

# НООСФЕРНАЯ АНТРОПОЛОГИЯ

Научная статья

УДК 141.5

DOI: 10.46724/NOOS.2024.1.63-72

*С. Н. Баринов, М. О. Баринова, К. С. Баринов, Г. С. Баринов*

## К ВОПРОСУ О КОНЦЕПЦИИ ЕСТЕСТВЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

**Аннотация.** Материалом для исследования послужила концепция естественного (самоактуализирующегося) человека в контексте разработок А. Маслоу, Н. Н. Моисеева, П. В. Симонова, К. Г. Юнга, И. Ефремова и многих других мыслителей. В работе рассматривается проблематика воспитания, образования, здоровья и благополучия личности и общества, значимость существующих методов психофизиологического самосовершенствования, дается сравнение понятий ноосферной и естественной личности. Развитие концепции естественного человека позволяет более глубоко осознать необходимость эволюции личности и общества. Формирование мотивации самоактуализации является весомой альтернативой конкурентной модели мотивации и, вероятно, может разрешить некоторые противоречия, порождаемые конкурентной моделью функционирования общества. В качестве иллюстрации авторы обращаются к образам протагонистов из двух известных литературных произведений: Ивана Гирина («Лезвие бритвы» И. Ефремова) и Сэмуайза Гэмджи («Властелин колец» Дж. Р. Р. Толкина). Ключевыми чертами личности данных героев, дающими объяснение их максимальной устойчивости, являются наличие у них предназначения созидательной направленности и крепкая связь с Землей, живым миром.

**Ключевые слова:** естественный человек, самоактуализирующаяся личность, креативность, воспитание, благополучие личности, биохакнинг

**Ссылка для цитирования:** Баринов С. Н., Баринова М. О., Баринов К. С., Баринов Г. С. К вопросу о концепции естественного человека // Ноосферные исследования. 2024. Вып. 1. С. 63—72.

*S. N. Barinov, M. O. Barinova, K. S. Barinov, G. S. Barinov*

## ON THE ISSUE OF THE CONCEPT OF NATURAL HUMAN

**Abstract.** The material for the study was the concept of a natural (self-actualizing) person, touched upon in the publications of A. Maslow, N. N. Moiseeva, P. V. Simonova, K.G. Jung, I. Efremov and many other scientists and writers. The work examines the problems of upbringing, education, health and well-being of the individual and society, touches on the significance of existing methods of psychophysiological self-improvement, and provides a comparison of the concepts of noospheric and natural personality. The development of the concept of natural man allows us to more deeply understand the need for the evolution of the individual and society. The formation of self-actualization motivation is a significant alternative to the competitive model of motivation and can probably resolve some of the contradictions generated by the competitive model of the functioning of society. An example of self-actualizing personalities can be considered protagonists from two famous literary works: Ivan Girin («The

---

© Баринов С. Н., Баринова М. О., Баринов К. С., Баринов Г. С., 2024

Razor's Edge» by I. Efremov) and Samwise Gamgee («The Lord of the Rings» by J. R. R. Tolkien). The key personality traits of these heroes, which explain their maximum stability, are the presence of a creative purpose and a strong connection with the Earth, the living world. The works contain the idea of the inadmissibility of introducing technologies that society has not yet matured to.

**Keywords:** natural person, self-actualizing personality, creativity, education, personal well-being, biohacking

**Citation Link:** Barinov S. N., Barinova M. O., Barinov K. S., Barinov G. S. (2024) On the issue of the concept of natural human, *Noospheric Studies*, no. 1, pp. 63—72.

Перед человечеством стоит задача реализации своего истинного потенциала. «У нас должна быть одна потребность, одна обязанность охранять единственно нам оставшееся достоинство: смотреть на самих себя и окружающее без самообмана» [Павлов, 2001: 107].

