

различных его интерпретаций в фильмах, мультфильмах, аниме, компьютерных играх и т.д., пересматривая, тем самым прежний культ рыцаря.

2. Основные ценности бусидо формировались на основе как традиционных религий, так и «привезенных», а также немалую роль сыграли военные деятели, поделившиеся описанием своих и чужих подвигов и премудростями ведения войны. Японцы были, есть и останутся преемниками этого таинства «японской души»;

3. Бусидо обозначило традиции понимания японским обществом таких ценностей как понятия: «жизни», «смерти», «любви», «верности», «уважения» и других.

Литература:

1. Маков Валерий. Якудза [Электронный ресурс]/ В.Маков.– Электрон. текстовые дан. Режим доступа-<http://lenta.ru/articles/2013/07/27/yakuza/>, дата обращения 03.03.2016

2. Мисима Ю. Хагакурэ Нюмон [Электронный ресурс]/ Мисима Ю. . – Электрон. текстовые дан. – 1968, рус. перевод 2002. – Режим доступа: http://shounen.ru/books/hagakure_nyumon.shtml, дата обращения 01.03.2016

3. «Повесть о жестокости бусидо» («Bushidô zankoku monogatari» реж. Имаи Тадаси, 1963)

4. Сытин И. В. Военная энциклопедия: в 18 т./— СПб.; Т 5: Военная энциклопедия. Бомбарда-Верещагин, 1911—1915.

5. Цунэтомо Я. Кодекс бусидо. Хагакурэ. Сокрытое в листве. — М. : Эксмо, 2008. – 280 с.

УДК 616.8(091)

А.А. Калинин, А.Л. Устинов

**ИСТОКИ МАССАЖА В ДРЕВНИХ ЦИВИЛИЗАЦИЯХ ИНДИИ КИТАЯ,
ГРЕЦИИ, РИМА, КИЕВСКОЙ РУСИ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ**

Кафедра истории, экономики и правоведения
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

A.A. Kalinin, A.L. Ustinov

**THE ORIGINS OF MASSAGE IN THE ANCIENT CIVILIZATIONS OF
CHINA, INDIA, GREECE, ROME, KIEV RUS: THE COMPARATIVE
ANALYSIS**

Department of History, Economics and Law
Ural State Medical University
Ekaterinburg, Russian Federation

E-mail: andrej_kalinin_96@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрены различные методы массажа в древних странах, их упоминание, значение в обществе и особенности.

Annotation. The article describes the various methods of massage in countries of the ancients, they mention the value in society, and especially.

Ключевые слова: Массаж, масло, растирание, баня.

Keywords: Massage, oil, rubbing, sauna.

Впервые упоминание или использование техники массажа появились еще в глубокой древности. Умение лечить прикосновением использовалось во многих странах мира как в профилактических целях, так и для лечения многих болезней, и назвать или место и время зарождения массажа затруднительно.

В современном обществе массаж является весьма распространенным методом лечения многих заболеваний. Однако для успешного использования данного метода в том числе необходимо опираться на опыт и практики массажа в прошлом.

Цель исследования – выявить наиболее актуальные проблемы становления и развития массажа в древнем мире в разных странах.

Материалы и методы исследования

Основу нашего исследования составляют историко-сравнительный и диахронный методы, потому что с помощью этих методов, мы можем сравнить или сопоставить методы и технику массажа разных стран и народов в разные эпохи. Можно сопоставить техники массажа в Древнем Китае, Индии, Греции, Риме и в Киевской Руси.

Литературной базой работы являются статьи К. Борисова, В. И. Дубровского и других авторов, в которых раскрываются проблемы возникновения и истоков массажа [1; 3; 4; 6]. В статье Е. Н. Залесовой показаны различные техники массажа в различные эпохи [5]. В работе Велияря рассказываются особенности русской бани [2].

Результаты исследования и их обсуждение

Начнем с Древнего Востока, в котором были использованы целебные свойства массажа более 2 – 2,5 тыс. лет назад. Скорее всего эта дата первого использования специальной техники массажа как часть целительства и борьбы с недугами, но простые приемы массажа использовались и ранее. Массаж был известен во многих странах, от Древнего Востока и до других стран. Массаж развивался и на Востоке, в странах Малой и Средней Азии и в Древней Греции и Риме и т.д.

