

мистецько-акторського арсеналу він може використувати лише Слово і Голос. І, по-четверте, актор, створюючи версію, що наближається до письменникового бачення твору, надає йому все ж особистісного забарвлення, і конче важливо, щоб у цьому разі залишався люфт і для взаємодії / співтворчості із реципієнтом.

Не можна оминати увагою ще одну іпостась нашого земляка – роботу на радіо, де він успішно продовжив традиції, закладені дикторами старої генерації, ставши співведучим радіопроеграми «Слово». Робота на радіо ставить актора, що звик працювати, взаємодіючи із глядацькою залю, у відмінні параметри діяльності, де можна використувати лише слово, яке множить на людську небайдужість, інтелект та майстерне володіння голосом.

Кожен твір мистецтва створюється у конкретному соціальному хронотопі, тому він пов'язаний із цією епохою і несе на собі її відбитки, означений він і рисами, притаманними його творцям. Кращі твори спроможні подолати часові і просторові межі і стати частиною духовного життя людей інших країн, інших епох. Коли Л. Костенко називає митців «пілігримами віків», вона, на нашу думку, має на увазі саме цю особливість. О. Богданович своєю творчістю і силою таланту пов'язує різні культурні простори і темпоральні модуси, долучаючи сучасників до високого світу духовності і допомагаючи подолати тиск буденності.

Посилання

1. [Електронний ресурс]. Режим доступу: day.kiev.ua>171220.
2. [Електронний ресурс]. Режим доступу: slovari.yandex.ru/~книги/БСЭ/Театр.
3. Белашов В.І. Глухів – столиця Гетьманщини (До Глухівського періоду історії України) / В.І. Белашов, - Глухів: РВВ ГДПУ, 2005. – 220 с.
4. Брюховецька Л. Українські обличчя кіно і театру / Л. Брюховецька. – К.: За друга, 2012. – 528 с.
5. Новиков А. Українська драматургія й театр від найдавніших часів до початку ХХ ст.: монографія / А. Новиков. – Харків: Сага, 2011. – 408 с.

Колесникова Л.В. Творческий портрет Алексея Богдановича

В статье освещены важные аспекты творчества одного из лучших современных актёров, ведущего актёра Национального академического театра имени Ивана Франко Алексея Богдановича, который является уроженцем села Берёза Глуховского района Сумской области.

Ключевые слова: театр, актёрское мастерство, сценический универсализм, Алексей Богданович.

Kolesnykova L.V. Creative portrait of Oleksii Bohdanovych

Some aspects of creativity of one of the best modern actors, the leading actor of National drama theater named Ivan Franco are considered in the article. He was born in the village Bereza of Hlukhiv district, Sumy region.

Key words: theater, acting, scenic universality, Oleksii Bohdanovych.

15.03.2013 р.

УДК 392:502.175 (477) (043.3)

А.О. Шевель

ПРИРОДА СІВЕРСЬКОГО КРАЮ ЯК ЖИТТЄДАЙНЕ ДЖЕРЕЛО ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

В статті висвітлюються питання взаємозв'язку навколишнього середовища і здоров'я людини. Автором проаналізовано поняття здоров'я, здійснено опис кліматичних умов Сіверського краю і вплив їх на здоров'я людини з історичних джерел, подано погляди українського біолога, еколога, рентгенолога Миколи Воскресенського на зв'язок організму і довкілля, які не втратили своєї актуальності у наш час.

Ключові слова: навколишнє середовище, природні фактори, Сіверський край, Микола Воскресенський.

Сьогодні питання стосунків навколишнього середовища і людської цивілізації набуло глобального характеру. Усім нам необхідно усвідомити важливість даної проблеми, об'єднатись навколо спільної мети, для того, щоб здійснити переворот у відносинах між суспільством і природою. Природа України – найкрасивіша у світі, багата, щедра, різноманітна. Поклоніння матері-Природі, пошуку у неї захисту і засобів життя, а в окремі періоди і виживання, генетично закладені попередніми поколіннями у більшості із нас.