В ходе эволюционного процесса человек приобретает все большую автономность, развитие науки и техники позволяет снимать те или иные ограничения, которые накладывает на нас наше строение и физические возможности. Постепенно совершенствуется архитектура социума, увеличиваются возможности, человек становится более мобилен, все это имеет целый ряд последствий, далеко не всегда благоприятных. Темп жизни ускоряется, общество старается задать развитию человека определенный вектор, вследствие этих и ряда других факторов человек постоянно находится в состоянии стресса. В сложившейся ситуации адекватность восприятия реальности личностью находится под вопросом: «Человеку нравится верить в то, что он хозяин своей души. Но до тех пор, пока он не способен контролировать свои настроения и эмоции или осознавать мириады скрытых путей, по которым бессознательные факторы вкрадываются в его поступки и решения, человек хозяином самого себя не будет» [Юнг, 2020: 90].

Вместе с тем в настоящее время человек превращается в значимую природопреобразующую силу планеты и в ходе своей деятельности все сильнее влияет на равновесие в биосфере. При возрастании возможностей и осведомленности должна возрастать адекватность (естественность) и ответственность в принятии и реализации решений. Таким образом, можно будет предотвращать или смягчать предстоящие кризисы: «Познание законов наследственности, создание здоровой жизни, воспитание высоких душевных и телесных качеств — все это в руках человека, правда не одиночки, а общества. И поэтому Карма для будущих поколений может быть сознательно исправлена и предотвращена» [Ефремов, 1985: 561]. Устройство общества существенно влияет на формирование и функционирование человека, так как в основе саморегуляции биологических систем лежит принцип обратной связи. «Общество остается адекватным вызовам времени, если запускаемые культурные механизмы обратной связи оказываются способны корректировать эту систему и переводить ее в новое состояние устойчивого равновесия» [Ушаков, 2011: 421].

На каждом этапе развития общества формируется своя модель (концепция) идеального человека и стремящиеся к ней надеются обрести счастье. В настоящее время в качестве рабочей гипотезы часто используется идея коэволюции природы и общества, которая введена в обиход академиком Моисеевым

[Моисеев, 2012: 52], который предполагал, что для преодоления экологических кризисов человечеству предстоит познать суть состояния коэволюции. Предотвращение или смягчение кризисов возможно за счет формирования большего количества людей, ставших более естественными личностями. Необходимо пройти оптимальным путем: «Нетрудно, зная материалистическую диалектику, увидеть, что красота — это правильная линия в единстве и борьбе противоположностей, та самая середина между двумя сторонами всякого явления, всякой вещи, которую видели еще древние греки и называли аристон — наилучшим, считая синонимом этого слова меру, точнее — чувство меры. Я представляю себе эту меру чем-то крайне тонким — лезвием бритвы, потому что найти ее, осуществить, соблюсти нередко так же трудно, как пройти по лезвию бритвы, почти невидимому из-за чрезвычайной остроты» [Ефремов, 1985: 58]. Поэтому сейчас особенно остро стоит вопрос формирования естественной личности (путем оздоровления и самонастройки), что будет способствовать не только более полному раскрытию потенциала человека, но и формированию более экологичного мировоззрения и поведения для процветания общества и личности. «Все эти мифы уступают дорогу новому представлению..., а именно представлению о психически здоровой личности или эвпсихической личности, которая фактически является также “естественной” личностью» [Маслоу, 2018: 199].

Проблематика концепции естественного (самоактуализирующегося) человека достаточно широко представлена в художественной и научной литературе, однако, хотя эта тематика является ключевой для повышения здоровья, благополучия и счастья человека, она вместе с тем является и одновременно чрезвычайно сложной для изучения и поэтому имеет много интерпретаций, и разработка многих аспектов данной проблематики, несмотря на свою крайнюю актуальность, еще далека от завершения. Наиболее известным исследователем по этому вопросу является Абрахам Маслоу. Вот, что он пишет о данной проблематике, которой он занимался фактически на протяжении всей жизни: «Проблема психического здоровья представляется мне настолько важной, что любые предложения, любые сведения, пусть даже самые приблизительные, имеют большое значение» [там же: 212].

