



**Проект образовательного и  
духовно-оздоровительного центра  
"КОЛОВЕДА"  
в рамках экопоселения**

**подготовленный  
группой участников поселения  
под руководством  
И.Е. Петрова  
(школа "Чайка")**



март 2006 г.



## СОДЕРЖАНИЕ

Основные направления центра "Коловеда" .....	3
Методологии центра "Коловеда" .....	5
1) Период "Росток" (условный возраст от 0 до 1 года).....	7
2) Период "Следопыт" (условный возраст 1-3 года).....	15
3) Период: "Магии и Волшебства" (условный возраст 3-7 лет).....	16
4) Период: "Знайка" (условный возраст 7-10 лет).....	16
5) Период: "Алхимик" (условный возраст 10-15 лет).....	17
6) Период: "Волхвы" (условный возраст 15-20 лет).....	17
7) Период: "Творцы" (условный возраст 20-25 лет).....	18
8) Период "Путники" (условный возраст от 25 лет и далее).....	18
Материальная база центра "Коловеда" .....	19



## **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ЦЕНТРА "КОЛОВЕДА"**

Цель нашего центра – помочь пришедшим к нам участникам поселения – детям и взрослым – стать целостными, гармонично развивающимися и творческими людьми. Название центра "Коловеда" (коло – круг, солнце, колесо; веда – глубинное знание) означает круговорот знаний в коллективе.

Основной принцип центра - "начинай с себя". Каждый человек строит свою жизнь сам. Он выбирает, быть ли ему больным или здоровым, пассивным или деятельным, неудачливым или успешным, являться ли рабом чужих ценностей или мыслить свободно. Чтобы стать полноценным хозяином своей жизни, необходимо сделать самый главный в своей жизни выбор – принять ответственность за то, что происходит, на себя и начать меняться самому, таким образом преобразуя окружающие обстоятельства.

За примерами далеко ходить не надо. Известно, что люди, пытающиеся перевоспитать своего супруга, как правило, терпят неудачу, в то время как те, кто принимает "свою половину" такой, как она есть, живут в долгом и счастливом браке. Многие родители требовательны к своим детям, но не к себе. Чаще всего их дети не оправдывают родительских ожиданий, копируя дурные привычки своих пап и мам. Этот список можно продолжать, но идея ясна – нельзя воспитать другого, не воспитав себя. Это означает, что преподаватели центра должны быть готовы в первую очередь развиваться сами и затем уже помогать в этом другим.

Таким образом, помощь – самое подходящее в этом случае слово. Нельзя сделать за кого-то его выбор или научить кого-то быть активным. Человека же, который сам решил изменяться и расти, можно поддержать в его стремлении вверх, предложив ему необходимую информационную поддержку и опыт людей, уже вступивших на этот путь.

Идти путём развития – очень сложная задача. Об этом повествуют нам народные сказки. Там говорится, что по проторенным дорожкам далеко не уйдешь. Чтобы достичь цели, нужно не побояться "пойти туда не знаю куда, принести то не знаю что", "семь хлебов железных съесть, семь колпаков железных порвать, семь посохов железных изломать". Говоря современным языком, надо быть готовым в работе над собой выйти за рамки своих собственных ограничений, туда, где страшно, куда идти как раз не хочется. Только так можно избавиться от своих негативных установок, страхов, дурных привычек и прочего, что мешает человеку обрести свободу. Ведь "только на пути к самому себе ты можешь встретиться с самим собой".

Свобода человека включает семь аспектов:

1. *Физическая свобода.* Это владение своим телом, управление физическими движениями, сила, быстрота реакции, ориентация в пространстве.
2. *Энергетическая свобода.* Сюда относятся здоровье, умение эффективно использовать жизненную энергию, овладение тонкими механизмами взаимодействия с природой.
3. *Эмоциональная свобода.* Она включает ощущение радости жизни, отсутствие эмоциональных комплексов и зависимостей, непосредственное отношение к жизни, способность творчески использовать личностный, эмоциональный опыт.
4. *Интеллектуальная свобода.* Это отсутствие шаблонов и стереотипов мышления, способность задействовать абстрактное мышление, возрастание скорости мышления, эрудиция, способность эффективно работать с большими объемами информации и разносторонними информационными источниками.



5. *Каузальная свобода*. Открытость на разнообразную, разностороннюю жизнь, умение ставить цель и достигать ее наиболее эффективным способом, непривязанность к цели в процессе ее достижения.

6. *Свобода мировоззрения* - искреннее приятие всех сторон мироздания, как необходимых составляющих жизни; понимание себя, своих сильных и слабых сторон, способность принимать точки зрения других людей.

7. *Свобода духовного самоопределения* - ощущение единства с мирозданием, обретение смысла жизни.

Каждый человек может проанализировать эти семь аспектов, применяя их к себе. Если оказывается, что человек стремится к большему, то его намерение развиваться, индивидуальная работа над собой и помощь центра "Коловеда" дают ему реальный шанс вырасти. Это в основном касается взрослых людей, сформировавшихся личностей, зачастую вобравших в себя множество негативных образцов мышления современного социума.

У детей, в отличие от взрослых, условия для "старта" не такие плохие. Обратимся к словарю: "*Воспитание* – создание целостных условий для развития личности, для приобретения и усиления навыка к активной жизненной позиции, к намерению жить творчески. Основывается на примере личного стремления, сотрудничества и организации учебного материала для самостоятельного выбора на принципах Монтессори: от простого к сложному, по всем направлениям. *Образование* – процесс получения общей с другими единой системы образов в определенной области или областях."

Если ребенку "достались" родители, осознанно подошедшие к его рождению и сумевшие дать ему адекватное воспитание и образование, и если он попал в подходящее развивающее окружение, то к двадцати пяти годам, а, возможно, и раньше формируется самостоятельная творческая личность со всей полнотой физического, психического и духовного потенциала.

*Первейшая задача нашего центра – предоставить ребенку соответствующую воспитательную и образовательную среду. Этим должны заниматься лучшие педагоги поселения. Вторая задача – развитие и совершенствование взрослых людей, в первую очередь преподавателей центра. Третья задача – подготовка будущих родителей к вынашиванию здоровых детей и к естественным родам. Четвертая задача - социально-культурная деятельность, организация праздников и театральных представлений, совместного творчества поселенцев. И, наконец, пятая задача – обмен опытом с другими экопоселениями, привлечение туристов и гостей, организация лекций и семинаров по различным направлениям.*

Важно, что данный проект образовательного и духовно-оздоровительного центра имеет наибольший потенциал для реализации именно в экопоселении. Экопоселение – это коллектив единомышленников, людей с "искоркой", готовых осваивать новые рубежи. Именно поселенцы и мечтой, и действием доказывают свою решимость создать для себя и для своих детей лучшее будущее. Поэтому они естественным образом оказываются заинтересованными в подобном образовательном и развивающем центре.