Здоров'я окремої людини та груп населення, які утворюються за тими чи іншими ознаками, а також населення у цілому, залежить від середовища існування. Дослідження показали наявність такої залежності (прямої чи дотичної) практично від усіх його елементів. Разом з тим, існує і зворотний зв'язок, тобто – у сучасних умовах практично всі елементи середовища існування відчувають на собі вплив людини.

Загальновідомим є той факт, що природні фактори здоров'я стимулюють функції організму за рахунок значних інформаційних потоків. У той же час людина на сучасному етапі в результаті урбанізації значною мірою ізольована від природного середовища. Зокрема, відсутній постійний контакт із свіжим повітрям, чистою і холодною водою, землею. Ми багато в чому втратили здатність сприймати корисні впливи навколишнього середовища, але ж добре знаємо, що здоров'я людини перебуває у взаємозв'язку з багатьма чинниками, такими, як соціальні, природні, біологічні, психологічні, культурні та ін., воно тісно пов'язане з життєдіяльністю людини, яка визначається не в останню чергу середовищем її існування.

Нині серед вчених відсутні єдність і згода стосовно інтерпретації поняття «здоров'я». Так, П.І. Калью на основі вивчення світового інформаційного потоку документів склав перелік 79 визначень поняття сутності здоров'я людини. Як відзначає автор, наведений перелік є далеко не повним. Здоров'я часто розглядають як відсутність хвороби. Але здоров'я – це не лише відсутність хвороби, це також здатність швидко адаптуватись до умов середовища, здатність до опти-

мального виконання професійних та інших функцій, як суспільних, так і біологічних. Ю.П. Лисицин і співавтори диференціюють три взаємопов'язаних рівні здоров'я: суспільний, груповий та індивідуальний. Перший рівень – суспільний – характеризує стан здоров'я населення загалом і виявляє цілісну систему матеріальних та духовних відносин, які існують у суспільстві. Другий – групове здоров'я, зумовлене специфікою життєдіяльності людей даного трудового чи сімейного колективу та безпосереднього оточення, в якому перебувають його члени. Третій – індивідуальний рівень здоров'я, який сформовано як в умовах усього суспільства та групи, так і на основі фізичних і психічних особливостей індивіда та неповторного способу життя, який веде окрема людина.

Найчастіше у літературі приводиться наступне визначення «здоров'я індивіду» – це процес збереження і розвитку його психічних, фізичних та біологічних функцій, його працездатності і соціальної активності при максимальній тривалості життя. Досить часто замість поняття «суспільне здоров'я» використовують термін «здоров'я населення». Водночас, поряд із визначенням поняття «здоров'я населення», деякі вчені користуються поняттям «здоров'я популяції», тобто здоров'я значних груп населення. В.П. Казначеев визначає здоров'я популяції як процес соціально-історичного розвитку психосоціальної та біологічної життєдіяльності населення у низці поколінь, зростання працездатності і продуктивності суспільної праці, удосконалення психофізіологічних можливостей людини. У свою чергу поняття «індивідуальне здоров'я» замінюють на термін «здоров'я людини». Відсутність універсального, всебічного та загально визнаного визначення «здоров'я» можна пояснити не тільки тим, що сучасна медицина зорієнтована головним чином на вивчення проблем хвороб, а не здоров'я, а й складністю й труднощами, з якими пов'язане вивчення самої проблеми здоров'я [3, 56].

Як показує А.М. Нагорна, найбільш суттєвими елементами визначення здоров'я є наступні ознаки.

1. Нормальна функція організму на всіх рівнях його організації – організму, органів, гістологічних, клітинних та генетичних структур, нормальне протікання типових фізіологічних і біохімічних процесів, які сприяють виживанню та відтворенню.

2. Динамічна рівновага організму і його функцій та чинників навколишнього середовища.

3. Здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій, участь у соціальній діяльності та суспільно корисній праці.

4. Здатність організму пристосовуватися до умов існування у навколишньому середовищі, які постійно змінюються (адаптація), здатність підтримувати динамічну рівновагу внутрішнього середовища організму, забезпечуючи нормальну та різнобічну життєдіяльність та зберігання живої основи в організмі.