Для большей детализации концепции естественного человека необходимо опираться на основные понятия. «Самоактуализация — полное использование своих талантов и способностей, своего личностного потенциала» [там же: 213]. К наиболее характерным чертам самоактуализирующейся личности Маслоу относит: более адекватное восприятие реальности, центрирование на проблеме, склонность к уединению, автономия, свежесть восприятия, наличие пиковых переживаний, скромность и уважение к окружающим, более глубокие межличностные отношения, чувство юмора, креативность, сопротивление приобщению к культурным нормам и др., однако универсальной характеристикой самоактуализирующихся личностей является креативность [там же: 216—242].

Занимаясь землей, украшая и преобразуя ее в процессе творческих поисков, человек и сам преобразуется, незаметно для себя он приобретает новые черты, которые мы относим к ноосферным [Шилов, 1997], [Шилов и др. 2019]. «Ноосферный человек предстает как носитель ноосферного сознания и ноосферного мировоззрения, в котором действует основной ноосферный закон; доминирующими характеристиками его природы являются целостность, наполненность духовными силами и энергией. Он является носителем свойства

ноосферности, которое раскрывается в особом восприятии мира и структурировании своего личностного бытия, в особом внутреннем и внешнем миропостроении [Меликян, 2016]. «Главными целями для каждого человека являются: сохранение и совершенствование биосферы, а также духовное саморазвитие (при этом предполагается, что естественные потребности каждого удовлетворены)» [Маленков, 2009: 216].

У понятий естественного и ноосферного человека можно выделить общее, это например, целостность, более высокий уровень восприятия реальности и креативность. Таким образом, концепция ноосферного человека в ходе дальнейшего детализации, возможно, войдет в концепцию естественного (самоактуализирующегося) человека. Необходимо также отметить то, что мотивация самоактуализации является значимой альтернативой конкурентной модели мотивации: «Противоречия современной культуры в проблеме равноправия неслучайны, они обеспечивают своего рода “сопровождение” системы конкуренции, на которой держится сегодня мотивация достижения, приводящая в действие современную экономику. ... Позиция конкуренции и социального сравнения контрпродуктивна в отношении технологий выявления и развития одаренности, она тормозит работу с интеллектом, но она укоренена в европейском обществе по причине эффективности в мотивировании людей в условиях конкуренции. ... Мотивация самоактуализации, сохраняя высокую энергетику, позволяет разрешить некоторые противоречия, связанные с конкурентной мотивацией» [Ушаков, 2011: 418—425].

По мнению некоторых исследователей, существует некоторое противоречие в одновременном достижении благополучия личности и общества. Вот, что пишет Н. Н. Моисеев о своем понимании проблемы «общество и личность»: «Я рассуждаю, как это может видеть читатель, с позиции стабильности, выживаемости популяции, в кризисные периоды трудно иметь другую позицию. И она позволяет ставить проблему: найти проход между Сциллой тоталитаризма и Харибдой демократии. Каждая из систем имеет свою ахиллесову пяту и угнетает часть популяции. Можно ли их избежать и как это сделать? Универсальных рецептов нет, следует учитывать данную конкретность и искать решение с принятой позицией» [Моисеев, 2012: 23]. Таким образом, развитие личности находится в динамическом равновесии между двумя основными векторами развития, и перед нами стоит задача удержаться на этом «лезвии бритвы». Как пишет С. Фицджеральд в рассказе «Трещина», критерием первоклассного интеллекта является способность удерживать в уме одновременно две противоположные идеи и при этом сохранять способность функционировать. «И теперь совершенно ясно, бесспорно, что свобода и дисциплина — это абсолютно равноправные вещи. То, что мы называем свободой, то у нас на физиологическом языке называется раздражением ... то, что обычно зовется дисциплиной — физиологически соответствует понятию “торможение”. И оказывается, что вся нервная деятельность складывается из этих двух процессов — из возбуждения и торможения. И, если хотите, второе имеет даже большее значение. Раздражение — это нечто хаотическое, а торможение вставляет эту хаотичность в рамки» [Павлов, 2001: 118]. Принадлежность к обществу это не только права, но и определенный уровень ответственности и как следствие самоограничения. «Если мы сможем увидеть темную сторону своей природы, то можем защититься от любой моральной и ментальной инфекции и любых измышлений противника» [Юнг, 2020: 92].