## МЕТОДОЛОГИИ ЦЕНТРА "КОЛОВЕДА"

Методологии должны быть целостными, гармонично сочетающими материальное и идеальное, искусственное и естественное, что и следует организовать в нашем центре. Эти методологии отличаются для разных возрастных групп. Каждая методология соответствует какому-либо из этапов развития, которые проходит человек в период от 0 до 25 лет. Взрослому человеку, вставшему на путь саморазвития, придётся осознанно овладеть полным возрастным инструментарием, который он не освоил за свою первую четверть века.

В дополнение к приведенным ниже технологиям, в центре "Коловеда" могут использоваться любые методологии и привлекаться любые инициативы, которые согласуются с общей идеей развития каждого участника как самостоятельной творческой личности, стремящейся к совершенствованию своего тела, психики и духа.

### Периоды жизни человека

Выделим основные периоды формирования личности всякого человека. Первичный этап формирования человеческого организма до появления на свет разбивается на 3 периода: зачатие, пребывание в утробе матери и рождение. Этот этап крайне важен в жизни каждого, так как в это время закладываются основные психофизические характеристики человека. Параллельно формируются потенциалы его свободного мышления и его свободного выбора.

В центре "Коловеда" необходимо организовать помощь будущим родителям по вынашиванию здоровых детей и по естественному появлению их на свет в благоприятной обстановке родового поместья. Чтобы подчеркнуть важность этого момента, далее приводятся узловые точки этапа от зачатия до родов.



#### *А) Период "Семя" (зачатие).*

Осознанность зачатия зависит от осознанного отношения к собственной жизни и к будущей жизни, которую человек собирается провести в данный мир.

#### *Б) Период "Укоренение" (беременность).*

1 и 2 лунные месяцы

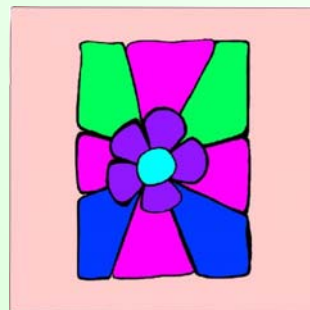
Загрузка коллективной "психогенетической памяти".  
Существенно состояние и поведение будущей мамы и отношение папы к маме и ребёнку.

3 и 4 лунные месяцы

Человеческий плод, плавающий в водном пространстве.

Загрузка личной "психогенетической памяти". Существенно состояние и поведение будущего папы и отношение мамы к папе и ребёнку.

5 и 6 лунные месяцы





Освоение подвижности, начало толчков в живот. "Включение" конечностей – средств движения. Существенно взаимодействие родителей.

7 и 8 лунные месяцы

Освоение контакта с мамой, с материальным, вещественным миром, природой. "Включение" органов и систем, тела.

9 и 10 лунные месяцы

Освоение контакта с отцом, с миром возможностей, идей, с космосом. "Включение" "мозга", координирующего механизма. Психофизическая система человека сформирована и готова к действию.



### ***В) Период "Перворождение" (Перинатальные матрицы и факт рождения).***

Если период "семья" определяет уровень будущей личности, её энергетический потенциал, а период "укоренение" определяет собственно структуру личности, структуру его способностей, то данный период определяет свободомыслие личности, потенциал свободы выбора между развитием и следованием судьбе.

В дополнение, теория С. Грофа о перинатальных матрицах (ПМ) даёт важную информацию об этих периодах.

*1ПМ.* Состояние плода в утробе - симбиотическое слияние в единый организм с материнским. Мать, природа, водная среда, "Рай", единство, покой, океанический экстаз, безмятежная радость жизни – вот образы, описывающие этот этап. При нарушении единства мамы и папы, мамы и мира, человек впоследствии не может полноценно ощутить эту радость и испытывает трудности с активизацией себя на познание мира. При неблагополучии в этом периоде человек всё своё взрослое существование проводит в страхе перед жизнью и в ожидании скрытых опасностей в окружающей среде.

*2ПМ.* Состояние плода, когда отходят воды и его сжимает околоплодный пузырь. Исходное внутриматочное равновесие нарушается химическими сигналами, подготавливающими выход. Выход ещё закрыт, а спазмы, сокращения матки идут, тренируя плод. Это стадия тренировки. Дисциплинированность и социализированность – основные позитивы здесь. Чувство своего места в мире, в социуме. Негативы в отчуждении, обособлении, наказании, нападении, переживании поглощения себя кем-то или чем-то, состояние жертвы, "чувство вины падшего и изгнание из Рая", безвыходность и отчаяние, "Ад". Существенным фактором, формирующим 2ПМ, является атмосфера подготовки к родам, внутренний настрой и готовность.

*3ПМ.* Состояние плода в процессе прохождения по родовым путям. Сжимающе-выталкивающие движения снаружи на плод, выход открыт в неизвестность. Борьба за выживание. Нехарактерные усилия и прорыв к новому состоянию. Поиск себя нового. Это стрессовое преобразование себя в любой деятельности, сплавляющее старые качества с теми, которыми уже овладел. В позитиве – это творческое усилие преобразования себя, тем самым меняющее мир вокруг. В негативе – это революция, война, катастрофы, борьба смерти и возрождения, огонь, "чистилище". "Вулканический экстаз" - характерное состояние здесь и характерный образ - образ "Героя".

*4ПМ.* Состояние новорождённого. Внезапное освобождение от пиковой боли, яркий свет и новое, независимое существование. Это преображение, возрождение, экстаз расслабления



и успокоения. В негативе – это потеря личности, потеря интереса к жизни, духовная скука, апатия, старение и смерть, паразитизм по отношению к плодам деятельности.

Что происходит после? Новорождённый ребёнок пришёл в мир и условия, полностью соответствующие его судьбе. Но он обладает также свободой развиваться и становиться творцом своей жизни. Предоставляя целостную педагогическую систему практически, мы создаём максимум для возможности изменения человека в данном направлении.

Далее происходит последовательное формирование человека от новорожденного младенца до зрелой самостоятельной личности. Считается, что подобное формирование обычно завершается к 25-ти годам. Процесс формирования проходит 7 последовательных фаз:

1. Период "Росток" (условный возраст от 0 до 1 года)
2. Период: "Следопыт" (условный возраст 1-3 года)
3. Период: "Магии и Волшебства" (условный возраст 3-7 лет)
4. Период: "Знайка" (условный возраст 7-10 лет)
5. Период: "Алхимик" (условный возраст 10-15 лет)
6. Период: "Волхвы" (условный возраст 15-20 лет)
7. Период: "Творцы" (условный возраст 20-25 лет)

Каждый период подразумевает базу знаний, которую должен освоить человек для полноценного развития, причём понятие возраста зависит от реального темпа развития человека. При быстром развитии и освоении знаний человек может обгонять свой физический возраст и, наоборот, при торможении развития возраст восприятия может отставать от физического возраста.