5. Відсутність хвороби, хворобливого стану або

хворобливих змін, тобто оптимальне функціонування організму за відсутності ознак захворювання або будь-якого порушення.

6. Повне фізичне, духовне, розумове та соціальне благополуччя, гармонійний розвиток фізичних і духовних сил організму, принцип його єдності, саморегулювання і гармонійної взаємодії всіх органів.

Названі 6 основних ознак здоров'я, які дуже часто зустрічаються у різних його визначеннях, цілком природно, не вичерпують усієї різноманітності ознак, які були використані різними авторами для характеристики сутності поняття «здоров'я» [5, 77].

На наш погляд, здоров'я людини, як найвищу цінність, можна представити у вигляді формули: «Здоров'я – це оптимізм «плюс»: активна праця, раціональний відпочинок, фізична культура і загартовування, раціональне харчування, особиста гігієна, гігієна статевих відносин, своєчасне звернення до лікаря; «мінус»: лінь, куріння, алкоголь, наркотики і безсистемне поглинання інформації».

Єдиної формули, здатної вилікувати всі хвороби, немає. Але наскільки розумніше було б дбати про збереження свого здоров'я до того, як воно похитнеться, щоб продовжити активне, щасливе життя. Адже можливості людини величезні, резерви невичерпні. Потрібно просто кожному задуматися про це до того, як ці можливості будуть втрачені, а резерви вичерпані.

Розглянемо зв'язок здоров'я людини і навколишнього природного середовища. Зупинимось на природних особливостях Сіверщини, які оспівані в повісті Олександра Довженка «Зачарована Десна» та однойменному фільмі, знятому цим видатним українським кінорежисером і письменником.

Сіверська Україна – північно-східний «кут» України в межах Сіверських земель. Регіон просочений козацькою славою та благочестям. Концентрація пам'яток історії, природи та архітектури тут надзвичайна.

Термін зафіксований у джерелах XIV-XVIII століть і є похідним від етноніма «сівер» (сіверяни) – назви східнослов'янської діалектно-етнографічної групи Дніпровського Лівобережжя (VIII-XII ст.).

Опис Сіверщини ми знаходимо в багатьох історичних джерелах, одним із загальновідомих яких є «Опис України» (1650 р.) французького інженера, картографа та письменника Гійома Левассера де Боллана. Ось як він описує кліматичні умови нашого краю і вплив їх на здоров'я людини: «Хоча ці землі знаходяться на тій самій широті, що й Нормандія, тут суворіші та холодніші зими. Та ми про це ще скажемо. З-поміж того, що слід взяти до уваги в цьому краї, є морози, що останніми роками були такими тривалими, суворими і сильними, що неможливо було їх витримати не тільки людям, надто тим, хто ішов з військом чи знаходився у війську, але й худобі, наприклад, коням або іншим свійським тваринам. Той, хто несподівано опиняється серед такого морозу і не розплачується за це власним

життям, вважає для себе щастям, коли виплутався з цього, втративши пальці рук чи ніг, занастивши ніс, щоки, вуха і навіть ту частину тіла, яку з почуття сорому не смію називати. За якусь мить гасне їхнє природне тепло і вони відмирають з гангрени. Бувають організми сильніші, в яких частини тіла не охолоджуються так раптово, але все одно на них з'являються рани, такі ж болючі, як від опіків чи від лихоманки.

Перебуваючи в тому краї, я переконався, що мороз може бути таким пекучим і сильним, наче пожежа, і що він може все винищувати. Спочатку рани такі мізерні, що болячки схожі на горошини, та вже через кілька днів, а навіть годин, вони збільшуються і так швидко розростаються, що вражають якусь певну частину тіла. Саме так мої знайомі ні за що ні про що занастили свою найбільш делікатну частину тіла.

