

**Минів Р.М.**, проректор з науково-педагогічної роботи, доцент  
**Чепига М.П.**, професор університету, доктор філософії<sup>©</sup>  
*Львівський національний університет ветеринарної медицини  
та біотехнологій імені С.З. Гжицького*

## **РОЗВИТОК ГРОМАДЯНСЬКОЇ СВІДОМОСТІ ТА ПІДНЯТТЯ ДУХОВНОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ БОЛОНСЬКОГО ПРОЦЕСУ**

**Ключові слова:** *свідомість, духовність, студент, медитація, музика, вода, енергетика.*

**Постановка проблеми.** Змінити переконання молоді людини можна в будь-якому віці, якщо емоційно дати їй нову, не знану до цього інформацію. Особливо, коли ця інформація зв'язана із життєзбереженням чи загрозою для здоров'я. Зміну свідомості студентів в ряді випадків проводимо, опираючись на різні види здоров'я: а) на фізичне, що визначає повноцінне і правильне функціонування організму; б) психічне, що зумовлює рівновагу і нормальний перебіг психічних процесів; в) духовне – як прагнення до ідеалу, що є головним джерелом сили і енергії людини. Наприклад, деяких студентів важко відучити від вживання нецензурних слів. Роз'яснюємо механізм дії слів на живі організми, в т.ч. і на людину.

Ряд педагогів висловлюють думку, що виховання молоді закінчується вже у середній школі і удосконалити її неможливо. Проте це не зовсім так. Сучасні педагогічні методи і досягнення психологічної та біологічної науки відкривають нові можливості розвитку свідомості і підняття духовності.

**Аналіз останніх досліджень.** Останні наукові дослідження показали, що під впливом негативної енергетики нецензурних слів, висловлених емоційно переструктурується вода в організмі і всі органи функціонують з порушеннями і в першу чергу мозок і статеві системи. Це є причиною багатьох захворювань і погіршення довготривалої пам'яті, і зменшення можливості до навчання. Роз'яснюємо студентам: або не вживаємо нецензурних слів, або не буде успіхів у навчанні, нормального здоров'я, прекрасної зовнішності. Навпаки, треба пити джерельну, структуровану воду 30 мл на 1 кг маси тіла і розмовляти літературною мовою. Вплив добрих і поганих слів було доведено в цікавому експерименті. На варений рис протягом місяця говорили щоденно слова: "люблю" або "дурені". Рис, на який наговорювали слова "люблю", мав приємний запах, а інший почорнів і мав неприємний запах. Тому ті студенти, які мають негативне мислення, а ще й емоційно висловлюють його вголос, шкодять, в першу чергу, собі, а потім вже й тим, на кого направлені негативні слова (доводиться утворенням сніжинки при заморожуванні води, дослідження М. Емото). Перш за все, треба навести порядок у своєму внутрішньому світі. Адже у ньому є все для щастя і успіху: нагромаджений за життя досвід, одержані у вищому навчальному закладі знання, цінні ідеї тощо. Тому

вироблення звички мислити позитивно є запорукою якісного навчання і основою вироблення фахового способу мислення і, взагалі, щасливого успішного життя, що є важливим для працевлаштування в конкурентному середовищі.

**Мета статті.** Вивчення деяких методів зміни свідомості і підняття духовності студентів університету за допомогою спеціальних педагогічних технологій, що ґрунтуються на знанні і усвідомленні.

**Виклад основного матеріалу.** Останні досягнення педагогіки рекомендують не боротися зі злом у людині, а намагатися розвивати в ній добро. Проте добро і творчість не завжди вигідні: добро вимагає втрат, зокрема матеріальних, а творчість – зусиль. А тому людина часто робить не те, що любить, і нехтує тим, до чого лежить її душа. Людину завжди роздирає суперечності між невідгідним добром і вигідним злом. На стороні добра в душі людини стоїть сумління. Сумління завжди протестує проти зла, але ми, часто приваблені кінцевим результатом, усе ж робимо його. За цієї ситуації стає очевидним, що людина діє дуже часто проти власної природи, душить своє сумління, ігнорує його, заганяє в підсвідомість і цим, зрозуміло, зумовлює глибинну деформацію своєї духовної сфери. Нагромаджуючись в підсвідомості, нейтралізовані добрі сили душі порушують духовну рівновагу людини. Образно кажучи ”душа страждає”, бо людина пішла не за її покликом. Морально-етичний негатив, що нагромаджується в душі, трансформується у негатив емоційний, а цей, у свою чергу – у негатив тілесний. Стикаємося, очевидно, тут з моментом саморуйнування людини, ініційованим на духовному рівні [Вишневський О., 2009]. К. Ушинський писав: “Слід виховувати виключно добрі нахили, не даючи поживи поганим [Ушинський К.Д., 1954]. Подібні погляди висловлює і Г. Ващенко. Заперечуючи у вихованні будь-яке насильство і тиск, він водночас підкреслює, що педагог допомагає вихованцеві в усій повноті розкрити ті кращі риси, що дані йому природою, реалізувати те покликане, що дане йому від Творця [Ващенко Г., 1952].