В каждом возрастном периоде включается свой инструментарий, добавляясь к предыдущему, который уже автоматически используется и совершенствуется в усложненной среде.



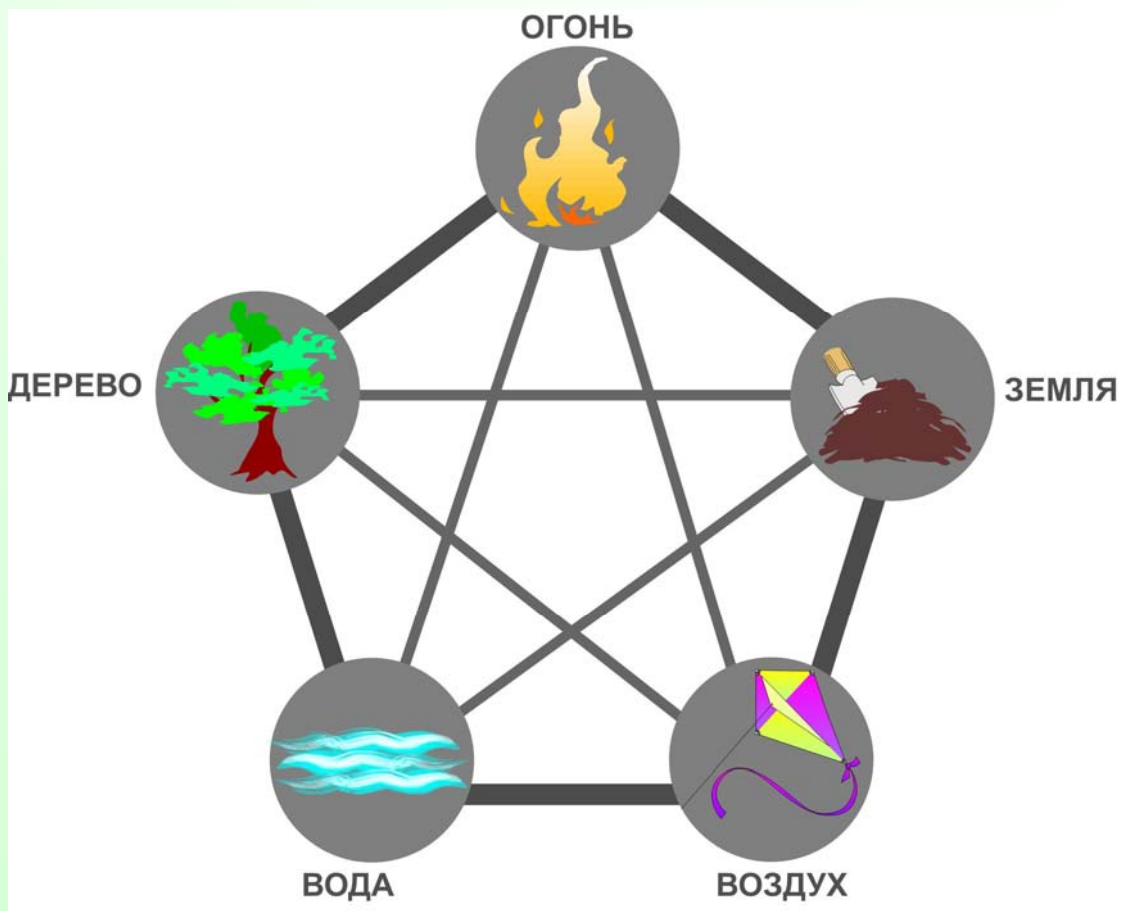
#### **1) Период "Росток" (условный возраст от 0 до 1 года)**

В данном периоде включается физическая составляющая сознания, то есть происходит формирование сознания через движение. Основной набор инструментов здесь - целостный комплекс двигательных режимов, предоставляемый ребёнку.

Любой вид движения можно отнести к одной из пяти основных стихий – стихиям Огня, Земли, Воздуха, Воды, Дерева. Подобную классификацию можно часто встретить в восточной литературе, например, в книгах о Фэн Шуй. У нас такая классификация почти

забыта, и это жаль, так как она достаточно универсальна и исходит из древней ведической традиции, которая когда-то широко использовалась и нашими предками.

Человек считается полноценно освоившим физический уровень, если он способен свободно двигаться в стиле любой из пяти стихий и легко переходить от одного стиля к другому, а также комбинировать стили. У ребенка до 1 года освоение различных способов



движения происходит естественно. Физические приёмы, приведенные ниже и условно распределенные по пяти стихиям, направлены на оказание помощи ребенку в выработке двигательных навыков. Взрослым людям, имеющим "зажатости" в теле и ограниченность движения, следует в первую очередь также улучшить свой физический уровень и затем только переходить к остальным видам техник.

Другие виды приёмов (энергетические, эмоционально-образные, ментальные, поведенчески-событийные, ценностно-ориентирующие и духовно-ориентирующие), распределенные по пяти стихиям, также приведены в этом разделе для создания целостной картины. Но они рассчитаны уже не на младенцев, а на взрослых людей, намеревающихся освоить полный набор средств и упражнений для своего развития. Некоторые приёмы можно применять и детям. В этом случае рядом с приёмом приведены методические указания, с какого возраста их можно начать осваивать.



**Огонь.** Основной смысл этого режима воздействия – раскрытие психофизического потенциала через разнообразные динамические воздействия и создание игрового состояния по отношению к тому воздействию, которое было оказано. Имеет очищающее, раскрывающее, трансформирующее, активизирующее значение.

#### 1. Физические приемы.

##### 1.1. Тормошилки (делать с любовью и лаской).

##### 1.1.1. Щекотать.

Ненавязчивое щекотание для создания в человеке активных радостных движений.  
Воздействие на нервные окончания.