Необходимо также рассмотреть парадокс, который, по нашему мнению, заключен в самом определении самоактуализирующейся личности. Маслоу пишет, что «Несмотря на все трудности точного описания, достаточным для дискуссионного уровня признаком самоактуализации является полное использование своих талантов и способностей, своего личного потенциала.... Это люди, которые уже достигли или находятся в процессе достижения доступных им высот. Их способности могут быть уникальными или иметь значение для всего человечества» [Маслоу, 2018: 213]. Однако тогда возникает закономерный вопрос — могут ли люди с обычными способностями достичь полной реализации своего личного потенциала. На этот вопрос утвердительно отвечает сам Маслоу: «Я счел необходимым разграничить “креативность таланта” и “креативность самоактуализации”, причём последняя распространена гораздо более широко и имеет более тесную связь с личностью, проявляясь в повседневной жизни не только в великих и очевидных продуктах творчества, но также многочисленными другими способами, например в своеобразном чувстве юмора, склонности что-либо делать творчески, например преподавать, и т. д.» [там же: 254]. Автор приводит в своей работе [там же: 215] две самоактуализировавшиеся исторические личности (Линкольн в последние годы жизни и Томас Джефферсон). И вследствие этого в данной работе вполне уместно процитировать высказывание одного из них — известного американского мыслителя и государственного деятеля: «Земледельцы — самые ценные граждане. Они самые энергичные, самые независимые, самые добродетельные, и они связаны со своей страной и связаны с ее свободой и интересами самыми прочными узами» [Джефферсон]. В мифологии Древней Руси земледелец Микула Селянинович сильнее даже Святогора-богатыря [Афанасьев, 2006: 423]. При этом нельзя не упомянуть строки из Библии: «И взял Господь Бог человека, и поселил его в саду Едемском, чтобы возделывать его и хранить его» (Быт. 2:15). Надо отметить, что в мировой литературе присутствует фраза «возделывать свой сад», которая несет смысл высокой устойчивости к действию негативных факторов. Например, Вольтер, образом возделываемого и плодоносящего сада выдвигает принцип активного противостояния человека злу и соблазну: «работа гонит от нас три больших зла: скуку, порок и нужду». У Юнга находим высказывание: «Европейцу надо возвращаться не к Природе, как звал Руссо, а к собственной натуре. Он должен заново отыскать в себе естественного человека» [Юнг, 2022: 612]. Поэтому вполне логично рассматривать для части граждан, имеющих соответствующие способности, идею экочеловека, последовательно позиционируемую М. П. Шиловым [Шилов и др. 2019], обсуждается также вопрос экологического образования [Исаев, Исаева, 2021: 67—78].

А. Маслоу высказывает мысль о том, что четыре основных мифа (идеи) о путях достижения счастья и благополучия личности оказались несостоятельными, и теперь они уступают дорогу концепции психически здоровой или «эвпсихической» личности, которая фактически является также «естественной» личностью. Обосновывая эту концепцию, А. Маслоу пишет о том, что полноценное здоровье и нормальное, желаемое развитие состоит в актуализации природы личности. Эта идея хорошо согласуется с идеями функционирования сложных систем: «Сложно организованным системам нельзя навязывать пути их развития. Скорее, необходимо понять, как способствовать их собственным тенденциям развития» [Князева, Курдюмов, 2002] и с основной задачей воспитания

