

**Ю.Н. Голубчиков**

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова

**УДК 908+910.2**

# ИСКУССТВО ЖИТЬ

**Р**ассматриваются ландшафтотерапевтические методы оздоровления. Основоположником направления предлагается считать А.И. Войкова. Термин «терапевтический ландшафт» определяется как метафора процессов исцеления, идущих самих по себе в определенных местах (или ситуациях, условиях, обстановках, средах). Исцеление не синоним лечения, оно возможно и вопреки болезням. Целью ландшафтотерапии, как и науки о туризме в целом, предлагается считать повышение качества жизни путем виртуального ее продления в путешествиях. Делается вывод о необходимости содружества между медициной и географией на основе ландшафтотерапии. Предлагается соотнести краеведение с оздоровлением. В союзе с краеведением ландшафтотерапия становится важнейшим средством понимания связи между здоровьем и местом. Ландшафтотерапевтическая деятельность служит переориентированию географии и экологии от преобразования природы и ее охраны к преображению человека и его спасению.

**Ключевые слова:** краеведение; ландшафтотерапия; красота; туризм; оздоровление.

**Golubchikov Iuriii Nikolaevich**  
Lomonosov Moscow State University

## THE ART OF LIVING

It is discusses the landscape therapy methods of wellbeing. The founder of the direction is proposed to consider A.I. Voeikov. The term "therapeutic landscape" is defined as a metaphor for healing processes that go on their own in certain places (or situations, conditions, environments, environments). Healing is not a synonym for treatment; it is also possible despite illnesses. The aim of landscape therapy, as well as the science of tourism in general, is proposed to consider the improvement of the quality of life through the virtual extension of its due to travels. It is concluded that there is a need for a community between medicine and geography based on landscape therapy. It is proposed to correlate local lore with health improvement. In conjunction with local lore, landscape therapy is becoming the most important means of understanding the link between health and space. Landscape therapy serves nature conservation and stands guard over our health. Landscape therapy serves the reorientation of geography and ecology from the transformation of nature and its protection to the transfiguration of man and his salvation.

**Keywords:** local studies; landscape therapy; beauty; tourism; health.

**Метафора часов и метафора лампы.** Современная форма медицины родилась не от тех древних лечебных практик, где человек не отчленялся от природы, а один орган тела от другого. Нынешняя медицина зародилась в западноевропейском обществе XVIII-XIX веков. Это общество восторгалось механизмами. Его

отношение организму видный философ постмодерна Мишель Фуко передает «метафорой часов» [28]. Когда-то часы завелись, но наступит время — и они износятся, останавливаются. Подобным образом и жизнь организма подходит к концу, истекает как бы ее гарантийный срок. Чтобы продлить жизнь, необходим регулярный осмотр организма с целью своевременного внесения поправок в ход его частей.

Так медики уподобились механикам. Они стали размещать человека в клинике, напоминающие гаражи, и разбирать его там на части. Появились эндокринологи, гистологи, биохимики, неврологи, проктологи, урологи.

---

© Голубчиков Ю.Н., 2019

**Голубчиков Юрий Николаевич,**  
к. геогр. н., ведущий научный сотрудник  
кафедры рекреационной географии и туризма, Московский  
государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
[golubchikov@list.ru](mailto:golubchikov@list.ru)

Насчитывается уже свыше 10 тысяч болезней. Их число ежегодно растет [20]. Чем больше болезней, тем больше специалистов по ним со своими медикаментами. У всех своя терминология, свой язык. И никакой общей теории, связующей предмет исследования с человеком, не прослеживается. Более того, современные медики в своей массе против такой теории. Говорят: «человека как такового лечил когда-то шаман с бубном, плясавший вокруг костра, но мы же с вами в XXI веке живем».

Картина очень напоминающая наблюдаемую в географии. В ней тоже «человека забыли!!!» — восклицал Н.Н. Баранский [3, с. 21]. Не нашлось в ней места для «географии человека». Во всей науке не нашлось. Нет в ней науки человечеведения.