Інколи, і найчастіше, відмороження звалюється несподівано, неможливо нічим зарадити, тим паче, коли не вжити заходів перестороги – внутрішніх чи зовнішніх. Смерть від морозу може бути двоякою: перша дуже швидка, бо різка; проте можна сказати, що це спокійна смерть, бо довго не мучишся і помираєш уві сні. Коли знаходишся в полі, чи то верхи на коні чи в кареті, або на возі і не вжив потрібних заходів перестороги, добре не одягнувся і не закутався, коли не чуєшся в силі, щоб змагатись з таким сильним морозом, холод проникає в кінцівки ніг та рук, а потім і всі інші частини тіла, поволі перестаєш їх відчувати, тебе охоплює сонна втома, забуття, ніби летаргічний сон. І дуже хочеться спати; а якщо ви так зробите, то неодмінно заснете вічним сном і більше ніколи од нього не прокинетесь. Та якщо ви і ті, що вас оточують, зробите все необхідне, аби прокинутись зі сну, ви уникаєте смерті. Саме так було зі мною – я декілька разів уникав смерті, бо слуги мої, люди міцніші й більш пристосовані до таких витівок тутешнього клімату, будили мене, тільки я починав дрімати. Друга смерть не така раптова, але настільки жахлива і страшна, і так важко її перенести, що її жертви, навіть люди найміцнішої будови, перебувають за два волоски від божевілля. Холод проймає аж до крижів, перехоплює попереk, проникає вершинам крізь лати і так сильно стискає, що холодить їм усі нутроці, насамперед шлунок і кишки. Ті люди ніяк не можуть насититись їжею, навіть якщо споживатимуть найбільш стравне м'ясо чи бульйон – відразу ж вергатиме назад з жахливими болями і відчуватимуть при цьому страшну різанину в шлунку. Важко навіть усе це висловити словами. Хворі весь час страшенно стогнали, голосно зойкали, немов би їм витягали чи виривали нутроці та інші частини живота. Залишаю найбільш вченим лікарям висловити свою думку про причини цього страшного, жахливого болю, бо сам я не годен судити про це, а додаю лише те, що сам бачив, завдяки цікавості кількох місцевих мешканців, котрі хотіли уздріти, що скоїла та немилосердна недуга. Вони провели розтин кількох померлих і виявили, що більшість кишок почорніла, згоріла, ніби склеїлась

докупи. Вони переконались, що така недуга взагалі невиліковна, і в той же час, як починали псуватись і відмирати нутроці, хворий безперервно кричав і стогнав – і вдень і вночі – і смерть його була жахливою. Здавалось, що ніколи не настане його остання година.

Ми перенесли на собі ті люті морози року 1646, коли польська армія вступила в Московські володіння, очікуючи повернення татар. Хотіли ми дати їм бій і відбити численних бранців. Мороз був таким пекучим і лютим, що ми змушені були знятись табором з обраного місця, при цьому втратили дві тисячі воїнів. Більша їх частина померла так, як я це описував вище; інші ж стали каліками. Мороз вбивав не тільки людей, але й коней, хоча вони набагато сильніші і витриваліші. Під час нашої кампанії понад тисяча коней відморозила ноги і не могла більше йти, а між ними і шість коней з кухні польного гетьмана Потоцького, який є сьогодні коронним гетьманом і каштеляном краківським. Єдина рада при таких морозах, звичайно, не ліки, а тепло вдягнутись, закутатись у все, що гріє і може оберігати тіло від такого лютого холоду. Щодо мене, то у возі чи в кареті завжди тримав на колінах пса, який розігрівав мені ноги. Часто вкривав ноги товстим бавовняним коцом або вовчою шкурою. Обличчя, руки і стопи стирив спиртом, а потім закутував їх тканинами, чи якимись іншими речами, змочуючи їх в спирті, щоб вони на мені не висихали. Завдяки такому способу та при божій ласці зумів я уникнути всіх тих бід, які щойно описав. Мороз ще страшніший, коли нічого теплого не з'їсти і не випити, бо тутешні люди звикли тричі на день пити тепле пиво з додатком масла, перцю, хліба, що заступає їм суп і оберігає їхнє нутро від такого холоду.

Якщо вже ведемо мову про наших русинів чи козаків, скажемо також про те, що вони чинять за різних обставин та оказій.