в формулировке П. В. Симонова: «Значит, задачей воспитания является не проповедь преимуществ “хорошего” по сравнению с “плохим”, не абстрактное стремление к “культуре чувств и богатству эмоций”, а точное и конкретное информирование воспитуемого о тех способах, средствах и путях удовлетворения этих потребностей, которые не ведут к нарушению общественно продуктивных норм и представляют ценность для прогрессивного развития общества и самореализации личности во всем богатстве ее потенциальных способностей и задатков» [Симонов, 1987: 214]. Это достигается непосредственным воздействием на сознание и подсознание субъекта с помощью воспроизведения поведенческих эталонов и вооружения личности социально ценными способами и средствами удовлетворения его потребностей, исключая их уродливые и социально неприемлемые трансформации. Таким образом, тема самоактуализирующейся личности представляется нам не просто актуальной, но скорее основополагающей в вопросах воспитания, образования, здоровья и благополучия личности: «Первым принципом продуктивной теории воспитания должен стать решительный переход от обучения одному лишь знанию норм поведения к его более глубоким основам — к формированию такого набора и такой иерархии потребностей воспитуемого, которые наиболее благоприятны для развития общества и реализации личности во всем богатстве ее потенциальных возможностей [там же: 212]. Необходимо также брать во внимание имеющиеся наработки методов психофизиологического самосовершенствования, начиная от классической хатха-йоги [Бойко, 2018] и так называемого «биохакинга» [Совиярви, Теэму, Яакко, 2020] до принципов биологической обратной связи, изучаемых при проведении исследований с использованием электрофизиологического оборудования [Баринаова, 2014], [Зарипов, Баринаова, 2019], [Баринаова, Королева, Зарипов, 2022], [Скорлупкин, Голубева, Ярченкова, 2023]. «Новая психология теснейшим образом связана с физиологией» [Вернадский, 1975: 104], следовательно, разработчикам концепций в области будущего человека необходимо опираться на базис естественнонаучных исследований, так как определение основных показателей личности человека все более широко применяется при психофизиологической профориентации. Ценность таких исследований проявляется в том, что они позволяют установить связь между способностями людей и возможностью приобретения ими компетенций. Это стало возможным за счет разработки различных диагностических методов, в последнее время особенно приборных, для оценки психофизиологических показателей, в том числе и способностей.

Проблематика самоактуализирующейся (естественной) личности имеет и еще один аспект — «литературный». В качестве примера можно привести различных выдающихся ученых современности: «Он (В. И. Вернадский) по праву является ярчайшим представителем того социального слоя, который он сам называл elite-страны, П. Тейяр де Шарден — людьми роста, а А. Маслоу — самоактуализирующимися личностями...» [Меликян, 2013: 111]. На наш взгляд, для этих целей нагляднее использовать литературных героев. Как писал А. Маслоу, анализируя проблематику самоактуализирующихся людей: «Кроме того, мы надеялись использовать с демонстрационными целями персонажей, созданных писателями и драматургами, однако нам не удалось найти ни одного подходящего для нашей культуры и времени» [Маслоу, 2018: 213]. По мнению Маслоу самоактуализирующихся личностей крайне мало, поэтому достаточно сложно представить образец, наглядно демонстрирующий все необходимые

детали явления. Для наглядности в качестве примера самоактуализирующейся личности, по нашему мнению, можно привести следующих протогонистов из двух очень широко известных литературных произведений: Иван Гирин («Лезвие бритвы» И. Ефремова) [Ефремов, 1985] и Сэмуайза Гэмджи («Властелин колец» Дж. Р. Р. Толкина) [Толкин, 2017]. Ключевыми чертами личности данных героев являются наличие у них потребности преодоления, лежащей в основе волевых качеств и высокая степень удовлетворения потребности в вооруженности (наличие соответствующих компетенций), что придает им черты энергичности, уверенности, решительности, оптимистичности и устойчивости в экстремально складывающихся обстоятельствах. Внешне это проявляется в действиях созидательной направленности, крепкой связи с Землей, живым миром. «Особенно это наглядно показано на примере Сэмуайза Гэмджи, который является протагонистом произведения и его основной связующей нитью» [Баринов К., Баринов Г., 2023]. В обоих произведениях присутствует идея о том, что недопустимо внедрять технологии, до которых общество не созрело, ответственные ученые не должны забегать вперед: «Есть вещи, которыми нельзя заниматься, пока не будет лучше устроено общество на всей нашей планете — подтвердил Гирин, и — и ученым следует думать об этом» [Ефремов, 1985: 39]. В трилогии «Властелин колец» недопустимо опасные технологии наглядно оформлены в образе Кольца Всевластия, более точный перевод — Единое кольцо. Такие технологии, усиливая способности человека, с одной стороны, способны улучшать условия жизни людей, а с другой стороны, снижают их автономность: «Одно Кольцо, чтобы управлять ими всеми. Одно Кольцо, чтобы найти их, Одно Кольцо, чтобы привести их всех и во тьме связать их...»).

