любовь матери дети впитывают любовь к Земле, людям, животным, ко всей природе.

¹² Полностью стихотворение Алексея Пятакова «Для чего живет человек?» см. журнал «Педагогика Культуры» – 2005. – № 1.– С. 40.
www.pedagogika-cultura.ru

Неизмеримо велика роль матери, женщины в воспитании достойного человека. Женщина-мать своим примером влияет на формирующееся сознание ребенка. Воспитание в духе гуманизма, нравственности, культуры – это начало борьбы за мир, ненасилие и человечность. Именно воспитание и образование способны изменить мир к лучшему».

Роль женщины в семье и в целом в жизни в наше время значительно возросла. Это связано с тем, что стремительно меняются космические условия, в которых находится наша планета и люди, обитающие на ней. И для того, чтобы выжить, человечество должно идти по пути *утончения сердца*. Сердце женское, ее психический аппарат, как утверждается во многих источниках, более совершенен, он утонченнее мужского¹³, и в связи с этим, значимость женщины в духовном плане, ее интеллектуальное и нравственное развитие, все больше возрастает в жизни общества. В связи с этим, и в семье, и в школе особенно важно уделять внимание образованию девочек, их духовно-нравственному воспитанию.

НА ЯЗЫКЕ СЕРДЦА

Говорить на языке сердца – это не только говорить о сердце, но это значит говорить, заботясь о том, чтобы дошло не только до ума, но больше – до сердца, это значит – говорить, в том числе, и образно. Особенно с детьми. Но каждый, кто хотя бы раз пытался делать это, знает, как это не просто. Трудность в том, что нужно, хотя бы в некоторой степени, *любить* – и людей, для кого трудишься, и дело, которым занимаешься. Если этого нет, то и речь, даже хорошо составленная, но основанная лишь на рассуждениях, не тронет сердца слушателей, хотя бы она и восхищала своей блестящей и гладкой логикой.

*Ты можешь прочесть тысячу книг
И на все получить ответ,
Но знай: ты еще ничего не достиг –
Без любви продвижения нет.*

(Н.Д. Спирина)

В повседневной работе с детьми, с юным поколением пусть больше говорится о Доброте в ее истинном понимании; о том, что

¹³ См. например, статью доктора филос. наук В.В. Фролова “Воспитание сердца как путь развития человека Новой Эпохи” // Новая Эпоха – новый человек. – М.: МЦР, Мастер-Банк, 2001. - С. 233.

мысль есть основа совершенствования; о великом значении Сердца и явлений Прекрасного в жизни; об очищении мысли и чистоте сердца; о нравственных качествах личности, которые есть психозащита, и о том, что все это является основой здорового образа жизни.

Пусть и дети, и взрослые помнят о том, что Сердце есть Сокровище, которое надо беречь как самую дорогую ценность.

Явление каждого знаменательного дня пусть сопровождается напоминанием о сердце, как о самом неотложном.

* * *

«Не может народ успевать, если не будет спешить в познании», – говорится о тех, кто может и умеет принести людям знания. – «Лишь немногие могут помочь народу в познании, и тем лицам воздадим почитание. Каждый из них не только прочел уже написанное, но вложил каплю и своего познания. Такая капля есть дар Беспредельности»¹⁴.

Отдадим должное труду педагога – благодаря, именно, ему, можно изменить жизнь общества к лучшему.

Кто-то снова скажет, прочитав текст: «Давно знаю все это!» – и пойдет по своим делам, но опасно не осознавать ответственности. Если человек *знает*, он должен действовать – знания, без применения их в жизни, ложатся тяжелым грузом на знающего.

Пусть на Празднике Культуры прозвучат прекрасные произведения и добрые слова о самом возвышенном – о Культуре, о людях, которые трудятся на общую пользу. Человек культуры – тот тот, кто с максимальной эффективностью реализует свои индивидуальные способности во имя Общего блага¹⁵.

* * *

¹⁴ Учение Живой Этики. Надземное, п. 174.

¹⁵ Морозов А.В., Чернилевский Д.В. Креативная педагогика и психология. – М.: Акад.Проект, 2004. – С. 525.

* * *

– Дедушка, что ты шепчешь? – спросил я, заметив, что он перед сном что-то про себя бормочет.

– Кладу мысль на Сердце, сынок... – ответил он. Я удивился:

– Что это значит? Мудрый дедушка сказал мне:

– Не хочу поспорить с соседом, который подвел меня, а как быть, не знаю. Вот и положу мысль на Сердце и засну, а утром Сердце подскажет, что делать...