Духовність, як неважко зрозуміти, тісно переплітається із категоріями економічними. Праця людини, осяяна вірою в ідеал, не тотожна праці виконаній без неї. Як тут не згадати стародавній переказ. Три чоловіки везуть тачками каміння. Першого з них спитали: "Що ти робиш?" – “Та ось, наказали возити каміння, то й вожу” (він був рабом). “А ти що робиш? – спитали другого – “Заробляю на прожиток своїй сім’ї” (цей був прагматиком). Нарешті спитали третього: “Ну, а ти що робиш?” – “Будую Собор”, – з гідністю відповів той. Лише третій був людиною духовно повноцінною, бо керувався ідеалом, вищими цілями. Все краще, створене людством, створене ним. Таких людей називають “ідеалістами”. Їхня праця, незалежно від того, яка вона – праця будівника, вчителя, двірника чи поета, - завжди одухотворена. Таким чином, повернення до духовності через звернення до Бога, засвоєння ідеалізму життя і праці повинно зробити наше життя цілком іншим – кращим, змістовнішим, одухотвореним. Оскільки вища школа наставляє студента на цей шлях, то все, що тут робиться, є зорієнтовано на ідеал, на віру в Бога, на його благословення.

Ми, вихователі, враховуємо релігійність в українській виховній традиції. У свідомості українців релігія була живим чинником не лише впродовж десятків віків, а вже багатьох тисяч років. Життя у єдності з природою навіювало людині пошану до надземних сил. Релігія в нас глибоко проникає у звичаї та обряди, поєднує суто виховні елементи з національними, громадськими, сімейними та особистими. Взірцем такого поєднання в нашій історії є “Повчання Володимира Мономаха дітям”, настанови отців Церкви, філософія Г. Сковороди та П. Юркевича, вся творчість Т. Шевченка та ін. Сьогодні, переживши експерименти большевиків над народом, мусимо констатувати акт глибокої поруйнованості нашого життя. Руйнування храмів супроводжувалося руйнуванням душ. Відновлення духовності на цьому шляху є надійною запорукою оновлення нації і становлення нашої державності.

Для зміни свідомості студентів використовуємо різні методи: навчання цінностей, переорієнтації зусиль вихованця, переконання і сугестії, схвалення і осудження тощо. Система виховних заходів повинна передбачити й момент, коли вихователь, крім всього іншого, ознайомлює студентів з набором тих правил, принципів і норм поведінки, тобто з кодексом (Кодекс честі студента), який репрезентує систему цінностей [Гунчак В.М., Чепига М.П., 2011].

*Навчання цінностей може бути* наперед зумисно продуманим, організованим. Отже, складати певну систему, що передбачає послідовне їх роз'яснення і вивчення, щоб дотримуватись, наприклад, Заповідей Божих, студент мінімум повинен їх знати. В організації та проведенні виховних годин навчання цінностей слід особливо остерігатися нудного моралізаторства. Довгі моральні настанови, особливо одноманітні, дуже шкідливі, бо привчають душу до їх безсилля [Ушинский К., 1954], до бездушного, легковажного і навіть нігілістичного ставлення до самого виховання. Часто нами використовується принагідне навчання сутностей. Сутність цього підходу полягає в тому, що цінності подаються студентам не в “чистому вигляді, а в контексті змісту навчальних предметів, у живих людських стосунках, тобто в реальній життєвій “упаковці”. Студент часто запитує: “Як я маю до цього поставитися?” Роз'яснюємо. Дискутуємо. Саме в дискусії зміцнюється переконання.