Бачив я хворих козаків, у лихоманці, які замість уживати якихось ліків брали пів заряду гарматного пороху, змішували його навпіл з горілкою і все це випивали; а далі клялися спати, щоб вранці прокинутися зовсім здоровими. Мав я машта ліра, який неодноразово видужував, уживаючи ліків, яких не визнають ні лікарі, ні аптекарі. Інші ж козаки брали попіл і так само змішували його з горілкою, усе це випивали і також видужували. Неодноразово бачив, як козаки, поранені стрілами, перебуваючи далеко від хірургів, замазували свої рани землею, замоченою власною слиною; це виліковувало їхні рани ніби найкращий бальзам. Отже, у цій країні, як і в багатьох інших, дотепна вигадка породжується самим життям» [6, 260].

Виходячи з такого опису, можемо констатувати, що існуючи у природному середовищі, наші предки бачили не тільки шкідливий, але й оздоровчий вплив природних факторів на здоров'я людини. Багатовікова практика життєдіяльності вилілась у своєрідну українську народну філософію здоров'я, яка в основному опира-

лась на природні фактори збереження та зміцнення здоров'я. Насамперед, як приклад для наслідування, ще із стародавніх часів було виховання м'язової сили, витривалості, пружності та гнучкості у підростаючого покоління. Без цих елементів фізичного виховання неможливо було здобувати засоби для життя та оборонятись проти нападників. Ці риси батьки прагнули виховувати у своїх дітей з раннього віку. Такі знання і вміння часто передавались дітям з казками, легендами, бувальщинами, піснями, ритуалами, звичаями.

Український біолог та еколог, рентгенолог, один з піонерів дослідження впливу радіоактивного випромінювання на живі організми Микола Воскресенський глибоко досліджував загальні проблеми взаємин організмів з довкіллям, висловлюючи при цьому важливі ідеї, актуальні й донині. Йдеться про обґрунтування висновку щодо не збігання темпів біологічної та культурної еволюції, розуму як адаптивного засобу пристосування до довкілля, негативних наслідків руйнування людиною природного середовища тощо.

Нижче наводимо уривок з його праці «Організм та оточення»[2]: «Отже, між життям і реакціями неживої природи принципового розбігу ми не бачимо. Кожна реакція може відбуватися тільки тоді, коли є дві конечні умови: певні хімічні сполуки і такі обставини, без яких реакція негайно припиняється. Все зазначене стосується як до реакції у неживій природі, так і до життєвого процесу. Цей останній ми розуміємо не як щось тривале, застигле в нерухомих формах. Навпаки, життя є вічний рух, вир частин, невинний процес будування і розкладання живої плазми. Життя є невинна складна реакція, або вірніше – низка найскладніших реакцій; через те плазма перебуває в стані постійної виміни, у постійних взаєминах з її оточенням. Звідти, з того оточення, надходить поживний матеріал до асиміляції, кисень на дихання, світло, без якого не може бути більшість організмів. Назад в оточення відходять продукти дисиміляції. В оточенні організм пересувається. Від стану оточення залежить кожен життєвий момент. Оточення становить для організму сукупність тих колишніх обставин, без яких неможливий не то процес асиміляції та дихання, а й взагалі всі колишні вияви життя – рухи, реагування на роздратовання тощо.

Отже, вивчаючи життя, ми мусимо спостерігати його в його оточенні. Щоб зрозуміти те, що діється в організмі, ми мусимо пізнавати і середову його структуру, і всю сукупність колишніх обставин, що його оточують і поза якими життя навіть годі уявити. Саме оглядові головних взаємин і зв'язків поміж організмом та оточенням ми й присвятили цю книжку...

Зіставляючи силу пояснених фактів, ми дійшли низки важливих узагальнень, що становлять науку екологію. З них чи не найважливіше те, що серед однакових обставин оточення ми натрапляємо однакові

пристосування для аналогічного ж таки чину (збіг ознак, або конвергенція). Цей висновок стосувався не до самих тільки близько організованих істот, або трохи менше споріднених тваринних груп, а й до таких несхожих, далеких одне від одного своєю будовою організмів, як тварини і рослини...