– Откуда Сердце знает, дедушка?

– Сердце все знает, сынок, я всю жизнь учусь у него – и тебе советую. Когда ищешь ответ на сложный вопрос, когда что-то бывает непонятно, положи перед сном мысль на Сердце, а наутро откроются тебе ответы... Только делай это с верою...

Так сказал дедушка, когда мне было девять лет. И я познал в жизни очень многое о своем педагогическом искусстве, кладя мысль на Сердце перед сном.

Мне повезло с дедушкой.

А Вам?

Амонашвили Ш.А.,
академик Российской Академии Образования.
«Без Сердца что поймем?»

* * *

Упражнения и задания по теме развития и утончения сердца

1. Подберите ЭПИТЕТЫ к слову «Сердце» (примеры из словаря эпитетов см. на стр. 30) и поясните, что они означают, а также АНТОНИМЫ к каждому из качеств *сердечности*, упомянутых в данном пособии (пример антонимов: *отзывчивость – равнодушные; жестокость – доброта, человечность, гуманность, милосердие*).

2. Продолжите список ПОСЛОВИЦ по теме «Сердце», и поясните их: *Сердце матери лучше солнца греет./Сердце сердцу весть подает./ Сердце не камень – тает./ Сердцу не прикажешь./ Сердце соколье, а смелость воронья./ Сердце с перцем, душа с чесноком./ Сердце яро, место мало, расходиться негде./ Язык держи, а сердце в кулак сожми./ Душа не стерпит, так сердце возьмет./ Словами мать ругает, но сердцем – благословляет./ Голова должна слушать сердце, а сердце – голову./ Что из сердца выходит, то до сердца доходит;*

также дополните пословицы по теме «Добро»: *Не устоять худу против добра./ Доброму бог помогает./ От лихого не услышишь доброго слова./ С добрым жить хорошо./ Делать добро спеши./ Добро худо переможет./ Добрый скорее дело сделает, чем сердитый./ Доброе дело на век (или – на два века: на этот и на тот)/ Доброе дело крепко.*

3. Определите литературных героев по наличию у них КАЧЕСТВ СЕРДЕЧНОСТИ. Можно ли назвать «добряка» Обломова сердечным человеком? Что значат слова в стихотворении М.Ю. Лермонтова «На смерть поэта»: «*Пустое сердце бьется ровно*»?

4. Полезным упражнением для развития сердца может послужить прочтение и обдумывание рассказов и легенд Н.С. ЛЕСКОВА – таких как: «*Христос в гостях у мужика*», «*Маланья – голова баранья*», «*Дурачок*», «*Неразменный рубль*».

5. Работа с текстом обращения к молодежи «ТРИ КЛЮЧА» Елены Ивановны Рерих также может стать хорошим упражнением для духовного развития, если после прочтения этого произведения выписать и сформулировать качества личности, о которых говорится в нем¹⁶.

6. На основе изучения литературного опыта – поэтических произведений – с целью формирования культуры восприятия, можно составить СЛОВАРЬ ОБРАЗОВ к таким темам, как *сердце, дух, душа, женщина* и т.п.

Пример: **Сердце, как свиток** («...в нем скрыты наших чувств черты» – Г. Державин, «Что сердце? Свиток чудотворный, где страсть и горе сочтены...» – А. Блок). **Сердце, как весы** («Тихо пришли в равновесье зыбкого сердца часы...» В. Брюсов).

Сердце, как *пространство, сосуд, строение, светильник, свет, огонь* и т.п. – см. Словарь поэтических образов. В 2-х т. – автор Н.В. Павлович.

7. «Какая душа, такая и ПЕСНЯ» – что можно сказать по поводу этой поговорки? Вспомните песни, где упоминается сердце.

8. Соберите сведения о всех девяти Музах. Обдумайте значение каждой из них для нашего времени.

О СЕРДЦЕ. Словарь эпитетов¹⁷

1. *О душевных качествах, характере человека; о человеке как носителе каких-либо свойств, черт характера. О способности сильно, горячо чувствовать, любить; о добром, мужественном, прямодушном характере человека.* Ангельское, бескорыстное, беспокойное, бесстрашное, благое (*устар.*), благородное, большое, бурное (*устар. поэт.*), великодушное, великое, верное, вещее, впечатлительное, высокое, глубокое, горячее, гуманное, девственное, доб

¹⁶ Рерих Е.И. Три ключа // «Педагогика Культуры» – 2006. – № 5. – С. 53-55. <https://roerich-lib.ru/index.php/e-i-rerikh/e-i-rerikh-tri-klyucha>

¹⁷ Горбачевич К.С. Словарь эпитетов русского литературного языка. – СПб: «Норинт», 2002.

