

## ЛЕЧЕБНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ МОЛИТВЫ: ПРАВДА ИЛИ ВЫМЫСЕЛ?

*Аннотация. Исследовано лечебное воздействие молитвы на организм человека. Рассмотрен вопрос о том, что происходит с человеческой сущностью в момент молитвы и отречения от мирской суеты и собственной гордыни.*

*Анотація. Досліджено лікувальний вплив молитви на організм людини. Розглянуто питання про те, що відбувається з людською сутністю в момент молитви і зречення від мирської суети і власної гордіни.*

*Annotation. The article is devoted to the scientific study of therapeutic effects of a prayer on the human body, and raises the question of what happens to the human nature at the moment of praying and renouncing worldly vanity and one's own pride.*

*Ключевые слова: молитва, медитация, грех, реальность, страдания, научные объяснения, истина, верующие люди.*

Все религии содержат в себе элемент веры, поскольку религиозная истина не относится к числу тех истин, которые являются доказуемыми, как, например, математическая теорема или научный эксперимент. Однако вера не возникает на пустом месте – она базируется на неких данных, которые для верующего являются убедительными. Среди таких атрибутов особое место всегда занимала молитва, которая в последние десятилетия стала также предметом особого интереса и для науки (не только теологической!).

Медики, социологи, философы, историки и другие ученые подвергают исследованию феномен молитвы. Поднимают вопросы: так что же происходит с человеческой сущностью в момент молитвы и отречения от мирской суеты и собственной гордыни? Какую силу высвобождает в нас молитва и в чем ее природа?

Обратимся к исследованиям в этой области. Интересными являются заключения профессора Ньюберда – ведущего нейрофизиолога университета Томаса Джефферсона, который уже более 10 лет проводит уникальные эксперименты по сканированию мозга людей, погруженных в глубокую молитву [1]. Большинство его экспериментов базируется на "фотографировании" мозга. Эта технология называется "однофотонная эмиссионная компьютерная томография".

Для эксперимента профессор Ньюберд выбрал людей религиозных, которые прибегали к молитве ежедневно на протяжении 15 лет. Это были сестры Францисканского монастыря и тибетские монахи. Перед началом эксперимента ученые вводят участникам внутривенный катетер со слабой радиоактивной жидкостью, которая впоследствии помогает измерить кровоток в мозге. Сначала делались снимки участников в покое, а затем в состоянии медитации и молитвы. Через час, когда молящиеся достигли состояния отрешенности, им в кровь ввели радиоизотопы и начали сканировать работу мозга. После этого сравнили данные томограммы до и во время молитвы. Снимки мозга молящихся поразили ученых. У всех испытуемых молитва просто выключила теменную долю мозга, отвечающую за ориентацию. Это означает, что человек теряет связь с реальностью и выходит за ее пределы [1, с. 41].

Ряд исследователей считает, что молитва является одним из видов медитации. По мнению ученых Санкт-Петербургского университета, это та целительная "информация здоровья", которую каждый человек может вносить в свою информационную структуру самостоятельно [1, с. 52].

В научной литературе все больше бытует мнение, что все болезни даются нам за грехи. Отчасти, это правда, поскольку человек, культивирующий в себе какие-то отрицательные эмоции, например планы мести, не может не болеть. Как говорится, или убей, или прости.

Конечно, лучше не убивать, но, если все время мстить внутри себя, дело непременно закончится психосоматикой. Любой негативный поступок, как склонны считать некоторые исследователи, в том числе и мысль, не проходят для человека бесследно [1 – 3]. Научные эксперименты свидетельствуют, что в области мозга образуется негативный очаг, пагубно сказывающийся на здоровье. Во время молитвы человек уходит от реальности, что приводит к разрушению патологических связей в мозгу и в организме. Молитва как бы отключает кору мозга, освобождает человека от земных забот. При молитве вырабатывается так называемый уровень "дельта-волн", который наблюдается у младенцев примерно до 5 – 9 месяцев. Недаром в Евангелии сказано: "Будьте как дети, и спасетесь" (Матфей 18:3). Только верить надо по-настоящему, чтобы молитва шла от сердца, из самой глубины души, иначе не будет эффекта.

Почти все священники отмечают, что во время службы теряется "чувство времени". Для человека неверующего выстоять два часа службы в церкви – муки адские. Одна мысль: когда же это кончится? А, например, у коптов – потомков древних египтян – молитва длится пять часов. Митрополит Александрийский Антоний рассказывал: "Когда я начинаю литургию, время и для меня, и для всех присутствующих как будто бы

Во многих христианских конфессиях утверждается тезис: "Кто верит – тот спасется". И это не случайно. Известный российский исследователь А. Бомбар доказал, что человек, оказавшийся после кораблекрушения в море, умирает не от того, что нечего есть или пить, не от шторма, а от страха. Ученый проделал над собой эксперимент: целый месяц прожил в океане на плотике без воды и пищи – и выжил благодаря тому, что поборол страх.

Таким образом, именно вера в спасителя помогает победить страх и определенные действия решают будущую судьбу человека [3, с. 64].