Прихід абітурієнта у вищу школу змінює його життя, ламаються стереотипи поведінки, невимушеність домашніх стосунків, радість буття. Виховання у вишах часто позбавлене своєї важливої сторони – емоційності. Будь-яке рішення чи розпорядження в університеті повинно відповідати духові моральних засад і бути обов'язковим для виконання як студентами, так і всім вузівським персоналом. Байдуже ставлення до фактів порушення прийнятих норм також є чинником виховання. Якщо студент насміхається над своїм товаришем, якщо студент нищить університетське майно, якщо сильніший знущається над слабшим, курить, говорить нецензурні слова тощо, і викладач на це все не звертає увагу, то це не виховання, бо така поведінка викладача сприймається як схвалення таких вчинків. Мовчанка завжди є знаком згоди. При зміні свідомості вихователь до вихованця використовує метод переконання і навіювання. Їх вважають одним з найсильніших виховних засобів, що

ґрунтується на домінуванні впливу вихователя над волею вихованця. З їх допомогою можна викликати навіть почуттів тепла і холоду, збуджувати уяву, зумовити вчинок, формувати нахил, збудити вольову реакцію, посилити або підірвати віру в добро, посіяти сумнів або підтримати впевненість. Навіюванням можна навіть лікувати.

*Переконання і навіювання* відіграють велику роль у вузівському вихованні. Студенту можна нав'язати впевненість у своїх силах. Але водночас доріканнями і сумнівом можна цю впевненість у нього відняти і зробити його немічним. Дитина, школяр, студент і доросла людина, залежно від якостей характеру, може зазнавати навіювання виробляти свої переконання також на вулиці, в кіно, під впливом політичних подій, а навіть – з телеекрана. Масове всеядне споживання телепродукції часто призводить до складних світоглядних і психічних переживань, висновків, до формування шкідливих і аморальних понять [Вишневецький О., 2003]. Вважають, що студенти легше піддаються переконанню і навіюванню, ніж студентки. Однак, велика податливість навіювання може свідчити про слабкість інтелекту і волі. Навіювання, крім того, часто приводить до формування слухняності, покірності та підпорядкування викладачеві чи іншому студенту. У застосуванні методу переконання та навіювання викладач мусить виявляти велику делікатність, всіляко дбаючи про зміцнення волі і самостійності вихованця, а також високо цінуючи його власну точку зору, навіть якщо вона йому не подобається.

*Метод схвалення і осудження.* У своїх крайніх формах і в руках авторитарного виховання цей метод, без сумніву, заслуговує на негативне ставлення [Вишневецький О., 2003]. В радянській педагогіці він ґрунтувався на розумінні виховання як дресури, що йде виключно ззовні, від вихователя, а через нього – від держави. Через це він мав і більш категоричну назву: метод заохочення і покарання. Не важко зрозуміти, що це веде до підміни служіння вартостям – служіння тому, хто є джерелом нагород і покарань. А звідси і сумнівна роль оцінок у напряду вихованні. Оцінки за предмет **“Основи української державності, культури та духовності”**, які записуємо у залікову книжку. А якщо і наставник академгрупи продає оцінки, так як оцінки з фахових предметів? В такій ситуації у свідомості студента і його батьків домінує не прагнення до пізнання і розвитку, а бажання отримати найкращу оцінку будь-якими засобами. В кінцевому рахунку це веде до становлення кар'єризму: кар'єра наукова – замість культу відкриттів, кар'єра політична – замість служіння народу і т.д. Не випадково, що метод заохочення і покарань вважали неприйнятним такі представники демократичної педагогіки, як П. Блонський, С. Шацький. Вихователям варто усвідомити: якщо публічне схвалення вчинку студента може мати позитивне значення, то осуд при свідках переважно дає негативні наслідки. Психологічну основу цього прийому становлять переживання: якщо вчинок схвалюється вихователем, особливо шанованим, то відчуття задоволення спонукатиме до повторення. Негативні ж відчуття, спричинені осудом, можуть викликати і затамовану неприязнь, бажання наперекір повторити недобрий вчинок і цим “відомстити” за осуд. За

всіх випадків будь-яка реакція вихователя повинна бути обдуманною, зваженою, обгрунтованою. Осуду не може піддаватися вчинок, доки вихователь не з'ясує його мотиви. Часто-густо це може бути випадковість. А ще в іншому випадку – спрацює колись сформований комплекс неповноцінності [Вишневецький О., 2003]. Вихователь мусить також взяти до уваги характер вихованця, рівень його дратівливості, урівноваженості тощо. Дуже корисно, коли виховник реагує на негативний вчинок студента не відразу, а “витримавши паузу”, впродовж якої “працюватиме його сумління”. Сказане вище, таким чином, дає підстави вважати, що метод схвалення й осуду – інструмент вельми делікатний і застосовувати його треба обачно і нечасто.