- 1.1.2. Вибрационный массаж.  
Потряхивающее воздействие на мышцы.
- 1.1.3. Тормозить.  
Растрясывающее воздействие на всю массу тела.
- 1.2. Естественные живые излучения. Встреча с живыми проявлениями огня.
  - 1.2.1. Купание в солнечных лучах.
  - 1.2.2. Купание в лучах человеческой души.
  - 1.2.3. Купание в природном тепле.
- 1.3. Искусственные тепловые воздействия.
  - 1.3.1. Холодная, горячая вода.
  - 1.3.2. Предметы разной степени нагретости.
  - 1.3.3. Контрасты температур.
  - 1.3.4. Снег, прорубь (с серьезным учетом индивидуальных возможностей).
2. Энергетические приемы.
  - 2.1. Массаж с более широким спектром огненных приемов (похлопывание, пощипывание, потрясывание). Возможен в любом возрасте с учетом индивидуальных особенностей.
  - 2.2. Автовибрация. Осознанная самостоятельная активизация множественных дергающее-вибрирующих, хаотических движений одновременно во всех частях тела или в отдельных (по необходимости). Возможна с периода "Магии и Волшебства" (возраст 3-7 лет).
  - 2.3. Голотропное дыхание с разными вариациями акцентов дыхательного процесса: статическое, динамическое, коллективное, парное. Возможно с периода "Знайка" (возраст 7-10 лет).
  - 2.4. Хожение по углям, купание в проруби и в снегу. При учете индивидуальных особенностей возможно в любом возрасте.
3. Эмоционально-образные приемы.  
Индивидуальное создание образа, связанного с теплом, вхождения в него, приобретение осознанного управления тепловыми режимами в теле и взаимодействия с внешним теплом. Например, "Солнце мой друг, я могу поглощать солнечную энергию, не боясь получить солнечный ожог или тепловой удар."
4. Ментальные приемы.  
Индивидуальный и групповой мозговой штурм. Разрешить себе или другим рожать нестандартные мыслеформы вплоть до абсурда.
5. Поведенчески-событийные приемы.
  - 5.1. Движение в стиле "огня". Хаотические движения во всех направлениях из разных частей тела одновременно.
  - 5.2. Спарринг (от англ. sparring – вольный бой) в стиле "огня", переходящий в огненный танец гармоничного взаимодействия в экстремальных условиях.



5.3. Создание огненной окружающей среды событийной неопределенности, многофакторности.

Например, игра "Вышибалы" несколькими мячами с разных сторон. Неопределенный хаотический распорядок дня с неожиданно сменяющимися заданиями.

#### 6. Ценностно-ориентирующие приемы.

Цель приемов: создание игрового исследовательского состояния сознания, включение любознательности.

Основным приемом является общение с учителем, у которого есть исследовательское творческое отношение к жизни, ориентация на духовные, а не материальные ценности. Познание себя и мира, совершенствование себя с учетом познанного, стремление к единому гармоничному взаимодействию с окружающим миром. Мировоззренческие беседы и практическое применение их приводит к снятию временной и пространственной (целевой) зависимости. Например, сделать работу за определенный срок или, наоборот, независимо от времени. Т.е., к примеру, бежать до определенного места, или бежать, пока не остановят.

#### 7. Духовно-ориентирующие приемы.

Познание света и тепла жизни, умение быть живым. Учитель должен быть живым, то есть излучать свет жизни и тепло души. Без этого не бывает настоящего учителя. Если 6-я ступенька включается без 7-ой, то любознательность у человека становится формальной.



**Почва (Земля).** Основной смысл данного режима воздействия – формирование устойчивых образцов движения, форм согласования двигательных элементов через подражание обучающему воздействию. Накопление базовых форм связи двигательных элементов и выработка самоконтроля – значение данного стиля.

##### 1. Физический уровень.

1.1 Рефлексивная гимнастика новорожденных на основе двадцати рефлексов (хвотательного рефлекса, рефлекса автоматической ходьбы и др.).

1.2 Катание по полу. Дает возможность прикоснуться к земле как к незыблемой опоре. Дать возможность ребенку почувствовать контакт с живой землей.

1.3 Обучающий массаж. Через создаваемое напряжение в мышцах ребенка родители создают ключи в его сознании для управления телом, для восприятия мира.

##### 2. Эфирно-энергетические приемы.

Статико-динамическая гимнастика, жесткий цигун, йога, волевая гимнастика Анохина, изометрическая гимнастика Самсона. Осознанная работа с 3-х условных лет. Освоение начинается со статических упражнений, затем применяются медленных динамических упражнения с перетекающими напряжениями тела.

##### 3. Эмоционально-образные приемы.

Создание образа тяжести (скала, камень, незыблемое). Управление устойчивостью, прочностью, увеличением веса тела. Овладение расслаблением, как противоположностью тонуса (после 3-х условных лет).

##### 4. Ментальные приемы



Навыки формализации, рационализации, оформление идей и опыта в системные блоки. Например, приучение к горшку, соблюдение режима дня, развитие речи, навыки самообслуживания. Все это начинается с 0-1 условного года.

#### 5. Поведенчески-событийные приемы.

5.1 Движения в стиле "Земля". Низкие, устойчивые положения, прямолинейно перетекающие из одного положения в другое, состояние монолитной структуры в теле. Эти упражнения рекомендуются после 7 условных лет.

5.2 Боевой спарринг в стиле "Земля" с целью овладения земляным танцем. Создание необходимых условий для регулярного целенаправленного кропотливого труда. Эти упражнения после 1 условного года.

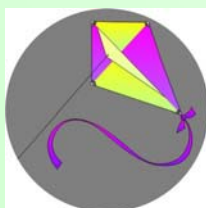
#### 6. Ценностно-ориентирующие приемы.

Здесь ценностью является обучение на основе подражания.

Могут использоваться любые типы взаимодействий с целью активизации у человека подражательного состояния. Родившийся ребенок уже имеет это состояние, и задачей родителей является сделать так, чтобы он это не утратил. Необходимо поддерживать эти способности и корректировать неправильности в их развитии.

#### 7. Духовно-ориентирующие приемы.

Быть самому носителем света и тепла жизни, основательности и ответственности. Стремиться это чувство поддержать, помочь ребенку не потерять уже имеющиеся навыки и умения.



**Воздух.** Основной смысл данного режима воздействия – создание пространства различных двигательных форм во взаимодействии. Выработка чувства контакта и умения выбрать лучший из множества вариантов – значение данного стиля.

#### 1. Физический уровень.

Задача – дать ребенку возможность почувствовать состояние полета.

1.1 Подбрасывания.

1.2 Воздушные купания, встреча с ветром.

#### 2. Эфирно-энергетические приемы.

2.1 Воздушные приемы массажа.

2.1.1 Точечный массаж (легкие поверхностные прикосновения, воздействие на точки) Рекомендуется с периода "Росток".

2.1.2 Бесконтактный массаж.

2.2 Упражнение "перышко на ветру" (человек передвигается, легко реагируя на воздействия, смещающее его в пространстве). Возможно начиная с 3 условных лет.

2.3 Динамико-статический режим гимнастики.

Резкие маховые движения с созданием противоходового уплотняющегося напряжения в мышцах и связках.

2.4 Акробатика

2.5 Пранаяма - йогическая дыхательная гимнастика.



### 3. Эмоционально-образные приемы.

Через индивидуальное создание образа легкости, воздушности пространства приобретение осознанного управления состоянием легкости, воздушности.