Следует признать, что в целом действие молитв на организм человека ученые стали изучать недавно. Раньше бормотание попов считали чепухой. Но первые же научные данные удивили даже закоренелых атеистов.

Весьма интересными в этом плане являются исследования, проводившиеся в Герцогском университете в Дареме (штат Северная Каролина, США) и местном госпитале. Ученые пригласили нескольких монахов, сестер и священников различных конфессий помолиться за 700 пациентов, страдающих различными сердечными недугами. В течение нескольких дней врачи делали заметки о состоянии этих больных, а когда эксперимент завершился, все данные передали экспертам.

И вскоре профессор Митчелл Крушофф – организатор исследования – сообщил результаты: у 500 пациентов благодаря молитвам темпы выздоровления увеличились примерно на 93 процента. "Я не знаю, отчего это происходит, – признается профессор. – Но могу предположить, что на работу сердца благотворно влияет концентрация на божественных словах как священников, так и самих больных. Ведь человек, за которого молятся или который молится сам, полностью сосредоточен на общении со Всевышним, и, вероятно, это приводит к нормализации многих процессов в организме, которые нам предстоит еще изучить" [3, с. 67].

Многие исследователи считают, что лечебный эффект молитвы связан с временным отходом от земных забот, признанием их незначительности в сравнении с вечными и незыблемыми ценностями [1; 4]. Например, онкологические больные. Искренне и подолгу читая молитвы, они перестают бояться смерти, обретают оптимизм и уверенность в завтрашнем дне, преодолевают уныние. Все это приводит к вполне объективному росту иммунитета. И если сопротивляемость организма болезни растет, происходит самоизлечение.

Сегодня для разгадки феномена молитвы наука использует новейшие компьютерные технологии, и самые первые шаги в этой области сделали российские ученые. В 1986 году нейрофизиолог В. Слезин впервые записал энцефалограмму мозга молящихся священнослужителей. Сенсационные результаты с восторгом были приняты на мировом психиатрическом симпозиуме, а в Советском Союзе Слезина чуть не уволили с института.

Ему удалось показать, что при молитве фактически исчезает активность мозга, то есть она снижается в десятки раз. Мозг взрослого человека в состоянии бодрствования работает с частотой примерно в 12 Гц. Во время молитвы в лаборатории профессора Слезина электроэнцефалограф зафиксировал активность всего в 3 Гц. Такие показатели были бы характерны, если бы испытуемый был без сознания. Но самым удивительным для ученого стало другое – с этой же частотой, ровно в 3 Гц, работает сознание младенца.

Это послужило основой тому, что в последние годы во всем мире наметилась тенденция к переосмыслению правомерности использования для лечения человека только официально узаконенной медицинской науки и практики.

Опытным путем установлено, что произнесение молитв помогает людям с повышенным кровяным давлением и диабетикам: за несколько минут снижается уровень холестерина в крови и нормализуются обменные процессы. Молиться особенно полезно тем и за тех, кто временами впадает в глубокую депрессию и страдает маниакально-депрессивным психозом. В целом, чем тяжелее заболевание, тем чаще человек обращается за помощью к Богу.

Так, например, ученые теологической семинарии Пасадены и Калифорнийского университета опросили более 400 пациентов, больных шизофренией, тяжелыми формами депрессии и некоторыми другими психическими недугами. И обнаружили, что 80 процентов опрошенных ударялись в религию, чтобы справиться с отчаянием, приступами агрессивности или плаксивости [2].

Многие теологи утверждают, что не всякая молитва эффективна, а только та, что услышана Богом. Что это значит?

Как ни странно, но ответ на этот вопрос есть у медиков. По их мнению, молитва, услышанная Богом, – та, что пусть и на короткое время, но полностью отстраняет нас от земной жизни. Как выяснили ученые, это выражается в исчезновении или уменьшении быстрых корковых ритмов биотоков. И чем значительнее это уменьшение, тем глубже молитвенное погружение [2].

История свидетельствует, что святые мученики благодаря молитвам и вере в Бога терпели страшные боли и жестокие мучения. Амвросий Оптинский страдал невероятно тяжелыми недугами, от которых, по мнению врачей, он бы умер через полчаса, будь он обычным человеком. Старец же прожил 79 лет. Да еще и умудрялся веселить проходящих к нему. Несмотря на постоянную боль, он был жизнерадостен и давал людям наставления в такой простой и шуточной форме, что они легко и навсегда запоминались. Л. Толстой после беседы со старцем сказал: "Этот Амвросий совсем святой человек. Поговорил с ним, и легко стало у меня на душе, почувствовал близость Бога" [5].

Кембриджские ученые попытались изучить этот феномен – каким образом молитва, медитация и вера в Бога облегчают страдания.

В Центре изучения мозга исследователи собрали двадцать глубоко верующих людей и столько же атеистов. Каждому из участников эксперимента с внешней стороны ладони закрепили электроды и пустили по ним небольшие разряды электрического тока. Во время испытания верующим предложили смотреть на икону Иисуса Христа, атеистам – на картину Гогена "Мельница". За те 20 минут, что длился эксперимент, каждый испытуемый получил двадцать электрических разрядов. Но восприняли их все по-разному.