На стані душі кожної людини позначаються ті впливи, які йдуть ззовні. Це – впливи найперше реальних людей: наших батьків, знайомих, духовних і громадських діячів, викладачів тощо. Ними можуть бути і “квазіособистості”, якими є, наприклад, літературні герої. Всі вони важливі для нас лише тому, що виступають виразниками певних духовних вартостей, певних ідеалів. Нарощування духовності в людині відбувається через спілкування з ідеалами. Під цим розуміємо ситуацію, коли на якусь мить або протягом певного відрізка часу забуваємо про всі практичні справи, заглиблюємося в душі у роздуми про Високе і Вічне і таким чином наближаємося до нього та поєднуємося з ним – коли “серце поволі з Богом розмовляє” (Т. Шевченко). Загальноприйнятими формами такого спілкування є молитва. Відзначення свят та участь в обрядах, поєднання з ідеалами через мистецтво, зокрема з допомогою музики [Вишневецький О., 2003; Чепига М., 2006, 2009]. Проте, очевидно також, що кожна людина може “розмовляти з ідеалами” своєю власною мовою Віри, Надії, Любові – почуття глибоко інтимні і їх сила далеко не завжди рівнозначна тому, що людина говорить і демонструє: “В кого завжди на устах вітчизна, той давно її в серці вже немає”, – пише Ш. Петерах. Глибока віра в Бога, національні чи будь-які інші ідеали – риси скромної, як правило, людини. І не всі ті, котрі щонеділі ходять до церкви, є дійсно віруючими. А відтак, не всі ті, хто не ходить – атеїсти. Важливо, щоб людина думала про них якнайчастіше. Такий стан є дуже благодатним для самої людини, відкриваючи себе Високому і Вічному, вона, наче “провітрює” свою душу, а відтак, переносячи увагу з свого “я” на “не – я”, на авторитет Творця, на національну ідею тощо, позбувається з душі затхлого егоїзму, кар’єристичних прагнень, заздрості і комплексу меншовартості та починає свою місію служіння. Власне такий стан людини веде до оптимізму, самовпевненості, душевного спокою і віри в добру опіку Божу [Вишневецький О., 2003]. Зрозуміло, що людина може спілкуватися з ідеалами різних систем вартостей.

Молитва є безпосереднім зверненням людини до об’єкта своєї віри і виявом її намагання наблизитися до свого ідеалу “...в цьому спілкуванні людська душа виходить за межі свого земного, емпіричного буття, переборює, хоча б на деякий час, свою упідкореність плоттю, силами світу цього і вступає до сфери буття неземного, божественного” [Франк С.Л.]. Через молитву до Бога людина вбирає в душу благодать його присутності, спокій, сили і надії, з її

допомогою вона нагромаджує духовний капітал любові і добра, які потім віддає світові. Молитва, як вважають, має великий психотерапевтичний ефект. Досліди показали, що віруючі живуть, як правило, довше і мають краще здоров'я. Молитва, особливо в церкві, приносить душевне очищення, катарсис, а отже, сприяє здоров'ю. Вважається, що церква поступово заряджена позитивним біополем [Чепига М., Чепига С., 2006]. Найкоротшою молитвою є знамення Христа, яке накладає віруюча людина на себе, проходячи повз Храм Божий чи хрест при дорозі, сідаючи за споживання їжі, і коли хоче відігнати від себе “злу силу”. В усіх цих випадках людина прагне збагатити свою душу добром. І мав рацію М.Г. Стельмахович, трактуючи молитву і Святі Таїнства (навіть і причастя) як методи виховання. Молитва як форма спілкування з ідеалами іноді поширюється також на інші рівні ієрархії вартостей. Є молитви, в яких народ просить для себе кращої долі, свободи, справедливості:

“Боже Великий Єдиний,  
Нам Україну храни...”

З молитвою наші предки вирушали в дорогу, розпочинали різні цикли господарських робіт. Молитовно звертається людина до свого Творця, лягаючи спати і встаючи вранці, коли відчуває біль і наближення смерті.

В нашому університеті молитвою починається навчальний рік. На посвяті в студенти священник окроплює молодих людей Святою водою, а в церкві, яка знаходиться на території університету, відбувається святкова літургія. Студенти мають можливість щодня перед заняттями помолитися в церкві, налаштувати себе на здобування знань і чемну поведінку.