С этой медициной связывают огромные достижения. Самым важным из них считают кардинальное снижение смертности благодаря победам над инфекционными заболеваниями. Однако, исследователь западноевропейских исторических источников А.Б. Соколов проясняет, что гораздо большую роль в этих победах сыграло введение таможенных и коммунальных служб, воспрепятствовавших переносу инфекционных заболеваний и улучшивших гигиеническое состояние городов [25]. С организацией очистки воды в первой трети XX века связывается 50-процентное сокращение смертности в США [9]. В России, напротив, на фоне неуклонного развития медицины показатели смертности с 1964 года непрерывно растут.

До возникновения современной формы медикаментозной медицины суть человеческого организма передавала, по словам Фуко, «метафора лампы» [28]. Лампа горит, пока в ней есть масло. Жизнь продолжается, пока в организме не израсходована «врожденная энергия». Когда энергия полностью иссякает, наступает естественная смерть. Заболевший человек теряет энергию и естественную способность к самоисцелению. Больной говорит об упадке сил. Когда энергия полностью иссякает, наступает естественная смерть. Однако на расход энергии можно как-то повлиять, можно ее пополнить. «Чем выше доступные для использования резервы биоэнергетики, тем организм жизнеспособнее, ибо жизнь поддерживается тратой энергии» [7, с. 75].

**Ландшафтотерапия.** С глубокой древности для пополнения энергии человека использовали исцеляющую силу прогулок. Их предписывал еще великий Гиппократ. А его можно считать не только основоположником медицины, но и экологии. Называя науку о среде мезологии, Э. Реклю возводил ее начало к Гиппократу [23, с. 30]. В дальнейшем Л. Мечников за-

менил понятие «среда» устоявшимся термином «географическая среда».

С личностью человека географическая среда и природа соотносятся через окружающий пейзаж или ландшафт. География неизбежно охватывает всю географическую среду. Одни из самых интимных взаимодействий с ней каждодневно осуществляется через питание и оздоровление. Они тоже становятся предметом интереса географии человека и соединяют ее с экологией человека.

В Китае история ландшафтотерапевтических практик насчитывает свыше 1000 лет [36]. В отечественной литературе термин «ландшафтотерапия» первым, по-видимому, употребляет Д.Л. Арманд [1, с. 7], хотя основоположником направления следует считать А.И. Войкова [10]. В англоязычной литературе в 1990-х годах появляется термин «терапевтический ландшафт» [32]. Он определяется как метафора процессов исцеления, идущих самих по себе в определенных местах (или ситуациях, условиях, обстановках, средах) [38, с. 743].

Исцеление не синоним лечения. Оно понимается как повышение качества жизни даже если идет наперекор всем болезням и недугам. Высказываются идеи о связи терапевтического ландшафта с салютогенезом — источником тех жизненных сил человека, что поддерживают его здоровье, позволяют выздоравливать и выживать. Слово «салютогенез» имеет две составляющие: латинскую — «salutis» (здравье), и греческую — «genesis» (происхождение). Главная задача салютогенеза, таким образом, в поиске источников оздоравливающих (салютогенных) сил, в происхождении здоровья, тогда как главный поиск медицины заключен в происхождении болезней (патогенез), их лечении и профилактике [39]. Салютогенные силы созвучны концепту «мудрости природы». «Эта мудрость является следствием свойств самой природы и заключенных в ней ценностей» [6, с. 85].

Являясь частью медицины, ландшафтотерапия, тем не менее, входит в систему гуманитарно-географических наук [12]. Целью ландшафтотерапии, как и науки о туризме в целом, можно считать повышение качества жизни путем виртуального ее продления в путешествии. Каждый знает, как переполнен событиями и впечатлениями первый день в новом незнакомом месте. И как быстро мчится время в рутинном будничном ритме. При переходе в другое место мы как бы «растягиваем» свое индивидуальное (биологическое) время, виртуально продлеваем его.

Если медицинский туризм (medical tourism) связан с поездками в целях посещения медицинского учреждения, лечебно-оздоровитель-

ный туризм (health tourism, wellness tourism) ориентирован на лечение тем или иным видом природного ресурса (бальнеологического, грязевого, климатического) [31], то ландшафтотерапия основана на целительной силе всего ландшафтного комплекса, всех компонентов ландшафта. Ландшафтотерапия не обязательно связана с перемещением за пределы постоянного места проживания, как туризм. Целительной силой ландшафтотерапии можно пользоваться чуть ли не все время и почти повсеместно. Она одинаково возможна и на месте стационарного пребывания, и в среде путешествия. В этом смысле ландшафтотерапия связана с краеведением.