Управление состоянием парения души и тела, душевным равновесием, утонченным восприятием окружающего мира. Состояние парения равно состоянию счастья, как соучастия с окружающим миром. Управление гармоничным и энергетическим равновесием в теле.

### 4. Ментальные приемы.

Диалектическое развитие творческого мышления, способности нестандартно видеть обыкновенные явления. Приемы: известное в неизвестном, неизвестное в известном, инверсия, отрицание, интеграция, комбинирование.

### 5. Поведенчески-событийные приемы.

#### 5.1 Движения в стиле "Воздух".

5.2 Спарринг в стиле "Воздух", переходящий в гармоничный воздушный танец в экстремальных условиях.

5.3 Создание "воздушной" среды, в которой много разносторонней информации, есть возможность выбора и взаимодействия.

### 6. Ценностно-ориентирующие приемы.

Состояние интеллектуального выбора. Основным приемом является общение с учителем, находящимся в состоянии интеллектуального мыслителя. Человеку предоставляется информационно насыщенная среда и способы ориентации в ней.

### 7. Духовно-ориентирующие приемы.

Возможность общения с учителем, излучающим свою открытость к людям и принятие людей.



**Вода.** Основной смысл данного режима воздействия – выработка сознательного управления импровизацией, творческим комбинированием базовыми двигательными формами в пространстве взаимодействий. Творческое комбинирование и импровизация – основное значение данного стиля.

#### 1. Физический уровень

1.1. Динамическая гимнастика. Это гимнастика круговая, суставная, от круглых движений в отдельных суставах до спонтанной динамической импровизации акробатически вращающегося ребенка в ваших руках.

1.2. Внешние приемы. Взаимодействие с природной водной стихией: купание, обливание, дождик. Приемы: нырять, плавать, обливать. Дает возможность материализовать связь между ребенком и пространством. Вода заполняет пространство вокруг ребенка.

#### 2. Энергетический уровень.

2.1. Волновой массаж.

2.2. Энергетически-волновой массаж.

2.3. Шаровая гимнастика.



2.4. "Мягкий цигун" - работа с энергией через мягкие плавные движения.

### 3. Эмоционально-образные приемы.

Приобретение осознанного контроля над текучестью тела и энергетической связанностью тел в пространстве. Хороший инструмент здесь - индивидуальное создание образа, связанного с водой (море, река, водопад, водоворот), и вхождение в него. Например, обучаемый входит в образ "щепки на волнах" (ощущение покачивания, следования внешнему воздействию). Образ воды, заполняющей пустоты (стакан, чайник и т.д.)

### 4. Ментальные приемы.

Цель приемов – создание интуитивного состояния сознания, развитие творческого комбинаторного мышления.

4.1. Постановка и решение парадоксальных задач.

4.2. Разгадывание загадок, коанов.

### 5. Поведенчески-событийные приемы.

5.1. Движения в стиле воды.

5.2. Спарринг в стиле воды с партнером, переходящий в гармоничный "водный" танец в экстремальных условиях.

5.3. Создание "водной" среды, текучей и процессуальной, в которой не остается времени включиться интеллекту, а работа идет на интуиции. Создание непрерывной событийной текучести.

### 6. Ценностно-ориентирующие приемы.

Основным приемом является общение с учителем, у которого включена интуиция. Важно подвести ученика к границе его представлений в любых областях, сохраняя текучее состояние восприятия.

### 7. Духовно-ориентирующие приемы.

Общение с учителем, озаренным мечтой, которая является для него инструментом в этом мире.



*Дерево.* Основной смысл данного режима воздействия – введение в пространство вселенной, где сосуществует и воспринимаемое пространство и потенциальное, непознанное пространство мира.

Чувство неизвестного, стремление за границы познанного, творческое моделирование непознанного и усилие прорыва имеют основное значение для данного стиля.

### 1. Физические приемы.

1.1 Упражнения на координацию. Согласование всех органов восприятия и действия.

1.2 Катание, барахтанье, ползание в условиях неровной поверхности (с углублениями и возвышениями).

1.3 При учете индивидуальных особенностей возможны более сложные варианты с возможностью падений с небольшой высоты и взаимодействие с относительно крупными предметами.



Например, накатывающийся относительно тяжелый мяч или палка, положенная на ребенка (ребенок начинает координировать свои действия с учетом этого предмета).

#### 1.4 Взаимодействия ребенка с животными и растительным миром.

Например, положить ребенка на траву, позволить ему соприкоснуться с растениями и животными.

### 2. Эфирно-энергетические приемы.

#### 2.1 Мануальный массаж.

#### 2.2 Волновая гимнастика

2.3 Стояние в "дереве", столбом в разных вариациях с настройкой на работу утончения сознания, достижение измененных состояний сознания с повышением уровня вибраций.

### 3. Эмоционально-образные приемы.

Суть образа дерева – "ось мира".

3.1 Вхождение в образ учителя (учитель – это не непререкаемый авторитет для насильственного переноса знания, а объект для познавательного взаимодействия; это способность быть и учеником и учителем одновременно).

3.2 Вхождение в образ мудреца.

### 4. Ментальные приемы.

Остановка внутреннего диалога. Смысл приема – прекращение внутреннего диалога, попадание в состояние внутреннего безмолвия. Большой спектр приёмов, которые можно назвать словом "Стоп!"

4.1 Прием с бегающим взглядом, мыслями. Например, разрешить себе свободно перемещаться взглядом по стене в соответствии с физиологическими потребностями зрачка или с воздействием внешних факторов, динамически привлекающих внимание.

4.2 Разные приемы медитации.

4.3 Игра "Море волнуется, раз!"...

4.4 Создание нестандартного, иррационального ритма при чтении (отстукивание своей рукой по столу и одновременное чтение). После прочтения человеку задаются вопросы по содержанию. Если человек на них отвечает, то цель достигнута.

Целью этих упражнений является достижение состояния безмолвия, отсутствие внутреннего диалога. Здесь человек выходит на раскрытие высшей интеллектуальной формы сознания. Приобретенный до сих пор интеллектуальный опыт приобретает инерцию и оказывает сильное сопротивление. Чтобы сломать инерцию, необходимо большое количество приемов.

### 5. Поведенчески-событийные приемы.

5.1 Движение в стиле дерева.

5.2 Спарринг в стиле дерева.



5.3 Создание "деревянной" среды. Испытание на пределе возможностей, в которых человек вынужден координировать свои усилия как с другими людьми, так и с трудными (экстремальными) обстоятельствами.

6. Ценностно-ориентирующие приемы.

Ценностью является выработка координирующего, контролирующего состояния сознания, воспринимающего мир как единый вселенский организм. Можно использовать любые приемы. Важно наличие учителя с этим состоянием сознания, который через взаимодействие помогает почувствовать и включить это состояние у ученика.