В завершении целесообразно привести слова о человеке, обществе и науке познания: «Сколь бы далеко ни продвинулась наука в своем познании сущностного огня, как бы ни была она способна однажды переделать и завершить человеческий индивид, она все равно всегда будет стоять перед проблемой, как придать всем и каждому из этих индивидов их конечное значение, объединив их в организованное всецелое» [Тейяр де Шарден, 2002: 257].

#### *Библиографический список / References*

- Афанасьев А. Н. Мифология Древней Руси. М.: Эксмо, 2006. 608 с.  
(Afanasyev A. N. *Mythology of Ancient Rus'*, Moscow, 2006, 608 p. — In Russ.)
- Баринов К. С., Баринов Г. С. Сэм Гэмджи — один из главных героев трилогии Дж. Р. Р. Толкина «Властелин колец» // VIII Городской научно-практический Фестиваль школьников на иностранных языках «INTERLOGOS»: сборник тезисов. Иваново: Ивановский издательский дом, 2023. С. 36—38.  
(Barinov K. S., Barinov G. S. Sam Gamgee is one of the main characters in the trilogy of J. R. R. Tolkien «The Lord of the Rings», in *VIII city scientific and practical festival of schoolchildren in foreign languages "INTERLOGOS": collection of abstracts*, Ivanovo, 2023, pp. 38—41. — In Russ.)
- Баринова М. О. Психофизиология. Иваново: Иван. гос. ун-т, 2014. 136 с.  
(Barinova M. O. *Psychophysiology*, Ivanovo, 2014, 136 p. — In Russ.)

Барина М. О., Королева С. В., Зарипов В. Н. Особенности вариабельности сердечного ритма у курсантов-спасателей с разной степенью стрессоустойчивостью // Вестник Ивановского государственного университета. Серия: Естественные, общественные науки. 2022. № 2. С. 5—13.

(Barinova M. O., Koroleva S. V., Zaripov V. N. Features of heart rate variability in rescue cadets with varying degrees of stress resistance, *Bulletin of Ivanovo State University. Series: Natural and social sciences*, 2022, no. 2, pp. 5—13. — In Russ.)

Бойко В. С. Йога: искусство коммуникации. Н. Новгород: ДЕКОМ, 2018. 640 с.  
(Boyko V. S. *Yoga: the art of communication*, N. Novgorod, 2018, 640 p. — In Russ.)

Вернадский В. И. Размышления натуралиста. Кн. 1. М.: Наука, 1975. 175 с.  
(Vernadsky V. I. *Reflections of a naturalist*, Book 1. Moscow, 1975, 175 p. — In Russ.)

Джефферсон Т. О демократии / под ред. А. С. Трундаевского. СПб.: СПбГУ, 1992. 338 с.  
(Trundaevsky A. S. (ed.) Jefferson T. *On Democracy*, St. Petersburg, 1992, 338 p. — In Russ.)

Ефремов И. А. Лезвие бритвы: Роман приключений. Мн: Нар. Асвета, 1985. 576 с.  
(Efremov I. A. *The razor's edge: a novel of adventure*, Minsk, 1985, 576 p. — In Russ.)

Зарипов В. Н., Барина М. О. Изменения электрической активности коры головного мозга у студенток с разным типом темперамента под влиянием умственных нагрузок различной интенсивности // Российский университет в неустойчивом мире: глобальные вызовы и национальные ответы: сборник статей по материалам национальной научно-практической конференции. Иваново: Иван. гос. ун-т, 2019. С. 176—182.