«Бросайте все и езжайте в природу», — говорили когда-то врачи человеку, потерявшему душевное или физическое равновесие. Организм есть часть природы и возвращается в нее полностью после смерти. Поэтому и исцелять себя нам наиболее уместно единением с природой. Ныне подзабыто, что само слово курорт (от нем. *kur* — лечение, *ort* — место) означает «лечение местом», или точнее, «лечение ландшафтом».

Но человек больше, чем природа. Он еще дух и душа. Но и природа тоже нечто большее, чем физика, химия, биология. Она еще поэзия, красота и искусство: «В ней есть душа, в ней есть свобода, / В ней есть любовь, в ней есть язык» (Фёдор Тютчев).

**Лечение красотой.** А.И. Зырянов и И.С. Зырянова рассматривают проектирование туристского маршрута как «творческое дело, где наука, практика, опыт и искусство играют свою роль» [18]. Не меньше оснований считать синтезом науки, практики, опыта и искусства ландшафтотерапию. Она интегрирует возможности укрепления здоровья с умением увидеть красоту, воспитывает эстетически и этически.

Следование природе и есть здоровье, а законы природы — это законы красоты. Отсюда вытекает, что целебны все места, воспринимаемые как наиболее красивые. Само же восприятие трактуется как целостное отражение предметов, ситуаций, явлений, возникающих при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств [4]. В этом плане ландшафтотерапия привносит в географию не только цвета, но и звуки и запахи ландшафта [38; 35; 34]. Каждый ландшафт снабжает нас величайшим разнообразием паттернов (знаков, узоров, стилей) природы. Их созерцание успокаивает, наводит на размышления, ведет к медитации, исцеляет [35]. Все это ныне включается в исследовательское поле когнитивной географии, где важно выделение районов восприятия и образов. [4; 7].

Если в природопользовании в центре внимания находится воздействие человека на географическую среду, то в фокусе гуманитарной географии (географии человека / антропогеографии) лежит воздействие географической среды на человека. В туристической же географии, частью которой является ландшафтотерапия, центр смещен на восприятие человеком географической среды. Как отмечает владивостокский географ В.Н. Бочарников: «Современная необходимость осуществления междисциплинарного подхода к восприятию человеком предметов и явлений географической среды объясняется осознанием того, что изучаемые проблемы далеко выходят за рамки строго очерченных предметов отдельных академических дисциплин (биологии, географии, психологии, когнитивной и региональной наук), более того, они включают в себя философию и искусство» [5, с. 18]. Тем самым туристическая география и ландшафтотерапия возвращают в науку человека с его опытом и эмоциональной наполненностью. «И, справедливо критикуя сциентистский подход за объективизм и позитивизм, мы сможем показать возможность изучения внутреннего мира человека, ввести в географический дискурс категории понимания, вживания, сопереживания, слитности «субъекта» (индивида) и «объекта» (окружающего мира)» [5, с. 22].

Чаще всего красивыми признаются контрастные среды, где проходят наивысшие перепады градиентов. Ландшафтная контрастность — фактор, повышающий туристскую привлекательность территории, поэтому туристские районы особенно активно формируются в местах, где природное разнообразие повышенное [16]. Среди наиболее контрастных видов выделяются высокие обрывы, высокие обзорные точки, скалы. Пещеры, валуны, водопады, отдельно стоящие рощи и деревья, сочетания открытых и закрытых пейзажей, переходные зоны экотонизации (саванны, лесостепи, лесотундры).

Наиболее величественные контрасты приурочены обычно к местам былых сокрушительных катастроф. «Лучшие красоты природы создались на месте бывших потрясений земли. Вы знаете восторг перед скалами, пропастями, живописными путями старой лавы. Изумляйтесь кристаллам и морщинам каменных цветных наслоений. Бесконечную красоту дают конвульсии космоса» [24, с. 55]. Особой аттрактивностью, а быть может и целительностью, обладает пространство, отображенное в художественных произведениях [27].