7. Духовно-ориентирующие приемы.

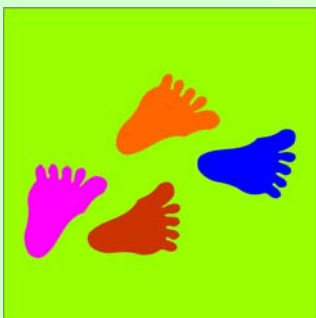
Обучение с учителем, который может передать реальное чувство единства самого себя и окружающего мира через гармоничное взаимодействие с учеником и дать ему возможность пережить это состояние.

Эта технология координируется двоичным принципом у родителя. У ребенка синкретичное восприятие, т.е. ребенок не разделяет себя и мир. Для взаимодействия с ребёнком в период 0-1 год необходимо донести до родителей понимание того, что именно он ответственен за формирование психики ребенка.

Если родитель внутри себя разделяет себя и ребенка на знающего и несмышленища, которого нужно прятать от одних вещей и приучать к другим, то он создаст пассивную личность с закрытым творческим потенциалом. Лишая ребенка психической активности в познании, они создают пассивную личность.

Если родитель предоставляет ребенку гармоничное развитие с помощью целостного набора приемов, то есть создает условия для целостного развития, контролируя степень столкновения с трудностями, то создаются элементы сознания, с помощью которых происходит овладение своим телом и восприятием.

Возраст от 0 до 1 года – физическая стадия развития личности. На этой стадии формируется первичное эго. До года энергетическое единство с миром. После года формируется синкретичное восприятие. Задача следующего периода структурировать восприятие правильно.



**2) Период "Следопыт" (условный возраст 1-3 года)**

Начинается энерго-сенсорная стадия развития.

Второй год – год начала поляризации восприятия, появления осознания, как "свидетеля" происходящих процессов. Мир "взрывается" своим разнообразием, лавинообразно наполняя осознание. Происходит формирование основных представлений о физической реальности данного мира, о границах закономерностей. Формируется мышление личности и язык.

Формируются основы данной ролевой личности и её социальной сущности, согласованности с данным миром и другими личностями. Определяется социальная принадлежность человека.

На третьем году жизни завершается становление энерго-сенсорной системы данной ролевой личности. Дальше она лишь реализуется, совершенствуется, в соответствии с заложенным в ней потенциалом.



Основным инструментарием формирования личности здесь являются физические объекты данного мира как средства воздействия на анализаторы, органы чувств, восприятия (зрение, слух, осязание, обоняние, вкус и "6 чувство" - интуицию, в виде воображения и чувства времени). Ребёнок сам активен и поэтому создаются условия для самостоятельного развития: лабиринтно-джунглевых комплексы, уличные, домашние, естественные.

Организация материала методами М. Монтессори, разработанная для пяти анализаторов, практически идеально подходит именно для этого периода, хотя и может быть продолжена для других этапов.

Идея проста: материал для всех анализаторов, организованный от простого к сложному, предоставленный в доступной для ребёнка зоне, вызывает интерес, соответствующий возрасту, и переводит его от овладения простыми материалами и навыками работы с ними к более сложным.

Если на первом году человек овладевает спектром своих двигательных навыков, то в данный период он овладевает навыками работы с материалом. Всё это формирует энергетику организма, энергетический потенциал его двигательной активности, энергетическую структуру личности.

### **3) Период: "Магии и Волшебства" (условный возраст 3-7 лет)**



В этот период идёт формирование личности в форме ролевых игр и эмоциональных мыслеобразов, когда в сказках и играх дети проигрывают и примеряют на себя весь набор архетипических ролей и сюжетов, лучше утверждая себя, как личность, и лучше понимая другие личности, участь с ними взаимодействовать. Джунглево-лабиринтный комплекс усложняется. Сенсорный материал активно используется и творчески расширяется до всевозможных театрализованных поделок, декораций...

Прикосновение к истории, языку, географии, физике, космосу через игры.

Основная цель игры – выработка навыков, через которые человек реализует свои возможности взаимодействия с окружающим миром. Необходимо предоставить полный набор архетипических ролей и образов, и идеально, если ребёнок их все проработает по своему выбору.

### **4) Период: "Знайка" (условный возраст 7-10 лет)**



Наступление школьного возраста совпадает с началом периода "Знайка". Это ментальная стадия развития человека, когда происходит формирование навыков самообучения, тренируется способность к абстрагированию и рационализации. Работа с сенсорным материалом продолжается, но, в основном, комплекс "число-буква-форма" приобретает уже абстрактное значение. Работа с памятью, вниманием, абстрактным воображением. Выбатываются навыки работы с информацией, навыки

моделирования.

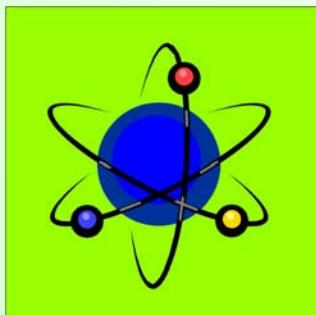
Формируется способность индивидуального мышления быть объективным, пользоваться объективными законами, способность сотрудничать и взаимодействовать с другими в коллективном исследовании жизни. Развивается биокомпьютер человеческого сознания.



Для детей в возрасте "Знайки" науки только вводятся, чтобы углубленно расширяться далее к 15 годам.

Это период начальной школы. Начальные классы формируются из детей от 7 до 10 лет, причем в зависимости от количества детей и уровня их знаний допускаются группы со смешанными возрастами. Занятия проводят один или несколько учителей, пытаются привить детям навыки самообучения и дисциплины, чтобы подготовить их в дальнейшем к самостоятельной учёбе. Программа в целом совпадает с государственной программой начальной школы. Это обучение чтению, письму, счёту, элементарной геометрии и т.д.

К концу периода "Знайка" мы имеем личность, сознающую "инструмент в своих руках" и мир, как возможность в нём осознанно "поковыряться". Хочется творить и применять инструмент.



#### **5) Период: "Алхимик" (условный возраст 10-15 лет)**

Этот период соответствует "средней школе", совершенствованию мышления как технологии. В данном периоде есть дифференцирование на отдельные науки, и происходит интенсивная шлифовка своих знаний, умений, навыков в них. Это стадия каузального инструментария. В соответствии с науками обрабатывается материал по принципу "от простого к сложному". Происходит "проблемное обучение", постановка задач и решение их всеми способами.

Программа в целом соответствует программе государственной средней школы, но предметы лучше структурированы и чётче прослеживается взаимосвязь между отдельными науками.