(Zaripov V. N., Barinova M. O. Changes in the electrical activity of the cerebral cortex in female students with different types of temperament under the influence of mental stress of varying intensity, in Egorov V. N., etc. (eds) *Russian University in an unstable world: global challenges and national responses: a collection of articles based on the materials of the national scientific and practical conference*, Ivanovo, 2019, pp. 176—182. — In Russ.)

Исаев В. А., Исаева М. В. Устойчивое биосферное развитие, экологическая безопасность / опасность и формирование ноосферного человека в образовательном процессе в вузах // Ноосферные исследования. 2021. № 3. С. 67—78.

(Isaev V. A., Isaeva M. V. Sustainable biospheric development, environmental safety / danger and the formation of noospheric man in the educational process in universities, *Noospheric studies*, 2021, no. 3, pp. 67—78. — In Russ.)

Князева Е. Н., Курдюмов С. П. Основания синергетики. СПб: Алетейя, 2002. 414 с.  
(Knyazeva E. N., Kurdyumov S. P. *Foundations of synergetics*, St. Petersburg, 2002, 414 p. — In Russ.)

Маленков А. Г. Ноосфера и человек ноосферы. М.: МAGERIC, 2009. 368 с.  
(Malenkov A. G. *Noosphere and noospheric man*, Moscow, 2009, 368 p. — In Russ.)

Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2018. 400 с.  
(Maslow A. *Motivation and personality*, St. Petersburg, 2018, 400 p. — In Russ.)

Меликян М. А. В. И. Вернадский как ноосферный человек: опыт методологического анализа // Ноосферные исследования. 2013. Вып. 1 (3). С. 104—113.

(Melikyan M. A. V. I. Vernadsky as a noospheric person: experience of methodological analysis, *Noospheric studies*, 2013, Issue. 1 (3), pp. 104—113. — In Russ.)

Меликян М. А. Совершенный человек и ноосфера: личностно-персоналистическая презентация человеческой революции. Иваново: Иван. гос. ун-т, 2016. 200 с.



(Melikyan M. A. *The perfect man and the noosphere: a personal-personalistic re-representation of the human revolution*, Ivanovo, 2016, 200 p. — In Russ.)

Моисеев Н. Н. О необходимых чертах цивилизации будущего. Труды Н. Н. Моисеева по вопросам современного образования. М.: Академия МНЭПУ, 2012. 213 с.

(Moiseev N. N. *About the necessary features of the civilization of the future. Works of N. N. Moiseev on issues of modern education*, Moscow, 2012, 213 p. — In Russ.)

Павлов И. П. Рефлекс свободы. СПб.: Питер, 2001. 432 с.

(Pavlov I. P. *Freedom reflex*, St. Petersburg, 2001, 432 p. — In Russ.)

Симонов П. В. Мотивированный мозг. М.: Наука, 1987. 270 с.

(Simonov P. V. *Motivated brain*, Moscow, 1987, 270 p. — In Russ.)

Скорлупкин Д. А., Голубева Е. К., Ярченкова Л. Л. Особенности кардиоритма при по-  
стуральных изменениях в зависимости от реактивности вегетативных центров  
// Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Медицина. 2023.  
Т. 27, № 3. С. 305—317.

(Skorlupkin D. A., Golubeva E. K., Yarchenkova L. L. Features of cardiac rhythm during pos-  
tural changes depending on the reactivity of the autonomic centers, *Bulletin of the  
RUDN. Series: Medicine*, 2023, vol. 27, no. 3, pp. 305—317. — In Russ.)

Совиярви О., Теэму А., Яакко Х. Биохакинг. Руководство по раскрытию потенциала ор-  
ганизма. М.: Альпина, 2020. 552 с.

(Sovijärvi O., Teemu A., Jaakko H. *Biohacking. A guide to unlocking the body's potential*,  
Moscow, 2020, 552 p. — In Russ.)