С глубокой древности люди замечали, что в одних местах дышится легко, а в других затрудненно, воздуха не хватает. Чтобы активизировать деятельность кислорода в нашем

организме, надо учиться не столько правильно дышать, чему посвящены сотни руководств, сколько, где надо дышать.

В работах А.Л. Чижевского было показано, что не каждый кислород благотворен. В городском воздухе может содержаться достаточный объем кислорода, но среди такого кислорода отсутствуют отрицательно заряженные ионы кислорода. Очень насыщен ими воздух после грозы, когда он напоен тысячами ароматов цветов, листьев, травы. Наиболее отрицательно ионизирован кислород при механическом дроблении воды в свободной атмосфере — например, во время морского прибоя или сильного дождя, у высоких водопадов и быстрых горных речек. Другим важным источником отрицательных ионов кислорода служат растения, особенно хвойные [29].

Живший в XVI веке швейцарский врач Филипп фон Гогенгейм Парацельс утверждал, что растения очищают атмосферу, принимая в себя окись углерода, выдыхаемую животными и людьми. Таким же образом перенимают растения болезни от людей и животных. Этот процесс еще не изучен, но начал подтверждаться с открытием выделяемых листвой и хвоей летучих соединений — терпеноидов. Они положительно влияют на образование в крови большего количества так называемых клеток-киллеров, ответственных за уничтожение угрожающих здоровью вирусов, бактерий и даже раковых клеток. Стоит прогуляться по лесу — и число таких клеток-киллеров в организме подскакивает примерно на 50% [30].

«По красоте и торжественности ни один лес не может сравниться с сосновым. Издавна в народе его любовно называют “красным бором”» [21, с. 152]. И в то же время в молодом сосновом лесу наблюдается практически стерильный воздух потому, что сосна отличается значительным количеством фитонцидов (в переводе «убивающий растущее»). Однако к фитонцидам следует относиться с осторожностью, поскольку, благотворно действуя на одни виды заболеваний, они неблагоприятны для других [22].

Возможно, каждому нужна своя ландшафтотерапия. Критерием выбора «своего» типа ландшафта на первых порах может быть то, что нравится, к чему генетически адаптирован, где возникает ощущение отдыхновения. Доверяя своим ощущениям, опыту и интуиции, каждый может установить для себя целительную силу тех или иных ландшафтов, а не быть ремонтируемой кем-то машиной. «Собственные наблюдения человека за тем, что ему хорошо, а что вредно, есть самая лучшая медицина для сохранения здоровья, — писал Френсис Бэкон [8, с. 422].

Некоторые общие рекомендации все же возможны. Одним из наиболее опасных видов загрязнений является воздух, выдыхаемый людьми. Он содержит мельчайшие частицы их организмов. А люди вокруг нас бывают больны и не обязательно инфекционно. Поэтому высокая плотность и скученность населения — главный фактор любых заражений.

Создается странная ситуация. Пребывая год в переполненном офисе или мегаполисе, человек устремляется отдохнуть на не менее переполненное курортное побережье или в столь же многолюдные туристические центры. Переезжая за тысячи километров, он вынужден привыкать к новой природной обстановке, а по возвращении к обычному месту жительства, адаптироваться снова. Поправлять здоровье следовало бы ему как раз в малолюдной или даже безлюдной экологически чистой среде в привычно ландшафтно-климатической зоне, возможно, в привычной ландшафтно-терапевтической зоне.

**Геоцелительные и геопатогенные зоны.** Издревле было замечено, что в определенных местах человек чувствует прилив сил и бодрости, позитивный настрой и внутренний подъем. Чаще всего это очень красивые места, где сооружались культовые постройки, куда наездывались паломники, где находились священные источники и колодцы [14]. В старину о таких местах говорили, что там нисходит благодать. Веря и надежда на исцеление в таких местах возрастает вместе с рассказами посетителей об удачных случаях излечения.

А из других мест невольно хочется уйти, до того там неуютно, иногда страшно. Их пейзаж не ложится на душу, действует отрицательно. Такие места нередко связывают с геопатогенными зонами.

Можно предположить, что в будущем карты геопатогенных и геоцелительных зон станут неотъемлемым атрибутом экологической экспертизы, но пока вызывают определенное отторжение. Полвека назад такое же неприятие вызывали экологические карты вредных производств, без которых сегодня немыслимо обойтись.