рое, доверчивое, емкое, жадное, жаркое, женское, живое, знойное, золотое, кроткое, ласковое, львиное, любвеобильное, любящее, маетное (*разг.*), многолюбивое, молодецкое (*нар.-поэт.* и *разг.*), молодое, мудрое, мужественное, мягкое, мятежное (*устар. поэт.*), надежное, невинное, нежное, неистовое, ненасытное, неподкупное, непорочное, неугомонное, обширное, огненное, огромное, орлиное, отважное, отзывчивое, открытое, памятликое, пламенное, податливое, порывистое, правдивое, праведное, преданное, простое, прямое, пылкое, ретивое (*нар.-поэт.*), свежее, своевольное, святое, смелое, страстное, теплое, томное, трепетное, удалое, хорошее, храброе, целомудренное, человеческое, честное, чистое, чувствительное, чудное, чуткое, шелковое (*разг.*), щедрое, юное.

О неспособности сильно, горячо чувствовать, любить; о равнодушием, жестком характере. Глухое, окаменелое, сонное, черствое, эгоистичное.

* Вымороженное, женоненавистническое, заскорузлое, мглистое, молчаливое, непутевое, обожженное, ожиревшее, очеченелое, рабье, седое.

2. О состоянии, настроении, переживаниях. Бедное, безотрадное, беспечное, бессонное, взволнованное, веселое, воскресшее, встревоженное, гневное, горемычное, замирающее, замученное, изнеможенное, истерзанное, истомленное, легкое, многострадальное, наболевшее, надорванное, беспокойное, несчастное, ноющее, обездоленное, ожившее, опустошенное, очарованное, победное (*нар.-поэт.*), радостное, разбитое, сокрушенное, спокойное, стесненное, страждущее, счастливое, тяжелое, убитое, угнетенное, унылое, усталое.

* * *

Пословицы

Сердце матери лучше солнца греет.
От сердца до сердца – кратчайший путь.
Сердце без любви – сад без цветения.
Сердце в огне – искры на языке.
Женское сердце видит больше,
чем глаза десяти мужчин.
Не устоять худу против добра.

Из восточной мудрости

Путей много, но сердце знает ближайший.
Сердце – Обитель Бога.
Знание, согретое сердцем, покажет людям
прекрасное сокровище.
Считайте сердце главным судьей.
Лучшее знание – сердце.
Ум не понимает сердце, но оно знает.
Если бы сердца людей были наполнены красотой,
не был бы нужен подвиг.
Пусть пламя сердца пылает огнем сострадания.
В сострадании заложена великая жемчужина
Тайного Знания
Сердце – лучшая охрана, но нужно,
чтобы сердце не уснуло.
Чистота сердца есть самая нужная собственность.

Литература:

1. Амонашвили Ш.А. Без сердца, что поймем? – М.: Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 2004.
2. Андрианов М.А. Философия для детей (в сказках и рассказах): Пособие по воспитанию детей в семье и школе. – Мн: «Совр. слово», 2005.
3. Дети нового сознания: Материалы междунар. научно-обществ. конференции. – М.: МЦР, Мастер-Банк, 2007.
4. Живая Этика. – М.: Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 1999. (Антология Гуманной педагогики)
5. Лопатина А.А., Скребцова М.В. Вершины мудрости: 50 уроков о смысле жизни (Для занятий с детьми среднего и старшего школьного возраста). – М.: «Книжный Дом Локус», 2003.
6. Лебеденко А.А. Философия Сердца в концепции Гуманной педагогики. – М.: Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 2005.
7. Рерих Е.И. Путями духа. – М.: Сфера, 1999.
8. Рерих Н.К. Зажигайте сердца! – М.: Молодая гвардия, 1990.
9. Рудзитис Р.Я. Искусство творить взаимоотношения. – Мн: Мога-Н, 1994.
10. Сухомлинский В.А. О воспитании. – М.: Политиздат, 1975.
11. Толстой Л.Н. Путь жизни. – М.: Республика, 1993.
12. Три Ключа: Педагогический вестник. – М.: 2007.

Интернет-ресурсы:

1. День единения в Культуре – www.culturaspb.ru
2. Педагогика Культуры: Общественный научно-просветительский журнал – www.pedagogika-cultura.ru
3. Живая Школа: Искусство воспитания. – <http://scalae.narod.ru/arp.htm>
4. Гуманная педагогика – проект Сердцеведение www.serdcevedenie.narod.ru/pedagog/amon.htm