Зупинимось на викликах часу. Важливим у вихованні молоді є так звана “сексуальна революція”, пияцтво і наркоманія, які набули такого поширення, що педагогічна наука і школа та вища школа почувають себе розгублено. Так, сучасний стан сексуальності серед підлітків трактується в США як “сексуальна істерія”. Планка вступу у статеве життя знизилася до 12 років і, як наслідок, 70% дівчат до закінчення школи вже мають досвід сексуальних стосунків. Вагітність 12-річних президент США оголосив національною катастрофою. За даними М. Красовицького (ж. “Рідна школа”, 1998, № 24) в одній із шкіл Чикаго кожна третя дівчина була вагітною. 2 млн. підлітків мають венеричні захворювання, 1 млн. школярів вагітніють щорічно. Додамо лише, що сьогодні в неповних сім'ях живе 35-40% американських школярів, а серед афроамериканців – 80-92%. В атмосфері сексуальної розбещеності американські педагоги та школа навіть і не ставлять питання про потребу сексуальної саморегламентации людини, про будь-яке її самообмеження і виховання стриманості (це суперечило б ідеї “прав людини”). Натомість дітей навчають практики “безпечного сексу”.

Іншими “дарами цивілізації” в США є схильність молоді до вживання наркотиків та алкоголю. В усіх випадках жахливі болячки технічно передового суспільства поєднуються, з одного боку, з гіпертрофованим культом прав людини, з демократією, доведеною до абсурду ідеєю прав людини, а з другого – зі шкідливою функцією телебачення. І саме тут причина того, що зусилля

виховників спрямовуються не на оздоровлення виховання, а розробку “інструкцій” як протистояти сексуальним домаганням, “кодексів” сексуальної поведінки тощо. Мішанина з культу насолод і прав людини (маю право розпоряджатися своїм тілом, як хочу) готується телебаченням, на яке педагогіка ніякого впливу немає. Навіть американські педагоги, звиклі до витівок засобів масової інформації, вважають, що тепер дає про себе знати масовий сексуальний психоз, що розпалюється цими засобами [Красовицький О., 1998]. Сексуальна розпущеність, наркоманія та алкоголізм, як стає очевидним, мають спільне коріння, зводяться до глибинної втрати засад духовності і домінування антропократії, втрат уміння людини знайти насолоду в духовному і тотального прагнення її до насолод примітивних, тілесних. І провина в цьому не педагогів і не школи: все це йде від хвороби суспільства, від глобального процесу його “матеріалізації” і оскотинювання. Як відомо, традиційно християнське виховання виходить з тези домінування духовного над тілесним. Ця теза переноситься і на статеве та інше виховання.

Для попередження абортів роз’яснюємо їх шкідливість для здоров’я. Зародок органічно поєднаний з материнським лоном, то й аборт вражає теж і фізичне тіло матері (залишається виразка) і її духовну субстанцію. Руйнування започаткованого життя калічить і тіло, і душу матері. Її лоно втрачає свої життєтворчі сили та орієнтації і засвоює тенденцію до смерті, прагне її наближення, стає носієм “фантому смерті”, що позначається на її власному здоров’ї (передчасні екологічні захворювання) та на здоров’ї пізніше народжених дітей. Існують навіть припущення, що цей фантомний вплив організму жінки поширюється на здоров’ї чоловіка, який живе з нею.

Катастрофічні дані про те, що на 450 тис. доношених вагітностей народжується до 180 тис. дітей з вродженими, часто несумісними із життям вадами, не слід пояснювати лише екологічними умовами. Логічним буде й інше припущення: розбещене статеве життя, що супроводжується негативним ставленням до можливого зачаття, є у своїй основі протиприродним і руйнує саму репродуктивну функцію як жінки, так і чоловіка. При статевому житті без любові в організмі партнерів не утворюються необхідні організму гормони.

Для корекції свідомості студентів використовуємо медитацію, яка складається із декількох блоків:

- починаю нове життя з любов’ю в серці;
- я зустріву цей день з любов’ю в серці;
- щоденні успіхи – шлях до успіху;
- я – величне диво природи;
- день сьогоднішній – день останній;
- володар своїх почуттів;
- сміх – стимулятор успіху;
- як стати достойнішим;
- Творець всього допоможе мені.