**Ландшафтно-терапевтические сети.** В союзе с краеведением ландшафтотерапия становится важнейшим средством понимания связи между здоровьем и местом. Сеть терапевтических ландшафтов можно смело ставить в основу создания рекреационного девелопмента, т.е. развития территории посредством проектирования и создания объектов туризма и рекреации [19]. Речь, таким образом, идет о конструировании ландшафтно-терапевтических каркасов с соответствующей терапевтической средой.

Впервые в планетарном масштабе такого рода каркасно-сетевую модель пытались сконструировать в СССР в рамках забытой, но до сих пор не имеющей аналогов в мировой практике, агрозоологической программы известной как «Сталинский план преобразования природы». Замысел плана состоял в разработке для каждого района, а в идеале — для каждого хозяйства — оптимального соотношения между площадями, занятymi пашней, лесополосами, лугами, паром и прудами. Концепция плана не только предвзяла, но и превосходила современные построения по устойчивому экологическому развитию на основе каркасно-сетевых моделей организации территории [13].

### **Ландшафтотерапевтическое значение**

**России.** Оздоровительное значение России во многом связано с ее незаселенностью. В наиболее густонаселенных районах мира, занимающих примерно 7 % земной суши, сконцентрировано свыше 70 % человечества [6]. Этим разбросанным приморским перенаселенным пространствам как бы противостоит целостная континентальная глыба Российского Севера, также занимающая 7 % земной суши. Но проживает на ней меньше 0,1 % населения земного шара. Это самое крупное и последнее необжитое пространство планеты из вполне пригодных для проживания.

Судя по всему, воздух России особенно богат отрицательными ионами кислорода. Стране принадлежит половина хвойных лесов планеты. Существенно обогащает воздух отрицательными ионами кислорода самая протяженная береговая линия России с очень сильными прибоями и приливами на изрезанных побережьях. Половину площади страны занимают горы, с их чистейшими пузырящимися от избытка кислорода водотоками. Нигде в мире, например, нет столь обильного количества водопадов на единицу площади, как на плато Путорана. Наконец, в стране немало дней с грозами.

После кислорода, самым важным веществом для человека является вода. Страна владеет 20% мировых запасов пресных вод [14]. Наиболее целебны талые снеговые и ледниковые воды. При этом ни одна территория не сопоставима с Россией по объемам и продолжительности воздействия талых снеговых и ледниковых вод [3].

На третьем месте по важности для человека стоит питание. И опять-таки, по всей видимости, российские земли производят, возможно, наиболее чистые объемы продовольственной продукции в мире.

В ландшафтотерапевтическом отношении пространства России играют в мире особую роль еще и потому, что географически близки ко всем мощнейшим и наиболее густонаселенным государствам Западной Европы, Азии и Америки. А

в них постоянно растет спрос на путешествия, отдых и лечение в незагрязненной среде. Все большую популярность получают ландшафтный туризм, натуропатия, холистическое целительство. Людей все больше привлекают места, где природа сохранилась почти в первозданном состоянии. Практически все приарктические территории России являются уникальным психологическим санаторием и наилучшим убежищем от технологической цивилизации. Одна полоса гор Южной Сибири от Алтая до Приморья может стать не только главным туристско-рекреационным и ландшафтно-терапевтическим поясом России, но и иметь планетарное туристское значение. Еще один из самых удобных туристских поясов мира в будущем образует Урал [19].

Как шерпы, балкарцы или тирольцы непревзойденны в покорении гор, так и характер русского человека формировался в покорении самых обширных в мире равнин, непрерывной многокилометровой пешей ходьбе, в дальних походах и скитаниях, в паломничестве. Те сухопутные дали, что преодолевал русский человек, неподвластны оказались ни одному народу мира. Из-за этого желания уйти за горизонт, уплыть за поворот и сформировалась самая грандиозная страна на планете. Сейчас от нее осталась лишь половина.

А.И. Зырянов замечает, что угасает и пешеходный туризм. Длительные и сложные пешеходные маршруты сменяются короткими выходами вблизи автодорог или путешествиями выходного дня. Туристские тропы превращаются в короткие тропинки к экскурсионным объектам. Лыжные походы замещаются отдыхом в горнолыжных центрах. Снижается интерес к многодневным сплавам. Исчезает романтика дальних дорог. Возрастает потребность в бытовом комфорте [19]. Но пешеходная ландшафтотерапия генетически насыщна для русского человека.