Організми – це станівні системи, що мають певний вигляд і працюють певним способом. Колишні впливи здебільшого, або не позначаються на них, або творять тільки часткові зміни, що не переходять в спадок. Але інші впливи оточення, що мають силу одмінити, не зашкодивши їй, виміну речовин, творять не тільки в клітинах тіла, а й у статевих клітинах. Отака набута зміна діставатиметься у спадок уже поряд з усіма природженими властивостями, якщо така нова властивість стане в пригоді організмові, – її забезпечить добір, а коли з неї не буде користі або й сама шкода, то її шанси серед життєвої боротьби не збільшаться, а впадуть і всі покоління з цією некорисною одміною вимруть. Ми певні того, що всі вимерлі форми минулих періодів земного існування повимирали саме через те, що не надбали життєвих пристосувань. Вони не витримали конкуренції з іншими організмами, озброєними цими пристосуваннями, і ці здібніші, подолали невдалих, посівши їхнє місце серед нових життєвих обставин.

Отак, ступнево міняючись, пристосовуючись і довершуючи або спрощуючи свою організацію та зв'язки з оточенням, протягом величезних періодів часу, мільйонів літ, виробилися найскладніші організації, як людське тіло, і такі найспрошеніші, як той чужоїдний рачок, пташині крила і котячі лапи, складні взаємини, як паразитизм, симбіоз, взаємодопомога, піклування про нащадків, тощо...

Розум істоти, що ходила на задніх ногах та вмiла розмовляти, надзвичайно підсилив зброєю її м'яси. Вогонь подолав холод, одежа і житло заступили природній захисток організму від негоди. А громадське життя створило могутній організований напад, опір ворогові й стихіям, полегшило здобування їжі. Людина за допомогою своїх винаходів, свого соціального життя, свого розуму – опанувала землю. Культура поставила її поза конкуренцією з іншими істотами, супроти яких – у боротьбі за життя – вона мала всі переваги. Культура поліпшила оточення людського тіла, частково замінивши природне оточення на штучне.

А проте, ця культура дедалі більше відриває людину від природи. Одежею, стiнами хат, куховарнею, машинами, медициною загородила себе людина від холоду, вітру, потреби шмагувати зубами сире м'ясо, перемагати непокірні стихії, боронитися від ворогів і хвороб. Культура створила незвичні для тіла обставини. Життєвий оптимум багато в чому перейшов на максимум, а багатьом органам і частинам тіла (зубам, м'язам) роботи зменшилося до мінімуму, бо за них працює людське знаряддя (ножі, виделки, різні машини). Культура простує вперед так хутко, що людське тіло не вправляється пристосуватися до неї, бо

людський організм, як і все в природі, змінюється та пристосовується до новин дуже поволі...

Культура посувається далеко швидше, ніж спадкова змінність організму. Його пристосовні прогресивні та регресивні зміни зламали те, що в кожному організмі становило його одність, гармонію, рівновагу частин. Діяльні органи розростаються і міцніють коштом інших, а недіяльні обтяжують непотрібним баластом. Перерозподіл функцій порушив колишню рівновагу, що її організм доконче потребує.

Це порушення гармонії уже й тепер дається в знаки. Наш організм далеко не такий витривалий, як був колись. Щонайлегші рани ледве гояться (у некультурних народів здібність гоїти рани далеко більша); уже молодим псуються зуби, очі та органи травлення; нам дошкуляє ціле стовпище хвороб, без кінця зростає число нервово психічних недуг. Тепер ми безпорадні без техніки, зброї, житла, вогню та медицини. Дедалі все глибше руйнується гармонія. Людське тіло одірвалося од природи і не пристосувалося ще до обставин культурного оточення, які надто хутко розвинулися...

Старі греки та римляни тямали не згірше за нас вагу дужого й здорового тіла. Усяк мабуть знає їхнє прислів'я: «здоровий дух у здоровому тілі». Але темп життєвий одмінився, і тепер далеко важче, аніж дві тисячі літ тому говорити про конкуренцію здоров'я тіла з розвитком мозкової і, взагалі, нервової роботи. Зовсім не досить самого фізичного виховання. Треба до цього широкої пропаганди того, що таке організм, як він мусить функціонувати і де порука його найпродуктивнішої праці. А зваживши усі життєві закони, зрозумівши, що гармонія в роботі м'язів органів рослинного й тваринного життя та мозку, це внутрішні обставини до того, щоб створити людський організм з правильними функціями, – треба піклуватися про організацію навколишніх обставин: чисте повітря, чергування роботи та відпочинку, нормальне живлення, загартовування, уникання всього шкідливого в роботі. Ми не маємо сумніву, що наша культура, заподіявши нам чималий середовий нелад, здоліє руками самого людства, освіченого й вільного, відтворити втрачену гармонію. Здоровий, дужий мозок у нормальному тілі буде тоді, коли оточення і людський організм дійдуть знову цілковитої рівноваги» [4, 418].