Кожен блок треба читати 30 днів: ранком і після обіду подумки, а перед сном вголос. Через місяць опануйте наступний блок. Повторюйте текст стільки

разів, поки він не стане частиною вашої свідомості, доки слова не проникнуть у підсвідомість. Доки не виробите в собі нові звички. Текст цих медитацій можна прочитати у книжечці “Кодекс честі – засіб боротьби з академічною нечесністю” [Гунчак В.М., Чепига М.П., 2011], “Плекаймо інтелектуальну етику” [Чепига М.П., 2007], а тут наводимо тільки деякі блоки медитації:

***Я зустріню цей день із любов'ю в серці:***

- адже це головний секрет успіху в будь-якій справі. Любов стане моєю зброєю, і до кого я б не звернувся, ніхто не зможе перемогти любов. У моїх словах можна засумніватися, а докази – відхилити; від обличчя мого можна відвернутися, неважко засудити мій одяг; всі мої дії можуть викликати заздрість, але любов розтопить серця всіх, так само як сонце зігріває холодну землю;
- *я зустріню цей день з любов'ю в серці.* Як це зробити? Я буду на все дивитись із любов'ю. Я буду любити сонце, яке зігріває моє тіло, але також і дощ, який очищає мій дух. Я буду любити світло – воно вказує мені дорогу, але також і пітьму, за те, що вона являє зорі. З радістю я прийму щастя, бо воно робить серце щедрим, але й потерплю смуток, бо він робить душу відкритою. Я належно сприйму нагороду, але й перешкоди буду належно цінувати, як можливість відзначитися;
- *я зустріню цей день з любов'ю в серці.* Як мені діяти? Я буду все робити із любов'ю до людей, у кожного є добрі риси, хоч їх і не видно одразу. Любов'ю я зруйную стіни підозри і ненависті, якими люди оточили свої серця, натомість я збудую мости, щоб любов увійшла в їх душі;
- *я зустріню цей день з любов'ю в серці.* І як я буду розмовляти з іншими? Я буду відгукуватися схвально про моїх ворогів – і вони стануть моїми друзями. Я знайду причину кожного похвалити і не буду лихословити; я буду любити честолюбних, бо вони можуть надихнути мене. Я буду любити невдах, оскільки їх досвід може навчити мене. Я буду любити багатих за те, що вони рідкісні, і бідних, за те, що їх так багато. Я буду любити юних за властиву їм надію, а старих – за мудрість, яку вони несуть нам. Я буду любити красивих, адже очі в них теж смутні, а некрасивих я буду любити за спокій в їх душах;
- *я зустріню цей день із любов'ю в серці.* Як же я повинен відповідати на дії інших? З любов'ю, бо любов – це лише моя зброя для завоювання людських сердець, любов – це також щит, який захищає мене від стріл ненависті і списів гніву. Любов захистить мене під час творчої роботи і на самоті врятує мене від відчаю і втихомирить у надмірному захопленні;
- *я зустріню цей день із любов'ю в серці.* Якими мене побачать люди? Я мовчки, подумки скажу будь-кому: “Я люблю тебе”. Ці невисловлені слова будуть світитися в моїх очах, вони перетворяться в усмішку, відіб'ються ехом в голосі – і серце людини відгукнеться. А якщо вона відчує мою любов, то не відмовиться від моєї допомоги чи співпраці;
- *я зустріню цей день із любов'ю в серці.* І більш за всіх я повинен полюбити себе. Оскільки в моїх справах я буду перевіряти все те, що входить в мою



душу, в серце, в розум і тіло. Я буду слідкувати за своїм розумом і не допущу, щоб в ньому поселились зло і відчай, а буду насичувати його знаннями і віковою мудрістю. Я не дозволю своїй душі стати безпечною і бездіяльною, але буду підживляти її розмірковуванням і молитвою.