Достаточно большой вклад в развитие использования массажа было внесено в Древнем Китае. Китайские целители использовали метод растирания тела с использованием различных масел, вытяжками из трав и иглоукалыванием, которые лечили людей от недугов и болезней. Издавна, в Китае знали, что с помощью массажа можно не только вылечить большинство заболеваний, но и использовать массаж в качестве снятия стресса или

усталости. Достоверно известно, что в Древнем Китае было открыто немало врачебно-гимнастических школ, где учили не только способам лечения больных, но и так же навыкам использования техники массажа. Слава об этих заведениях быстро распространилась по всему Китаю. В эти учебные заведения стремились попасть жители всей империи, независимо от того, к какому сословию они принадлежали или какое имели социальное положение в обществе. Целители, закончившие эти школы, получали звание “небесных” и имели большой почет и уважение среди населения. Умения и знания в технике массажа этих целителей помогали излечить самые тяжелые болезни. Благодаря этому в IX веке в Китае открылся самый первый в мире медицинский институт, в котором изучение техники массажа было обязательным. Изучали технику массажа и мастера единоборств. Так, в храме Шаолинь монахи использовали технику самомассажа, после получения травм во время тренировок.

Первые письменные ссылки в Индии встречаются в книгах Ганга. Эти книги были написаны примерно в 2000 г. до н.э. Одной из первых книг является Аюрведа («Книга жизни»), посвященная целительству, там же и упоминается техника массажа. В Книге «Сокрута» содержится информация о многих приемах массажа. В Ведах встречается первое упоминание о рефлексорных зонах. Считается, что в Индии больше всего практиковался метод ухода за стопами, основанный на знаниях рефлексотерапии, которая впервые появилась в этой стране. В Древней Индии массаж был способом лечения недугов, а также входил в часть религии. Брамины, то есть служители храмов, умело владели многими приемами массажа и вводили их в специальные религиозные обряды. Если брамин исцелял больного, то он приписывал успех сделанных процедур главному богу их религии Всевышнему. К браминам люди относились с уважением и боготворили их, считая, что они имеют связь с Всевышним.

В Древней Греции существовал культ тела, гигиены, чистоты. Греки делали физические и гимнастические упражнения и часто ходили в бани, где обязательно надо было идти на процедуру массажа. Спортсменам, принимавшим участие в спортивных соревнованиях, перед состязаниями делали массаж для увеличения общего тонуса, а после соревнований с помощью же массажа снимали усталость, восстанавливали тонус или силы и избавлялись от недомогания. Греческое "masso" означает «сжимать руками». Один из известных медиков тех времен Геродикос доказал полезное воздействие массажа на организм человека с точки зрения физиологий. После него, его ученик Гиппократ продолжил дело своего учителя. Гиппократ внес в медицину огромный вклад. Он провел многочисленные опыты и исследования, связанные с организмом человека, и доказал полезное воздействие массажа. Гиппократ выделил, что более целебное воздействие оказывают надавливающие движения вверх, т.е. к сердцу, и обучал своих учеников такому методу массажа. После этого использование массажа применялось по всей Греции. Гиппократ говорил: «Во многих вещах врач должен быть опытным, и не менее в массаже, ибо массаж может связать сустав слишком расслабленный

и размягчить сустав очень тугой. Растирание вызывает стягивание или расслабление тканей, ведет к полноте или исхуданию, мягкое, нежное и умеренное растирание утолщает ткани, а сухое и частое растирание стягивает их» [5]. О применении массажа писал Гомер. Гомер в своей поэме «Одиссея» пишет о том, как красивые женщины растирали с помощью масел тела воинов, вернувшихся с поля боя [1].