Тейяр де Шарден П. Феномен человека. Вселенская месса / пер. с фр. Н. А. Садовского,  
М. Л. Чавчавадзе. М.: Айрис-пресс, 2002. 352 с.

(Teilhard de Chardin P. *The Phenomenon of Man. Ecumenical Mass*, Moscow, 2002. 352 p. —  
In Russ.)

Толкин Дж. Р. Р. Властелин колец / пер. с англ. В. Каррика, М. Каменкович, С. Степано-  
ва. М.: АСТ, 2017. 1696 с.

(Tolkien J. R. R. *The Lord of the Rings*, Moscow, 2017. 1696 p. — In Russ.)

Ушаков Д. В. Психология интеллекта и одаренности. М.: Ин-т психологии РАН, 2011.  
464 с.

(Ushakov D. V. *Psychology of intelligence and giftedness*, Moscow, 2011, 464 p. — In Russ.)

Шилов М. П. Человек ноосферный // Ноосферная парадигма образования: от лица к  
университету: материалы лицейско-университетской научно-методической кон-  
ференции «Предметно-содержательное и психолого-педагогическое обеспечение  
становление ноосферной школы». Иваново: Иван. гос. ун-т, 1997. С. 235—237.

(Shilov M. P. Noospheric man // Smirnov G. S., etc. (eds) *Noospheric paradigm of education:  
from lyceum to university: materials of the lyceum-university scientific and methodolog-  
ical conference «Subject-content and psychological-pedagogical support for the for-  
mation of a noospheric school»*, Ivanovo, 1997, pp. 235—237. — In Russ.)

Шилов М. П., Шилов Ю. М., Дмитриев А. В., Сигунов Е. В. Сады и ноосфера. Влади-  
мир: Транзит-ИКС; Чебоксары: Новое время, 2019. 200 с.

(Shilov M. P., Shilov Yu. M., Dimitriev A. V., Sigunov E. V. *Gardens and the noosphere*,  
Vladimir, 2019, 200 p. — In Russ.)

Юнг К. Г. Человек и его символы. М.: Институт Общегуманитарных Исследований,  
2020. 404 с.

(Jung K. G. *Man and his symbols*, Moscow, 2020, 404 p. — In Russ.)

Юнг К. Г. О психологии западных и восточных религий. М.: АСТ, 2022. 720 с.  
(Jung K. G. *On the psychology of western and eastern religions*, Moscow, 2022, 720 p. — In Russ.)

*Статья поступила в редакцию 16.12.2023; одобрена после рецензирования 31.01.2024; принята к публикации 01.03.2024.*

*The article was submitted 16.12.2023; approved after reviewing 31.01.2024; accepted for publication 01.03.2024.*

### ***Информация об авторах / Information about the authors***

***Баринов Сергей Николаевич*** — кандидат биологических наук, консультант, ИРО ОГО ВФСО «Динамо», г. Иваново, Россия, barinowsergei@mail.ru

***Barinov Sergei Nikolaevich*** — Candidate of Sciences (Biology), consultant, Ivanovo regional branch «Dynamo», Ivanovo, Russian Federation, barinowsergei@mail.ru

***Баринова Марина Олеговна*** — кандидат биологических наук, доцент, доцент кафедры биологии, Ивановский государственный университет, г. Иваново, Россия, nauka@list.ru

***Barinova Marina Olegovna*** — Candidate of Sciences (Biology), Associate Professor, Department of Biology, Ivanovo State University, Ivanovo, Russian Federation, nauka@list.ru

***Баринов Кирилл Сергеевич*** — учащийся, МБОУ «Гимназия № 32», г. Иваново, Россия.

***Barinov Kirill Sergeevich*** — Student, gymnasium № 32, Ivanovo, Russian Federation.

***Баринов Глеб Сергеевич*** — учащийся, МБОУ «Гимназия № 32», г. Иваново, Россия.

***Barinov Gleb Sergeevich*** — Student, gymnasium № 32, Ivanovo, Russian Federation.