Проаналізувавши думки Миколи Воскресенського, можемо зробити висновки про те, що природні фактори впливають на організм двояко: з одного боку, через антропогенну дію людини відмічається посилення шкідливого впливу атмосфери, гідро- і літосфери, сонячної радіації; з іншого боку, – природні фактори, які використовували наші предки в умовах посилення урбанізації, набувають особливого значення для оздоровлення людини, швидкої адаптації організму до постійно змінюваних впливів довкілля та розвитку резистентності до патогенних чинників. Крім цього, відновлення багатьох народних методів оздоровлення сприяє вихованню у підростаючого

покоління національної самосвідомості, духовності, моралі, збереженню національної автентичності, формуванню навичок раціонального способу життя і використанню власного здоров'я та вмінню посилювати функціональні резерви, використовуючи як народні традиції, так і досягнення сучасної науки і техніки.

Сьогодні людина, як ніколи раніше, стала екологічно залежною, а здоров'я переважної більшості людей, і, у першу чергу, дітей погіршилося через розвиток численних екологічно детермінованих захворювань та вад розвитку. Ці глобальні суперечності у розвитку цивілізації можна подолати лише шляхом проведення докорінних змін самого суспільства стосовно ставлення до природи. Подальший науково-технічний прогрес має здійснюватись із врахуванням його негативного впливу на стан природного середовища.

Посилання

1. Бутченко Л.І. Природа в житті українського народу / Л.І. Бутченко. – К.: Лібра, 2007. – 184 с.
2. Воскресенський М. Організм та оточення / М. Воскресенський. –Х.- К.: Держвидав України, 1929. – 69 с.
3. Корабльова А.І. Екологія: взаємовідносини людини і середовища / А.І. Корабльова. – Донецьк: Поліграфіст, 1999. – 211 с.
4. Людина і довкілля. Антологія: У 2 кн. Кн. II: Людина і довкілля в українській духовності / [упоряд., автор вступ. розділів, біогр. довідок та коментарів В.С. Крисаченко]. – К.: Заповіт, 1995. – 432 с.
5. Крисаченко В.С. Україна: природа і люди / В.С. Крисаченко., О.І. Мостяєв. – К.: НІСД, 2002. – 623 с.
6. Крисаченко В.С. Образ України у світовій культурі: природні та духовні виміри / В.С. Крисаченко. – К.: Наукове товариство «Софія – Оранта», 2007. – 430 с.
7. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка / М.Г.Стельмахович. – К.: ІЗМН. – 1997. – 232 с.

Шевель А.О. Природа Северского края как жизнеобразующий источник укрепления здоровья человека

В статье освещаются вопросы взаимодействия окружающей среды и здоровья человека. Автором проанализировано понятие здоровья, осуществлено описание климатических условий Северского края и их влияние на здоровье человека с исторических источников, изложено взгляды украинского биолога, эколога, рентгенолога Николая Воскресенского на связь организма и окружающей среды, которые не утратили своей актуальности в наше время.

Ключевые слова: *окружающая среда, природные факторы, Северский край, Николай Воскресенский.*

Shevel A.O. Nature of Sivershchyna region as a life-giving source of strengthening human health

The article highlights the relationship between the environment and human health. The author analyzes the concept of health, by description of Sivershchyna regions and it's impact on human health from historical sources, present the views of Ukrainian biologist, ecologist, radiologist Mykola Voskresenskyi to the link of the health and the environment that have not lost their relevance in present day

Key words: *environment, nature factors, Sivershchyna region, Mykola Voskresenskyi.*

18.03.2013 p.