Энергично развивается массаж и в Древнем Риме. После завоевания Римской империей земель от Пиренейского полуострова и Британии до Персии, Армении и Египта римляне взяли все сведения о массаже из этих стран, и выделили их в разные группы и активно развивали технику массажа, внедряя новые теории и методики. Благодаря этому, техника массажа в Римской империи поднялась на высокий уровень. Латинское "massa" означает «прилипающий к рукам, пальцам». Клавдий Галлен – главный врач школы гладиаторов в Пергаме – в своих научных трудах подробно описал девять видов массажа, дал советы и рекомендации по использованию многих приемов [6].

В древних славянских племенах большим успехом пользовались купание в горячих банях, и растирающие приемы по всему телу человека вместе с похлопыванием и легким стеганием по телу размягченными в кипятке вениками, сделанными из листьев разнообразных деревьев, которые обладали разнообразными лечебными свойствами. Такими вениками проводилось растирание всего тела человека сверху вниз и наоборот. Этот прием обеспечивает закаливание организма, возбуждает кожу и предохранял от заболеваний при погружении в снег или обливания холодной водой после бани. Летописец Нестор повествовал: «Как сямыют и хвощут... видех бани древяны и пережгут их вельми, и сволокутся, и будут нази и обольются мытостью, и возьмут ветвие и начнутся бити... и облиются водою студеною и таке живут» [3]. В этом повествовании Нестор описывал процесс мытья и профилактики. Растирание, поглаживание, растягивание и похлопывание достигло высокого уровня у древних славян, независимо от влияний греков и римлян. Также у древних славян было хорошо ценилось костоправство. В основном костоправы занимались лечением механических повреждений позвоночника, суставов и костей. Костоправы разминали суставы и другие части тела, растирая различные масла и особые вещества из трав, сваренных на масле или смешанных с животным жиром.

В Древней Руси простые элементы массажа использовались при лечении ревматических болей. К болезненным точкам прикладывали тепло и холод, после чего растирали и поглаживали различными маслами. Как и у древних славянских племен, в Древней Руси также ценились бани. С XI в. при монастырях начали строиться «строение ванное, врачеве и больницы» [2], где использовали метод массажа как лечебный прием, в которых лечились жители Древней Руси.

Выводы:

1. Массаж появляется примерно 2,5 или более тысяч лет назад, то есть до нашей эры.

2. Массаж играл большую роль в медицине прошлого, т.к. это был один из основных способов лечения. Лекари, умевшие применять технику массажа, были уважаемыми лицами в обществе ценились очень сильно. Это либо использование игл, веников, специальных масел и т.д.

3. В различных странах разная техника массажа, эти техники были несколько похожи, но отличались способами применения массажа.

4. Применяли массаж в специальных помещениях, будь то это баня или храм.

Литература:

1. Борисов К. История возникновения и развития массажа. [Электронный ресурс]: Режим доступа http://www.libma.ru/zdorove/massazh_pri_gastrite/p3.php. – 14.03.2016.

2. Велиярь. Русская банька. [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.tularus.org/index.php/obyčaj/707-cultura-07-01-2013> -14.03.2016.

3. Дубровский В.И. История возникновения и развития массажа. [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://lekmed.ru/info/stati/istoriya-vozniknoveniya-i-razvitiya-massazha.html> - 14.03.2016.

4. Дубровский В.И. История развития массажа. [Электронный ресурс]: Режим доступа <http://www.fiziolive.ru/html/massaj/ob-vopr/istor-massaj.htm>-14.03.2016.

5. Залесова Е.Н. Энциклопедия лечебного массажа и гимнастики. [Электронный ресурс]: Режим доступа <http://shushkovsky.com.ua/documents/170.html>- 14.03.2016.

6. История массажа. [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://lubitel68.blogspot.ru/2012/09/blog-post_2484.html - 14.03.2016.

УДК 159.9.075-072.43-053.6

A.P. Kiva, I.V. Pereyagina, O.R. Musina
PERCEPTION OF MODERN TEENAGERS OF THEIR OWN LIFE
AND THE DIFFICULTIES OF THEIR EXPERIENCE

Department of the Foreign Languages
Ural State Medical University
Yekaterinburg, Russia

E-mail: kivanastysha@gmail.com

Annotation. This article presents: description of the procedure and the study methods; the results of questioning of students; the results of depth consideration of perception of teenagers and young people of their lives.