В этом периоде дети учатся творческому взаимодействию, коллективному творчеству. Процесс обучения является сотрудничеством, в ходе которого роль "учитель-ученик" может меняться, но при этом учитель чутко реагирует на отставание или опережение ученика по возрастам с тем, чтобы во взаимодействии разобраться в причинах и помочь, если необходимо, скорректировать процесс познания.

Интересно и перспективно применение опыта М.П. Щетинина. Дети при успешном прохождении предыдущего периода уже способны обучать сами себя и друг друга. Следует предоставить им инициативу при выборе последовательности изучения предметов и самостоятельность при подготовке материала. Стимулом будет сам творческий процесс познания, потребность изложить усвоенный материал своим товарищам и возможность в любой момент сдать тестовый экзамен и овладеть уровнями сложности.

К 15 годам формируется личность, достаточно повзрослевшая, чтобы не просто творить, а задумываться глубоко о причинах всего и вся, о мотивации, о выборе жизненного пути.



#### **6) Период: "Волхвы" (условный возраст 15-20 лет)**

Это мировоззренческая стадия формирования личности. Самые передовые, сокровенные, древние, спорные и прочие изюминки человеческой мысли. Диспуты, исследования, психологические эксперименты. Возможность специализации и профессиональной ориентации.



Это период старших классов школы и начальных курсов института, период окончательного самоопределения и перестройки себя, подготавливающей к жизни в социальной действительности в качестве зрелой личности.

Само обучение должно максимально моделировать углублённое изучение фундаментальных основ наук, творчества и творческих способностей человека. Здесь решаются мировоззренческие вопросы, вопросы жизненных ценностей, происходит прикосновение к разнообразным видам социальной деятельности.

Подростки завершают изучение школьной программы. По-прежнему, они сами определяют, в какой последовательности изучать предметы. Как и раньше, процесс освоения материала происходит творчески, самостоятельно с последующим изложением усвоенного друг другу. По сравнению с предыдущим возрастным этапом, в период "Волхвы" чётче выявляются склонности и таланты детей в различных областях. Появляются лидеры, готовые повести за собой остальных учеников в той или иной области знаний. Это и есть зачатки профессиональной ориентации в данном периоде.

Главная цель центра в данном процессе, по словам М.П. Щетинина, не просто дать знания, но и сформировать личность.

### **7) Период: "Творцы" (условный возраст 20-25 лет)**

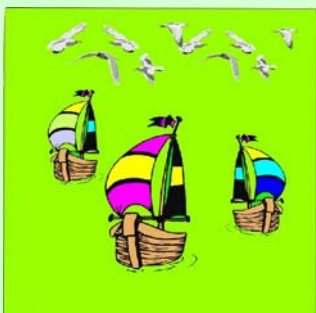


Это период старших курсов института и начала трудовой деятельности. Это обучение, тесно переплетающееся с конкретной социальной практикой, проходящее в условиях реальных коллективов. Здесь решается вопрос триединства человека как социальной личности, профессионала, принимающего участие в социальной жизнедеятельности, и семейного человека.

Это возраст стадии формирования полноценного самосознания, чувства хозяина своей жизни. Здесь человеку могут помочь: коллектив трудовой, пример других, возможность совета, т.е. условия, в которых человек самостоятельно делает свой выбор жизненного пути, отношения к жизни.

Задача центра "Коловеда" – помочь человеку стать социально-адекватной личностью, настроенной на творческую самостоятельность и созидательное исследование в поселении или где-то вовне.

### **8) Период: "Путники" (условный возраст 25 и далее)**



Если человек полноценно овладел материалом предыдущих этапов, то он становится "путником" - человеком, который свободно творит себя, окружающую среду и взаимодействует с другими (от слова друг) в соответствии с законами жизни.

Те, у кого есть прорехи в предыдущих этапах (это могут быть и ученики нашей школы, в соответствии с их индивидуальным темпом развития, и люди любых возрастов со стороны) принимают участие либо в систематическом тренинге нашей школы, либо в отдельных мастерских, продолжая нарабатывать свою целостность, что не мешает им быть по мере возможностей творцами своих жизней.



## **МАТЕРИАЛЬНАЯ БАЗА ЦЕНТРА "КОЛОВЕДА"**

Создание центра возможно при наличии соответствующей материальной базы. Под этой базой, в первую очередь, подразумевается комплекс зданий и сооружений, в котором будет располагаться центр и его составные части, как то школа, "общий дом", гостиница и другие помещения.

Конечно, при ограниченности средств можно начать с обычной бревенчатой избы. Но в перспективе желательно тщательно продумать весь комплекс построек, чтобы он удовлетворял основным нуждам поселения. При этом не нужно заранее отбрасывать нестандартные решения и инновации, так как экопоселение отличается от обычных населенных пунктов именно осознанным подходом к материальному обустройству и использованием передовых экологических технологий.

Центр "Коловеда" должен гармонично сливаться с окружающей природой. Строения желательны деревянные, в общем стиле экопоселения, с максимальным использованием естественных ландшафтов. Комплекс зданий должен быть энергосберегающим, экологически чистым, с автономным электроснабжением, водопроводом и канализацией.

Внутри зданий - сводчатая структура внутренних помещений и коридоров. Следует предусмотреть максимальное использование для внутренних помещений естественной вентиляции и освещения (прозрачные крыши, большие окна). В то же время помещения должны быть хорошо утепленными в зимний период.

Следует учесть, что помещения потребуются главным образом для зимних условий и для занятий в ненастную погоду. Для занятий в теплое время лучше использовать веранды, оформленные вьющимися растениями. Можно попробовать реализовать помещения - трансформеры со складывающимися стенами.

В комплексе следует предусмотреть помещения для гостей. Первоначально эти помещения могут использоваться для проживания сотрудников центра до освоения ими своих поместий.

Нужно попробовать реализовать энергосберегающую систему с максимальным использованием естественных источников (ветровая, солнечная, гидроэнергия и другие источники). По возможности максимально автономную, независимую от внешних источников. Для аварийных случаев предусмотреть дизель-генератор и дублирующую систему отопления (например, водяное и электрическое отопление).