**Краеведение.** Интернет, краеведение и массовый туризм вовлекают в процессы географического познания самые широкие слои населения. «В этом отношении туризм способствует развитию географических наук и системы географического образования, росту в обществе интереса к географическим сведениям» — пишет А.И. Зырянов [17, с. 10].

Однако, ныне краеведение активно уходит из географии в сферу исторической науки. Мы же полагаем, что оно должно составлять душу и сердце школьной географии. Самым наглядным образом соединяя физическую географию с экономической, а их вместе — с историей, краеведение образует ту высшую ступень интеграции, что заключает главную прелест географии. Чтобы сохранить краеведение в лоне географической науки важно соотнести его с ландшафтотерапией.

За счет чего взять время для ландшафтотерапии и туризма? За счет зачистки всех предметов от спама, как минимум, на треть. К примеру, в 5-ом классе изучается «История Древнего мира». Громоздкий по ней учебник насчитывает 304 стр. Учащийся человек изучает по нему, скажем, Древний Китай. А в 11-ом классе в курсе «Экономическая и социальная география мира», он опять изучает Китай. Было бы более правильным ограничиться преподаванием в 5-ом классе неких общих предметов, наподобие «Всеобщей истории» и «Всеобщей географии». А в последующих классах совместить курсы географии и истории в рамках «Краеведения» и «Страноведения».

Школьный курс истории прекрасно встраивается в краеведение и страноведение. Ныне он формируется по восходящей лестнице от истории древнего мира к истории средних веков и далее к истории нового и новейшего времени. Таковой рисовала историю советская школа эволюции общественно-экономических формаций. Сегодня же на первый план выходят различия страновые и континентальные.

Главной формой постижения истории в пространстве, а географии во времени должны стать экскурсия, поход и туризм в едином оздоровительно-образовательном процессе. Темы экскурсий и образовательного туризма хорошо увязываются с такими школьными предметами, как география, биология, история, литература, обществознание, мировая художественная культура, окружающий мир [11]. Едем, к примеру, на неделю на Белгородщину и изучаем одновременно КМА, известняк, чернозем, борьбу леса и степи, земледельца и кочевника, Курскую дугу, творчество Сковороды, полезащитное лесоразведение. А английский язык отправляемся учить в дальнее зарубежье (Финляндию, Турцию, Китай) и там тоже проходим историю с географией.

С Интернетом ученик все в большей степени учится сам, а задача учителя сводится к тому, чтобы «научить его жить». Еще Страбон полагал, что «полезность географии предполагает в географе также философа — человека, который посвятил себя изучению искусства жить, т. е. счастья» [25, с. 1 (7)]. «В этом смысле, позволим заметить, географическое знание социально более значимо, более прагматично, а в отдельных случаях — даже судьбоносно в сравнении с любым другим, за исключением разве что умения читать, писать и считать» — замечал крымский географ Н.В. Багров [2, с. 13].

Туризм в таких условиях становится эффективным средством социализации учащихся, наполнения их именно теми знаниями, что пригодятся в жизни, даже не знаниями, а пониманиями. Это также наилучшая форма выяв-

ления наклонностей каждого к тому или иному роду деятельности или предмету. «То есть чтобы люди — вместе и каждый в отдельности — могли наилучшим образом делать то, ради чего родились на свет» [15, с. 182].

Не наполняйте учащегося человека знаниями всех тех богатств, что выработало человечество. Воспламеняйте его к развитию в предопределенном ему от рождения направлении.

**Географ как врач.** Возникает вопрос: насколько географ имеет право в определенной степени быть врачом и рекомендовать людям те или иные ландшафты для подъема жизненных сил? А почему бы и нет. О лечебных свойствах многих растений современные медики почти ничего не знают, но с ними знакома стариная народная медицина. Логично предположить, что подобного рода содружество возможно также между медициной и географией. Связует их прежде всего ландшафтотерапия.

