

# **Сочинение**

**На тему «Здоровье души»**

**Ученицы 7а класса МБОУ СОШ №7 г. Сосновый Бор**

**Антониновой Елизаветы**

**Учитель: Лебебедва Наталья Николаевна**

Для существования любого народа и успешной его жизни необходим определенный уровень духовного и физического здоровья. Наука в наши дни с критериями физического состояния нации в принципе разобралась, а вот проблема духовного здоровья и его влияния на развитие общества до конца ещё не разработана. Но, как показали наблюдения, именно это здоровье является главенствующим фактором для успешного развития народности или полнейшего истребления нации.

В наши дни все чаще обращают внимание на вопросы воспитания подрастающего поколения и духовно- нравственного здоровья личности. Согласно статистики, 60 % учащихся Российской Федерации имеют ту или иную патологию. 60% этих детей были отнесены к категории нервные дети. Интересен тот факт, что у 64,8% старшеклассников в РФ зафиксированы нервно-психические расстройства: асоциальное поведение, курение, употребление алкоголя, причем возраст алкоголиков значительно молодеет. К этому списку можно добавить употребление психоактивных веществ, рискованные способы сексуального поведения, компьютерную зависимость- новую нозологическую единицу.

По церковным канонам, духовным здоровьем является свобода от духовных недугов, греховных страстей. Психология дает другое толкование: устойчивость к стрессам, умение управлять своими мыслями и эмоциями, доброжелательно отношение к людям и умение видеть в людях достоинства, и обязательно мудрость и понимание окружающих.

Многие столетия наше государство формировалось под воздействием именно этих заповедей. Вся культура связана теснейшим образом с православным вероисповеданием.

Для чего же нужно это духовно-нравственное здоровье?

В нашей жизни есть много примеров тому, что духовное здоровье, а вернее сказать выздоровление, помогли избавиться от болезней, даже со смертельным исходом. Например, балерина Екатерина Максимова, получившая травму позвоночника.. Оказавшись в инвалидном кресле, она мысленно танцевала свою любимую партию Жизели из одноименного балета. Она проявила силу духа, огромное желание, т. е. её душевные силы перебороли недуг , и она смогла вернуться на сцену большого Театра. А ведь балет- это очень тяжелый труд, изнуряющие репетиции!!!

Или другой пример. Академик Г.Н. Сытин, участник войны. Во время боевых действий он получил контузию, а это значит нарушение мозговой и физической деятельности, т.е инвалидность. Казалось бы, все кончено, человек лишился возможности полноценно жить. Редкая воля, желание вернуться к прежней жизни помогли побороть недуг. Потребовался не один год упорных занятий и тренировок, чтобы восстановить все функции организма. И Г.Н. Сытин не просто выздоровел, но решил вернуться на фронт. Впереди предстояло прохождение медицинской комиссии. И те же доктора, которые прочили ему жизнь инвалида, признали его годным к строевой службе без ограничений. Впоследствии Г.Н. Сытин явился зачинателем метода настроений-внушений.

С зарождением жизни в человеке начинается обмен материальный, энергетический и информационный со средой обитания. В среду обитания входят и Земля с воздушной средой, и космос со световыми, магнитными и ещё не изученными излучениями энергии и информации. И если где-то хоть на немножко нарушится равновесие- это грозит человеку не только болезнями, но и исчезновением. А залог этого равновесия - духовно-нравственное здоровье нации, которое делает человека человеком, а не исчадием ада.