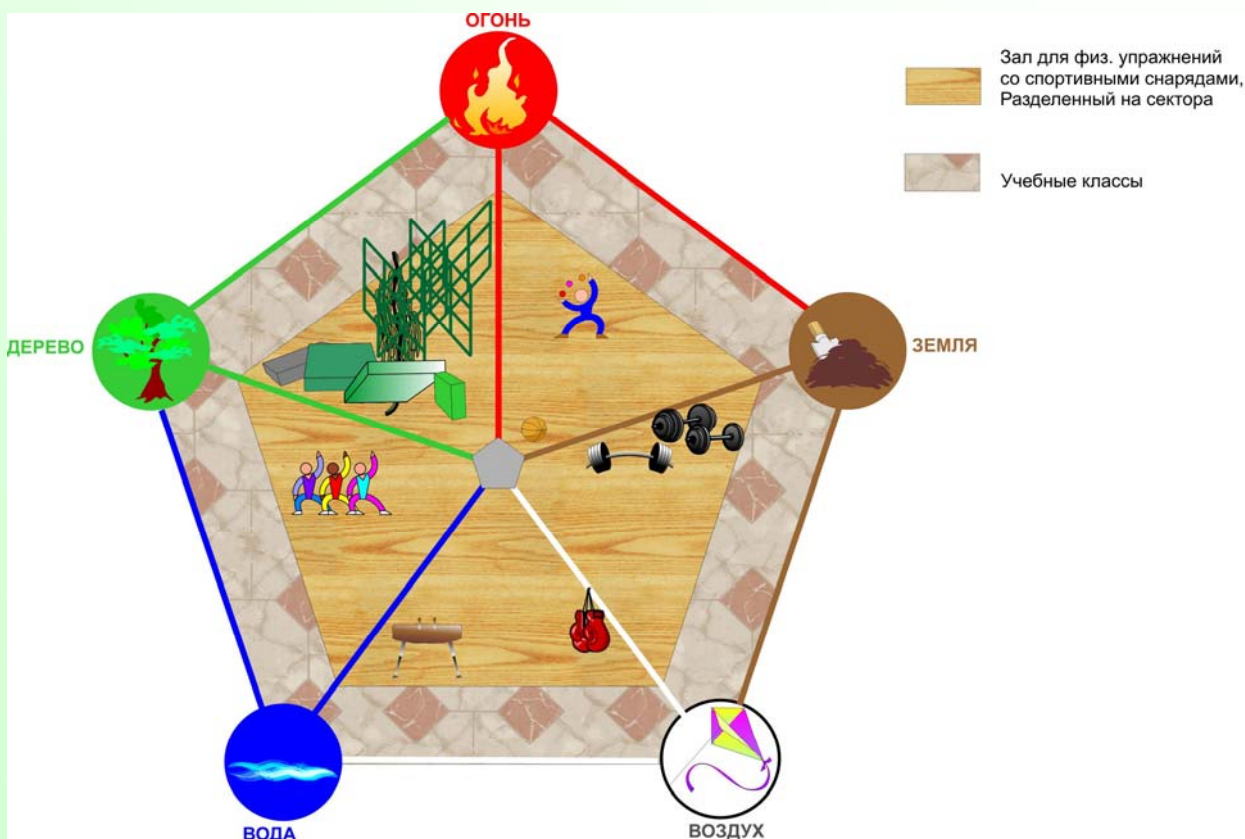
Также имеют значение природосберегающая система очистки сточных вод (комплекс угольных фильтров) и система пожаротушения. При прокладке электрических, телефонных, компьютерных линий и использовании электронных приборов предусмотреть систему снижения электромагнитных излучений.

Необходимо тщательно продумать архитектуру центра и согласовать ее с профессиональными архитекторами. Здание должно быть достаточно просторным, светлым, желательно без острых углов. Интересны варианты круглого, пяти- или семиугольного помещений.



## Внутренние помещения.

В качестве примера рассмотрим, как можно разместить центр в пятиугольном здании. Пять сторон соответствуют пяти основным стихиям – Огню, Земле, Воздуху, Воде и Дереву. По периметру здания расположены учебные классы и комнаты для различных занятий. В центре здания – несущая колонна, вокруг - крытое пространство для спортплощадок.



В идеале, основном здании должны быть помещения, перечисленные ниже, и возможно, не только они. При отсутствии достаточных площадей, естественно, придется использовать одно и то же помещение в различных целях.

1. Гардероб и холл
2. Лекционная комната подготовки к родам
3. Помещение для освоения сенсорного материала для возраста 1-3 года
4. Помещение для возраста 3-7 лет
5. Учебные классы, в количестве не менее трех (для младших, средних и старших классов)
6. Танцевальный зал с зеркалами
7. Актный зал
8. Помещение для музыкальных занятий
9. Студия звукозаписи
10. Лингафонный кабинет для изучения иностранных языков
11. Компьютерный класс с выходом в Интернет



12. Трудовые помещения
13. Туркласс
14. Библиотека
15. Лаборатория
16. Раздевалки спортзалов с душевыми
17. Столовая
18. Туалеты
19. Прокат спортивного инвентаря для зала
20. Серверная
21. Бойлерная (отопление, водоснабжение)
22. Электрощитовая

Спортивные залы внутри здания:

1. Неровный пол для детей возраста 0-1 год
2. Джунглевый комплекс для развития детей от 1 года и старше
3. Гимнастический комплекс (лесенки, турники, кольца, брусья, конь, батут и т.д.)
4. Борцовская площадка
5. Ударные тренажеры, тренажеры силовые и растягивающие
6. Волейбольная, баскетбольная, футбольная площадки
7. Большой и настольный теннис
8. Беговая дорожка

#### **Территория, прилегающая к центру.**

Вокруг центрального здания парк с наружными площадками.

1. Животноводческий комплекс (конюшня и т.п.)
2. Опытные огородные участки детей
3. Гостиничный комплекс
  - 3.1. Гостиница плюс столовая плюс холл с зимним садом
  - 3.2. Магазин, кафе.
4. Зеленый театр
5. Детский городок
6. Стрелковый комплекс
  - 6.1. Пейнтбольная площадка
  - 6.2. Пневматический тир
  - 6.3. Лук, арбалет, праща
  - 6.4. Ручное метание (копье, нож, топор и т.д.)



- 6.5. Городки
- 7. Игровые площадки
  - 7.1. Футбольное поле
  - 7.2. Волейбольная площадка
  - 7.3. Баскетбольная площадка
  - 7.4. Теннис большой и теннис малый
  - 7.5. Лапта
  - 7.6. Ровная площадка для разнообразных уличных тренировок
  - 7.7. Уличный гимнастический комплекс
- 8. Водный комплекс (Зимой модернизируется в каток, ледово-снежный городок)
  - 8.1. Плавание (пруд, озеро)
  - 8.2. Вышка для ныряния
  - 8.3. Русская баня, сауна
  - 8.4. Купель или небольшой крытый бассейн
  - 8.5. Массажный кабинет
  - 8.6. Душевая
  - 8.7. Прачечная

Все сооружения будут появляться постепенно, вначале самые необходимые, затем остальные. Решения должны в первую очередь приниматься, исходя из экологичности проекта. В результате мы будем стремиться к тому, чтобы обустроить центр "Коловеда", объединяющий всё поселение, удобный для обучения и развития детей и взрослых, для встреч участников поселения и для приёма гостей и туристов.