

Аннотация. Проблема изучения духа человека остается актуальной и в современном мире, вызывая огромный интерес у исследователей, что говорит о его чрезвычайной значимости.

Ключевые слова: дух, духовность, духовная жизнь, человек, материя, субстанция, воля, сознание, личность, индивидуальность, разум.

Одна из наиболее интересных, интригующих и мало изученных граней человека - это его дух. В жизни человека дух составляет центр его духовной жизни. Об этом ярко свидетельствует вся история эстетической и философской мысли, накопившая значительный материал различных представлений о духе.

Само понятие духа употребляется в разных значениях, как в значении невидимого потустороннего существа, так и в значении состояния человека, его движущей силы, самоощущения [5].

С древнейших времён дух играл важную роль в жизни народов. Друиды утверждали двойственность человека: тело и дух. Само учение друидов имеет начало в Библейских деревьях - древо жизни и древо познания. Древо познания символ духа. Динамическая связь между духом и материей была отражена и в ацтекской мифологии как напряжённость между двумя божествами - Тескатлипокой (Дымящимся Зеркалом), символизирующим материю, и Кецелькоатлем (Пернатым Змеем), представляющим дух. Античные натурфилософы 6-5 вв. до н.э. определяли дух, как «нечто газообразное, жизненную силу, движущуюся в теле людей и животных» [3].

Немецкое слово «дух» обладает большой областью применения, поэтому трудно сказать конкретно, что же имеется в виду. Духом обозначается тот принцип, который составляет противоположность материи. Под ним подразумевают некую имманентную субстанцию или существование, которые на самой высокой и универсальной ступени называются «Богом». Эту субстанцию представляют также в качестве носителя феномена психики или даже жизни. Такое понимание идёт вразрез с противопоставлением духа – природе. В этом случае понятие духа сведено к сверх или противоестественному, оно утрачивает субстанциональную связь с жизнью. Подобное ограничение объясняет точку зрения Спинозы, согласно которой дух есть атрибут единой субстанции [5].

Материализм рассматривает первичность материи и психику, сознание, дух, идею как нечто производное; идеализм разных видов и толков, наоборот, утверждает первенство и независимость идеи, духа, сознания, психики. И с тех пор как Декарт резко противопоставил материю и дух как две различные субстанции, психофизическая проблема приобрела особенную остроту.

Гегель в своём учении говорил об абсолютном духе как высшей ступени самопознания «абсолютной идеи» (искусство, религия, философия). Философия духа – это идеалистическое учение о развитии индивидуального и общественного сознания, об умственном развитии человечества вообще, поэтому история человечества, сведенная к истории его духовного развития, оказывается историей познания и самопознания [2].

Английский философ Томас Гоббс указывал: «В наиболее общепринятом значении слово «дух» - это человеческое измерение, человеческий разум или его склонность» [1].

Всеобщее распространённым является воззрение, согласно которому дух рассматривается как высокий, а душа – как низменный принцип деятельности, у некоторых алхимиков, наоборот, дух слышит за *ligamentum anima et corporis*, при этом последний определённо мыслился как *spiritus vegetativus* (в последующем как дух жизни и нервов). Также всеобщим является мнение, что дух и душа по существу являются одним и тем же, а поэтому могут быть разделены лишь произвольно. Существует другое суждение, исходя из которого душа больше связана с индивидуальностью человека, а дух - с его личностью; дух - источник жизни души. Мы не имеем возможности, определить точную границу между душой и духом, поэтому говорят об их взаимопроникновении, которое теоретически невыразимо.

При более широком толковании слово «дух» означает «одухотворённое бытие». При этом имеется в виду многообразное, разностороннее, изобретательное, блистательное, остроумное и неожиданное функционирование рассудка. Кроме того, духом называют некоторую установку

или принцип, например, воспитание в «духе Песталоцци» или «дух Веймара есть непреходящее немецкое наследие» [5].

В соответствии со своей исконной ветровой природой дух - это уже активная, окрылённая, оживлённая, взволнованная, так же как и живительная, возбуждающая, волнующая, воодушевляющая, вдохновляющая сущность. Дух, выражаясь современным языком, нечто динамическое, и, поэтому, он составляет классическую противоположность материалу, а именно его статике, инертности, неживлённости; это – противоположность жизни и смерти. Религии напоминают о первичном характере духа, чтобы человек не забывал, с чем он соприкасается и чем наполняет своё сознание. Человек ведь не сам сотворил дух, а дух делает то, что человек творит, даёт побуждения, счастливые затеи, терпение, воодушевление и вдохновение. Он настолько пронизывает человеческую сущность, что человек полагает, будто он творец духа и обладает им. В действительности же парафеномен духа овладевает человеком точно так же, как физический мир. Дух лишь с виду кажется уступчивым объектом человеческих помыслов, в действительности же он становится навязчивой идеей.