Те, кто смотрел на лик Христа, чувствовали себя в полной безопасности и не волновались, потому что были уверены, что о них позаботится Господь. При этом датчики показали, что они чувствовали боль на 15 % меньше, чем те, кто лицезрел картину Гогена. Прибор, сканирующий работу мозга, показал, что у верующих озарялась правая передняя часть мозга, что указывало на включение нейронной активности модуляции боли.

Иными словами, они сами своим настроем подавляли и уменьшали боль. А вот у атеистов подобной мозговой реакции не было [2].

Таким образом, ученые зафиксировали, что у верующих людей во время молитвы уменьшается уровень стресса, нормализуется давление, исчезают боли в сердце. Результат – они меньше болеют и дольше живут.

О чудодейственном эффекте молитвы могут свидетельствовать и другие факты. Так, выяснилось, что молитва убивает зловередные бактерии не только в человеческом организме, но и в воде. Петербургский инженер-электрофизик из лаборатории медико-биологических технологий "НИИ промышленной и морской медицины" А. Малаховская, член союза "Православные ученые России", уже десять лет изучает свойства, казалось бы, ненаучных явлений: силу крестного знамения, слова Божьего и целебные свойства святой воды. Вот что она рассказывает: "Я проверила действие молитвы "Отче наш" и православного крестного знамения на патогенные бактерии. Для исследования были взяты пробы вод из различных водоемов: колодцев, рек, озер, в которых содержались кишечная палочка и золотистый стафилококк. Оказалось, что если прочесть молитву "Отче наш" и осенить культуру крестным знамением, то количество вредных бактерий уменьшается почти в сто раз" [3, с. 21].

Открытие, доказывающее силу молитвы, сделал руководитель лаборатории нейропсихифизиологии Санкт-Петербургского психоневрологического научно-исследовательского института им. В. М. Бехтерева, профессор В. Слезин [2].

Во время молитвы священников Александро-Невской лавры ученым удалось зафиксировать, что биоэлектрическая активность мозга претерпевает несколько этапов изменения, но заключительный этап этих изменений, по оценке молящихся, совпадает с периодом наиболее глубокого погружения в состояние молитвы. В этот период наблюдалось отчетливое подавление высокочастотных ритмов биотоков мозга. Сохранившиеся биопотенциалы имели столь малую амплитуду, что приближались к простой линии, то есть свидетельствовали о практически полном выключении коры мозга. При этих столь значительных изменениях характера ЭЭГ не отмечалось

никаких отклонений от нормы в активности биотоков, в частности, не возникали какие-либо проявления, присущие судорожным припадкам. Возвращение молящихся в обычное состояние сознания сопровождалось быстрым восстановлением исходной фоновой картины, имевшей место до начала молитвы. По окончании обследования всеми молившимися было отмечено, что они сохраняли нормальный уровень чувственного восприятия и не испытывали каких-либо нарушений внимания и памяти, то есть полностью сохраняли сознание [2].

И все-таки, почему молитва имеет непосредственное воздействие на мозг? Возможно, как считают исследователи, следует согласиться с тем, что наша речь состоит из определенного спектрального состава, набора определенных частот, их комбинаций и амплитуд. На этом и построена молитва, имеющая много общего с музыкой и медитацией [1, с. 59–63].

Итак, вся наша жизнь сосредотачивается вокруг нас самих, ищем ли мы Бога в душе, место в жизни или положение в обществе. Мы не на секунду не можем забыть о себе, о своих проблемах, потребностях, желаниях. Трудно даже осознать, но есть такие люди, которые отрекаются от собственного я, беспрестанно и бескорыстно молятся за других. Их молитвы обретают реальную и действенную силу. И делают это потому, что по мнению верующих, молитва обладает чудодейственной силой. Их вера основана на тысячелетнем религиозном опыте человечества.

Сегодня научные объяснения феномена молитвы пытаются найти ученые в разных странах мира. Исследования показали, что есть сильная связь между молитвой и тем, что происходит в этот момент в человеческом мозге. Видимо, мы все еще находимся лишь на заре научного знания. Истинная наука давно уже признала, что область исследованного – это почти ничто в сравнении с областью неисследованного.

*Научн. рук. Пальм Н. Д.*

---

**Литература:** 1. Тихоплав В. Ю. Наше духовное исцеление / Тихоплав В. Ю., Тихоплав Т. С., Лапис Т. А. – СПб. : НД "ВЕСЬ", 2003. – 136 с. 2. Кузина С. Ученые пытаются понять, почему помогает молитва / Кузина С. // Комсомольская правда. – 2008. – 28 января. 3. Правоторова Т. Исцеление молитвой / Т. Правоторова // Наука и религия. – 2000. – № 1. – С. 14–15. 4. Кириллов В. Болезнь, время и моральный кризис может остановить молитва / Кириллов В. // Аргументы и Факты. – 2002. – 18 апреля. 5. Молитва с точки зрения науки – феномен молитвы [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [www.anubis-sub.guцелительная"информация здоровья"](http://www.anubis-sub.guцелительная).