Но то, что хорошо для здоровья человека, то хорошо и для природы. Она сама подсказывает нам пути к нашему же собственному здоровью и счастью. Поэтому ландшафтотерапевтическая деятельность служит сохранению природы в не меньшей степени, чем экологические акции в ее защиту. И наоборот, защитники природы стоят также на страже нашего здоровья.

На тему ландшафтотерапии известны немногие издания. Есть множество публикаций о лечебных свойствах леса, моря, климата, рек, но при огромном обилии книг о лечебных свойствах отдельных растений, нет книг о лечении фитоценозом.

Если бы ландшафтотерапии уделялась хотя бы незначительная часть того, что направлено на медикаментозные методы лечения, то, наверное, она стала эффективным средством оздоровления. Но разработка этого исконно присущего организму средства исцеления еще впереди.

Конечно, поприще ландшафтотерапии требует тонкого понимания. Зато и служит переориентированию географии и экологии от преобразования природы и ее охраны к преображению человека и его спасению.

#### Библиографический список

1. Армандр Д.Л. Нам и внукам / Д.Л. Армандр. М.: Мысль, 1966. 254 с.
2. Багров Н.В. География в информационном мире / Н.В. Багров. Симферополь, 2004. 213 с.
3. Баранский Н.Н. Страноведение и география физическая и экономическая/ Н.Н. Баранский. // Н.Н. Баранский Избранные труды. Научные принципы географии. — М.: Мысль, 1980. С. 18–51.
4. Бочарников В.Н. Человек в реальности проекций / В.Н. Бочарников. Владивостокский гос. мед. ун-т. Владивосток, 2011. 331 с.