Именно об этом значении духа говорили ещё древние. Это дух самого человека, который является его не только неотъемлемой частью, но и основой, даже есть выражение «сильный духом». Соломон говорил о духе человека: «Светильник Господень, дух человека, испытывающий все глубины сердца» [1].

Дух человека – это сосредоточение его естества, воли, сознания, личности, индивидуальности, сущности, его движущая сила, он непосредственно подчиняется разуму.

Духовность - степень силы духа, возможная сила воздействия человека на окружающую среду, то, что как правило называют волей; стремление преодолеть себя в своем сознании, достичь высоких целей, следовать личному и общественному идеалу, общечеловеческим ценностям. Духовность также проявляется в стремлении к прекрасному, к созерцанию природы, к классическим произведениям литературы и искусства. Это самое ценное богатство человека, которое нельзя ни приобрести, ни одолжить, а можно только сформировать собственными усилиями.

Существует такое понятие: «твердость духа». Так говорят о человеке, последовательно осуществляющем однажды избранный идеал, превратив достижение его в смысл жизни. Человек, обладающий твердостью духа, не останавливается перед трудностями и сложными жизненными ситуациями. Все поступки он будет совершать по критериям чести, достоинства, справедливости, истины.

Дух человека существует вне времени и пространства. В пространстве и времени находится тело, которое является носителем духа на земле. Многие люди, пережившие клиническую смерть, свидетельствуют, что выходили из тела, могли перемещаться во времени и пространстве вне тела. Также дух человека имеет свойство покидать тело при живом теле. Некоторые рассказывают, что выходили из тела, перемещались в пространстве и времени; среди верующих тоже есть такие случаи, когда они в молитве переносились в другие места в духе, а потом возвращались. Все эти моменты происходят независимо от воли человека, по неизвестным науке причинам, но остаются фактом - дух может покидать тело.

Дух человека играет первостепенную роль в жизни человека: он формирует его отношение и поведение, стремления, действия; это нечто большее, чем эмоции и переживания, это внутренний столб человека, на котором держится всё. Если сломить дух, то человек станет безвольным, не способным противостоять трудностям. «Дух человека переносит его немощи, а пораженный дух, кто может подкрепить его?», - говорил Соломон [1].

В духе человека изначально присутствует стремление жить и побеждать. В тяжёлых ситуациях именно эта сила позволяет нам выжить, предпринять необходимые действия. В духе человека заложены стремления, мечты, дары и таланты. Это не зависит от эмоций, интеллекта, а зависит от внутреннего стремления, внутренней воли, которая движет человеком. Дух может реагировать на то, что мы не видим, предчувствовать беду или, наоборот, благоприятные обстоятельства, он может воспламеняться от той мечты и стремления, которые в нём живут.

Многие люди, руководимые духом, делают то или иное, следуют какой-то мечте и идее, полагая на это всю жизнь, даже когда разум говорит, что это невозможно. Это дух движет ими, наполненный мечтой и целью. Дух знает, в чем человек нуждается, своё предназначение и что нужно делать, куда двигаться, так как он связан с невидимым духовным миром, который невидим нам, но дух имеет связь с ним. У человеческого духа есть голос и необходимо научиться его слушать, так как это наш внутренний человек. Очень часто он называется интуицией, внутренним

голосом, чутьём, или как-то иначе, но суть не меняется. Голос духа человека даже не мысли, а внутреннее знание, внутреннее понимание чего-либо.

Дух человека пластичен, на него можно повлиять: сокрушить или укрепить. От того, как и чем, мы питаем свой дух, зависит каким он становится. Если мы напитаем его ложью, осуждениями, заблуждениями, оскорблениями, то наш дух будет слабым, но если наполним правдой, снисхождением к людям, справедливостью, милосердием, истиной, ответственностью, то сможем быть сильными, не ломаться в сложных ситуациях, господствовать над своими негативными чертами характера и доставлять окружающим пользу и радость. Внешнее проявление силы не говорит о силе духа, а скорее об обратном. Есть люди, которые рождаются с сильным духом, про таких говорят «с внутренним стержнем», а есть и не очень стойкие, но это не означает, что они не могут измениться.