**Сміх – стимулятор успіху:**

- *крім людини, жодна жива істота не може сміятися.* Я буду радіти – і моя ноша стане легшою. Я буду сміятися, і продовжиться моє життя – я володію таємницею довголіття;
- *я посміюсь над світом.* Найбільше я сміятимуся над собою, бо людина виглядає комічною, якщо сприймає себе надто серйозно. Я ніколи не попадусь в цю пастку розуму. Хоч я і величне диво природи, я все ж тільки крупинка, яку несуть вітри часу;
- *я посміюсь над світом.* А чи зможу я розсміятись, якщо людина чи діло, з яким я стикаюсь, може викликати сльози чи прокляття? Я буду повторювати слова давніх: “Завжди так не буде”. І ці слова допоможуть мені пережити будь-яку подію, залишать у рівновазі;
- *я посміюсь над світом.* Коли я сумую, я розраджусь тим, що печаль минає, коли успіх запаморочить голову, то я собі пригадаю, що пройде і це (“завжди так не буде”). Коли я бідуватиму, скажу: завжди так не буде, а коли виявлюсь обтяженим багатством, знов повторю: завжди так не буде;
- *я посміюсь над світом.* Я наповню цей день сміхом і прикрашу цю ніч піснею. Буду насолоджуватись щастям сьогоднішнього дня зараз. Адже щастя не зерно, щоб зберігати його в складах, і не вино, щоб зберігати його в амфорах. Його потрібно сіяти і збирати в один і той же день, так і я буду чинити;
- *я посміюся над світом.* Мій сміх розставить все на свої місця. Я посміюся над своїми невдачами – і вони зникнуть в хмарах нових задумів. Я посміюся над своїми успіхами – і їх справжня ціна стане очевидною. Я посміюся над багатством і воно буде квітнути і примножуватись. Кожен день буде успішним, коли моя усмішка викличе усмішку в інших, бо я зацікавлений в тому, адже ті, з ким я непривітний, не посприяють мені;
- *я посміюся над світом.* Тепер я буду плакати лише від щастя, бо печальним, співчутливим чи засмученим не місце на робочому місці, зате кожна усмішка можна обміняти на золото, а з кожного доброго слова, сказаного від серця, можна побудувати палац. Я ніколи не дозволю собі стати настільки гоноровим, мудрим, величавим і могутнім, щоб розучитись сміятись над собою і світом;
- *я посміюся над світом.* І доки я можу сміятись, я багато досягну. Сміх – один із величних багатств природи – і більше я не буду ним нехтувати. Я досягну успіху лише тоді, коли буду сміятись, якщо буду щасливим. Плодами своєї праці зможу насолоджуватись тільки, коли стану усміхненим і щасливим, а якщо ні, то краще невдача. Щоб насолоджуватись усміхом, я повинен бути щасливим, а сміх буде

допомагати мені, як слуга. Я буду щасливим. Я досягну успіху. Я буду великим (відомим) вченим (педагогом, інженером...).

**Творець всього, допоможи мені:**

- *я не прошу ні золота, ні одягу.* Я навіть не прошу можливостей, які дорівнюють моїм здібностям, навпаки, керуй мною так, щоб я зміг розвинути здібності, що відповідають моїм можливостям;
- *допоможи мені перенести труднощі і невдачі,* але не приховуй від мене нагороду, яку принесе перемога. Постав мені завдання, перед якими інші відступали, але які загартують мій дух, і наділи мене мужністю сміятися над своїми небезпеками. Дай мені достатньо часу для досягнення моїх цілей. Навчи мене словам, які були би дієвими, але утримай мене від брехні і обмов кого б то не було. Наділи мене пильністю, щоб я міг розпізнати свої можливості;
- *відмий мене в річках добрих звичок,* щоб погані осіли на дно, подай також співчуття до слабкості інших. Наділи мене пильністю, щоб я міг розпізнати можливості, але й здоровою злістю, яка зосередить мої сили;
- *удача не буде чекати.* Якщо я буду вичікувати, то вона піде з іншим і покине мене назавжди. Є лише цей час, є лише це місце, і є я – людина. Тепер я буду діяти. Немає таких маловірів, які б у момент, коли їхнє становище було серйозним чи в сильному нещасті, не прикликали свого Бога. Хто не стрепенувся, зіткнувшись із небезпекою смерті чи незрозумілою тайною? Звідки походить цей старовинний інстинкт, який відкриває всіх живих істот у момент небезпеки?
- *я ніколи не буду молити (просити Бога) про матеріальні блага.* Я ніколи не буду просити золота, любові, здоров'я, дрібних перемог, слави, успіху чи щастя. Я буду молитися лише про спрямування, щоб мені було вказано шлях до здобування успіху, і мою молитву почують.

**Висновки.** На основі проведеної роботи спостерігали еволюцію поглядів студентів від першого до випускного курсів. Для контролю за розвитком свідомості можна зробити відеофільм аури (auro-vision). Це дасть можливість побачити астральний і ментальний шари аури в русі в реальному часі, оцінити роботу чакр, проаналізувати, як зміниться колір аури залежно від внутрішнього стану студента, від емоцій, які він переживає. Дає можливість побачити і оцінити, як впливає на ауру медитація і різні практики розвитку свідомості, як при цьому змінюється колір і щільність аури. Фотографію аури можна зробити у м. Київ, вул. Басейна, 9 “б”, ера Водоля (www.eravodoleja.com.ua).