5. Бочарников В.Н. Географическое познание и индивидуализм, восприятие и исследовательский образ — важные вопросы социально-экономической географии / В.Н. Бочарников // Географический вестник. 2013. 2(25). С. 14–24.
6. Бочарников В.Н. Новый взгляд на проблему сохранения дикой природы / В.Н. Бочарников // Астраханский вестник экологического образования. 2013, 1 (23). С. 72–87.
7. Бочарников В.Н. Междисциплинарный подход к проблеме «природа – общество – человек» / В.Н. Бочарников. Владивосток: МГУ им. адм. Г.И. Невельского, 2014. 232 с.
8. Бэкон Ф. Опыты / Ф.Бэкон // Сочинения в двух томах. Т. 2. — М.: Мысль (Философское наследие), 1978. 575 с.
9. Ваганов А.Г. Технологичная культура / А.Г. Ваганов. М.: Технетика, 2008. 198 с.
10. Воейков А.И. Исследования климатов для целей климатического лечения и гигиены. Избранные статьи / А.И. Воейков. СПб., 1957. Т. 4. С. 45–61.
11. Воронова Т.С. Методические особенности организации туристско-образовательных мероприятий с младшими школьниками / Т.С. Воронова // Вестник Московского городского педагогического университета. 2018. №3 (31). С. 93–99.
12. Голубчиков Ю.Н. Основы гуманитарной географии / Ю.Н. Голубчиков. М.: Инфра-М, 2010. 368 с. [https://studref.com/364640/geografiya/osnovy\\_gumanitarnoy\\_geografi](https://studref.com/364640/geografiya/osnovy_gumanitarnoy_geografi)
13. Голубчиков Ю.Н. / Ю.Н. Голубчиков. Первые красно-зеленые. К 70-летию «Сталинского плана преобразования природы» // Советская Россия, 2018, 27 сентября <http://sovross.ru/articles/1750/41293>
14. Григорьев Ал. А. Природные святыни / Ал.А. Григорьев. СПб.: Образование, 1997. 124 с.
15. Зархина Е.С. Звезда в траве. Природа – люди – идеи / Е.С. Зархина. Хабаровское книжное издательство, 1990. 256 с.
16. Зырянов А.И. Ландшафтные рубежи контрастности и территориальные социально-экономические системы / А.И. Зырянов. Пермь: Изд-во Перм. ун-та, 1995. 144 с.
17. Зырянов А.И. География и туризм: различие и общность интересов / А.И. Зырянов. // Современные проблемы сервиса и туризма, 2014, № 1. С. 10–15.
18. Зырянов А.И., Зырянова И.С. Самостоятельные путешествия: маршрутное планирование. [Текст] / А.И. Зырянов, И.С. Зырянова. Пермь, Пермский государственный университет, 2015. 154 с.
19. Зырянов А.А. География туризма: от теории к практике / А.И. Зырянов. Пермь: Изд-во Перм. ун-та, 2018. 416 с.
20. Мясников А.Л. Как жить дольше 50 лет: честный разговор с врачом о лекарствах и медицине / А.Л. Мясников. М.: Эксмо, 2013. 192 с.
21. Низовцев В.А. Лесные богатства Подмосковья / В.А. Низовцев // Край наш Московский: история, природа, современность. Учебное пособие. М.: ЭкоПросп, 1997. С. 148–159.
22. Оборин М.С. Подходы к оценке аттрактивных свойств ландшафтных комплексов, используемых в туристско-рекреационных целях (на примере Пермского края) / М.С. Оборин // География и туризм. Сборник научных трудов. Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Пермский государственный университет». Том. 8. С. 142–148.
23. Реклю Э. Человек и Земля. Т. 1. Первобытные люди. Древняя история / Э.Реклю. СПб.: Издание Брокгаузъ-Ефронъ, 1908. 1016 с.
24. Рерих Н. Цветы Мории. Пути Благословения. Сердце Азии / Н.Рерих. Рига: Виеда, 1992. 261 с.
25. Соколов А.Б. Введение в современную западную историографию / А.Б. Соколов. Ярославль, 2002. 132 с.
26. Страбон. География в 17 книгах. [Текст] / Страбон. Пер., ст. и comment. Г.А. Стратановского. Под общ. ред. С.Л. Утченко. Л.: Наука, 1964. 957 с. («Классики науки»).
27. Фирсова А.В. Литературное картирование пространства / А.В. Фирсова // Региональные исследования. 2012. Вып. 3 (37). С. 53–61.
28. Фуко М. Надзирать и наказывать. Рождение тюрьмы / М. Фуко М.: Ad Marginem, 1999. 480 с.
29. Чижевский А.Л. Аэроионификация в народном хозяйстве. [Текст] / А.Л. Чижевский М.: Госпланиздат, 1960. 758 с.
30. Arvay, C.G. The Healing Code of Nature: Discovering the New Science of Eco-Psychosomatics. / C.G. Arvay. Sounds True. 2018. 216 pp.
31. Connell, J. Contemporary medical tourism: Conceptualization, culture and 713 commodification / J. Connell // Tourism Management, 2013, 34 (February), 1–13.
32. Gesler, W. and Wilbert, M. Therapeutic Landscapes: Medical Issues in Light of the New Cultural Geography/ W. Gesler and M. Wilbert // Social Science & Medicine, 1992, 34, 735–746.
33. Gorman R. Smelling therapeutic landscapes: Embodied encounters within spaces of care farming / R. Gorman // Health and Place. Vol. 47. September 2017. Pp. 22–28. <http://hdl.handle.net/10871/30613>
34. Grindle B. and Patil G.G. Biophilia: Does Visual Contact with Nature Impact on Health and Well-Being? / B. Grindle and G.G. Patil // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2009 Sep; 6(9). Pp. 2332–2343.
35. Holmgren D. Permaculture. Principles and Pathways Beyond Sustainability. [Текст] / D. Holmgren. Hampshire: Permanent Publications, 2002. URL: <http://library.uniteddiversity.coop/Permaculture/Permaculture-Principles-and-Pathways-Beyond-Sustainability.pdf>.
36. Jiang, S. Therapeutic landscapes and healing gardens: A review of Chinese literature in relation to the studies in western countries / S. Jiang // Frontiers of Architectural Research. 2014, 3, 141–153.
37. Kapelanski, M. Acoustic Ecology and the Sound-scape Bibliography, 2003 [Online] Available: URL: <https://www.leonardo.info/isast/spec.projects/acousticecologybib.html> (15 March 2019).
38. Milligan C., and Wiles J. Landscapes of Care / C. Milligan, and J. Wiles // Progress in Human Geography, 2010, V. 34 (6). P. 736–754.
39. Völker, S and, Thomas, K. The impact of blue space on human health and well-being — Salutogenetic health effects of inland surface waters: A review/ S. Völker and K. Thomas // International Journal of Hygiene and Environmental Health. 2011, 214. 449–460.