История человечества показывает, что многие великие и известные люди были робкими, нетвердыми, но ответственность и необходимость победить, нежелание быть в поражении делали из них сильных, твердых личностей. Иногда сама жизнь закаляет дух человека. Обстоятельства складываются таким образом, что, человек сдаётся, хочет всё бросить. Именно в этот момент внутри поднимается нечто такое, что не смиряется с текущим положением вещей, возникает желание победить, восторжествовать над обстоятельствами и проблемами, появляются новые силы, которые черпаются из глубины духа.

Дух можно разрушить неверием, отвержением, неприятием, но поддержкой и позитивными словами укрепить человека, вселить веру в себя, в то, что у него всё получится, сказать ему правду и истину, тогда он преобразится, станет сильной, твёрдой личностью.

Дух человека влияет на его здоровье. «Унылый дух сушит кости, а веселое сердце целебно, как врачевство». Внутреннее состояние напрямую воздействует на самочувствие. Существует психосоматический тип заболевания, когда причина болезни - психическое состояние. Если находиться в унынии, ко всему относиться негативно, слишком скептически, быть всё время чем-то недовольными, то есть большой шанс заболеть или ощущать недомогание. Опыт показывает, что оптимистично настроенные люди выздоравливают быстрее, чем находящиеся в мрачном состоянии. Проблемы всегда будут в нашей жизни, но важно отношение к ним. Кто-то думает что все пройдет и изменится к лучшему, а кто-то из-за незначительных проблем ненавидит всю жизнь и людей, из-за чего живет в мрачном мире и такое же состояние переживает его организм. Поэтому надо помнить, что психологическое здоровье человека зависит от духа в теле. Все преодолеваемые трудности, жизнь в постоянном напряжении формирует у духа сильный характер.

В жизни встречаются люди неупорядоченные духом, без принципов, живущие выгодой, для них отношения и верность не являются ценностью, даже если они понимают умом, но их сущность не способна на это.

В противоположность им можно воспитать в себе качества сильного духом человека. Его отличает умение управлять своим сознанием, и он реагирует на всё, что с ним происходит, только положительно. Выше уже было сказано, что от отрицательных мыслей возникают и отрицательные состояния в организме. К отрицательным мыслям приводят страхи, переживания о прошлом, жалость к себе.

Психологи советуют не бежать от своих страхов, а представить, что может произойти, если то, чего вы боитесь, свершится в реальности. Не стоит тратить время на жалость к себе и обиды на жизнь, которые истощают и опустошают, абсолютно ничего не давая взамен. Они заставляют двигаться по замкнутому кругу, годами возвращаясь к одним и тем же горьким мыслям, не позволяя вырваться к свету, свободе, надежде, оптимизму. Силы духа человека настолько велики, что никогда не поздно начать всё сначала. Для того чтобы начать меняться, начать новую жизнь, надо отпустить прошлое, не важно, хорошим оно было или плохим. Нельзя жить с грузом прошлых потерь и неудач, с сожалением об ушедшем счастье. Это отнимает силы и лишает надежды на будущее. Следует отпустить ушедшее, не стараться вернуть, так как все равно не удастся, а жить сегодняшним днем [4].

Воспитывая свой дух, не останавливайтесь на мыслях о плохом. Создайте в памяти хранилище хороших воспоминаний и возвращайтесь к тому хорошему, что было в жизни, но без сожалений, а только с радостью, что это было, а значит, осталось с вами навсегда. Мечтайте о хорошем, стройте планы, научитесь видеть хорошее в окружающей жизни и не акцентировать внимания на плохом.

Человек, сильный духом, умеет прощать. Нося в себе целую гору обид, невозможно быть здоровым. Прощение - это прощание с горечью обиды, с болью, с печальными воспоминаниями, со

всем нехорошим и нежелательным, что было в жизни. Не держите обид на обидчиков и врагов, не вынашивайте планов мести. Помните, что лучшая месть – это пренебрежение. Пренебрегайте обидами и обидчиками, не носите их в себе, не думайте о них [4].

Мы должны заботиться о своём духе, уметь владеть им, охранять и очищать от негатива, следить за теми ценностями, которые там находятся. Несмотря на определенный набор качеств и характер духа, мы все же можем вложить в него то, что считаем нужным, воспитывать дух, так как у нас есть сила воли и свобода выбора, которые и определяют личность.

Литература.

1. Блинников Л. В. Краткий словарь философов. - М., 1994.
2. Гегель Г. В. Ф. Феноменология духа. - М., 1989.
3. Гвозданный В. А., Гусев Г. А. Основы философии: этапы развития и современные проблемы. – М., 1994 .
4. Психология. Учебник. / Под редакцией А.А. Крылова. – М., 2001.
5. Рожковский В.Б. Философия. Краткий тематический словарь. – Р/Н/Д., 2001.