Узагальнюючи педагогічний досвід і виклики сьогодення, ми розробили “Золоті правила куратора академічної групи”:

1. Викладач-куратор (дальше викладач) має бути особистістю, привабливою для студентів.
2. Викладач повинен викликати любов і повагу студентів до себе, якщо він сам любить кожного студента та піклується про них, у стосунках і з ними чесний і відвертий.

3. Викладач має бути відвертий у стосунках з усіма студентами.
4. Викладач має бути веселим, жартівливим.
5. Викладач повинен раціонально використовувати свій час.
6. Викладач має бути доброзичливим.
7. Викладач має постійно самовдосконалюватись, розширювати свій світогляд.
8. Гасло викладача: “Пізнай самого себе і допоможи в цьому своїм студентам”.
9. Викладач повинен реалізувати індивідуальний підхід до студента, вміти його вислухати, підтримати в них вогник самоповаги.
10. Кожен куратор академгрупи має створити студентський колектив, у якому панують доброзичливі стосунки, шанобливе ставлення один до одного.
11. Педагог повинен приймати тільки обдумані рішення.
12. Викладачу слід любити і захищати кожного студента, поважати їх почуття.
13. Викладачу необхідно виховувати у студентів самодисципліну.
14. Викладач – це та людина, яка любить молодь, володіє педагогічною майстерністю, постійно пробуджує в юному серці бажання бути сьогодні кращим, ніж учора, почуття поваги до самого себе.

*Підсумовуючи підняття духовності скажемо, що підняти духовність треба для:*

- покращення здоров'я (душевного здоров'я);
- для творчості: щоб генерувати ідеї, підняти духовність;
- для довголіття і щасливого життя.

*Методи підняття духовності:*

- активувати енергетику верхніх чакр людини;
- добрі справи (благочинна діяльність у всіх формах);
- медитація (взірець тексту наведено вище);
- слухання класичної (духовної) музики;
- перебування в церкві, молитва;
- відвідування музеїв, театрів;
- підняття загальної енергетики;
- участь у художній самодіяльності;
- участь в наукових гуртках;
- участь у народних обрядах.

Враховуючи те, що душа – це енергетична субстанція і її можна лікувати енергетичними чинниками, то можна у нашому університеті в коридорі між корпусами (вздовж аудиторій) обладнати “духовний коридор”, у якому студенти, переміщуючись, “будуть лікувати душу” такими чинниками:

- класична (духовна) музика;
- картини високоенергетичні (можна і на релігійну тематику);
- резонатори високої частоти, записані на спеціальних носіях;
- вода, відповідним чином структурована і з певною закладеною в неї інформацією тощо;
- світло свічок;
- запахи квітів тощо.

Приймаємо пропозицію стосовно обладнання духовного коридору для швидкої енергетичної корекції біополя студентів як частини підняття духовності.

#### Література

1. Ващенко Г. Високий ідеал. - Полтава: "Полтавський вісник" 1994. - 191 с.
2. Вишневецький О. Теоретичні основи сучасної української педагогіки. Посібник для студентів вищих навчальних закладів. - Дрогобич: в-цто "Коло", 2003 - 528 с.
3. Войтила К. Основания этики// Вопросы философии. - 1991, № 1
4. Гунчак В.М., Чепига М.П. Кодекс честі – засіб боротьби з академічною нечесністю. - Львів: в-цто ЛНУВМтаБТ ім. С.З. Гжицького, 2011. - 72 с
5. Макаренко А.С. Сочинение в семи томах. - Москва, 1958, т. 5
6. Сухомлинський В.О. Вибрані твори в 5-ти томах. - К., 1976-1077. т. 1
7. Ушинський К.Д. Твори в шести томах. - К., 1955, т. 6
8. Франк С.Л. Духовные основы общества. - Москва, 1992
9. Чайковський А., Чепига М., Шутко Л., Чепига О. Вплив енергетики музики на емоційність музиканта, лектора, студента. - Львів: Магнолія, 2006, 2009 - 136 с.
10. Чепига М.П., Чепига С.М. Стимулятори здоров'я та інтелекту. 2-е вид., перер. і доп. - К.: Знання, 2006. - 347 с.
11. Чепига М. Плекаймо інтелектуальну етику. - Львів: Тріода плюс, 2007. - 536 с.
12. Чепига М., Федорович В., Драчук А. Крок до мети на шляху мудрості.
13. - Львів: в-цто ЛНУВМтаБТ ім. С.З. Гжицького, 2011. - 96 с.