

ISSN 0204-3440

К ЗДОРОВЬЮ
ЧЕРЕЗ КУЛЬТУРУ

13

В.Н.Колесник

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И ПРИМЕНЕНИЯ ПРОДУКТА ПИТАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ «СВЕТОРАДА»

*Краткий отчёт о проделанной работе на соискание
учёной степени бакалавра Культуры Здоровья*

Во все времена в общечеловеческой культуре здоровье ценилось как важнейшее условие жизнедеятельности человека.

Освещая вопрос о питании в свете Доктрины Культуры Здоровья, следует обратить внимание на несколько уровней характера питания, на взаимосвязь духовных, психосоматических элементов продуктов питания. Питание физическое, психическое, духовное различаются системно, но едины в своём первоисточнике.

На жизненных примерах можно распознавать единство Мира, единство духа и материи. Если снять с плода его твёрдую оболочку, внутри его можно увидеть зерно, семя. Любой плод обрамлён жёсткой, нередко несъедобной коркой или кожурой, затем идёт мякоть, а внутри, в самой сердцевине, — семя, зародыш, от которого рождается новая жизнь. Форма плодов почти всегда сферична. Этот принцип отражён и во всём живом. Для наблюдательного глаза очевиден сокровенный смысл, всё указывает на Высший принцип.

Доктрина Культуры Здоровья открывает перед человечеством возможность познать истинное значение постоянно меняющихся форм Мироздания, суть вещей и процессов.

Основоположник Доктрины Культуры Здоровья доктор медицинских наук, профессор В.А.Скумин в своём труде «Пропедевтика Культуры Здоровья» подчёркивает важность правильного подхода к проблеме рационального, сбалансированного питания для каждого человека индивидуально.

Чистая, одухотворённая пища, обеспечивающая все нормы и требования гигиены, является одной из составляющих здорового образа жизни, культуры здоровья, культуры питания современного человека.

Основными факторами существования человека на планете являются огонь, свет и тепло Солнца, воздух, вода и пища.

В Хрестоматии «Учение Жизни» (составитель проф. В.А.Скумин) указано: «Состав воздуха – нужная часть биологии», «Чистая вода... озонирует всю атмосферу. Свет и вода Наши лекарства» (с. 114-115).

С учётом положений Доктрины Культуры Здоровья питание дополняется специфическими элементами, позволяющими укреплять и совершенствовать три естества человека. Закладываются новые основы в понимании культуры здорового питания, преобразуется и облагораживается процесс приготовления и усвоения пищи. Вводится духовный аспект – молитвы, мантры, гимны Культуры Здоровья.

На данном этапе развития человечества, в начальный период становления духовного этноса на планете актуальным вопросом является разработка основ адекватного питания человека духовного. Проблема укрепления здоровья, рационального питания нередко трактуется в сугубо соматическом плане, роль же психических, духовных процессов зачастую не принимается во внимание. А ведь вопросы питания неразрывно связаны со всеми уровнями жизнедеятельности человека — духовным, психическим, физическим.

Для нормальной жизнедеятельности организма, его систем и структур, помимо обеспечения надлежащего содержания в пище белков, жиров, углеводов, клетчатки, витаминов, минеральных веществ, человеку необходимо при приготовлении и употреблении продуктов питания насыщать их положительными эмоциями и мыслеобразами. Психическая энергия передаётся от человека всему окружающему, в том числе и продуктам.

Доктрина Культуры Здоровья освещает вопрос сбалансированного, адекватного питания *ноологически* (от слова Ноус — дух), учитывая необходимость ассимиляции, сублимации питательных и энергетических компонентов различных продуктов питания.

Суть, определяющая роль ноологии, духовознания, впервые раскрыта в трудах выдающегося учёного современности профессора В.А.Скумина, основавшего Движение «К Здоровью через Культуру». В трудах профессора роль ноологии определяющая.

Доктрина Культуры Здоровья В.А.Скумина имеет семиуровневый характер понимания, экзотерический и эзотерический аспекты. Постигание его требует овладения различными рангами сознания — стхулическим, лингическим, праническим, камическим, манасическим и выше.

Цель Культуры Здоровья в данное время — оздоровление человечества и планеты в целом через почитание Света, служение Свету.

В Доктрине Культуры Здоровья впервые даны определение человека духовного и классификация признаков, определяющих основные ступени его становления и развития. А нарождающаяся новая шестая раса — духовный этнос планеты — имеет свои черты, особенности развития, градации и классификации, приведённые в лекциях профессора В.А.Скумина.

Подход к проблематике оздоровления и совершенствования осуществляется с учётом индивидуальных особенностей, путём постепенной трансмутации энергетических качеств и проявлений, осветления световых спектров, утончения вибраций. Ведь оздоровление тонких проявлений неизмеримо важнее внешнего, физического оздоровления. Верно сказано: «При здоровом духе — здоровое тело».

Труднее всего возвышаются, утончаются самые плотные, низшие структуры физического тела, ведь они развивались, приспосабливались к определённым условиям жизни, боролись и выживали на планете на протяжении нескольких миллионов лет. Пройдёт очень много времени, пока человек преобразится в богочеловека. Велик подвиг Е.П.Блаватской, отдавшей

столько сил для сдвига человеческого сознания к ноо-энергетическому мировоззрению; неизмеримо величествен Огненный Опыт Е.И.Рерих, принёсшей миру Агни Йогу; возвышен и благороден подвиг внедрения Культуры Здоровья в жизнь современного человечества, потерявшего духовные ориентиры.

Постепенно расширяя и утончая сознание, повышая уровень своих вибраций и световых излучений с помощью молитв, медитации, мантр Культуры Здоровья, ноопсихофизических Комплексов Культуры Здоровья, человек приобщается к Космическому творчеству.

Поистине, Земля больна, и если люди не станут на путь почитания Света, созидания и сотрудничества, то не избегнут участи деградации и саморазрушения собственными руками.

Как в своё время собирали людей на Зов Учителей Е.П.Блаватская, Е.И.Рерих, Н.К.Рерих, так ныне Культура Здоровья собирает под Щит Знания всех стремящихся к просветлению сознания, к одухотворению всего жизнеустройства. Всё сказанное свидетельствует о том, что избранная тема дипломной работы особенно актуальна сейчас, когда всё больше людей начинают принимать близко к сердцу идею оздоровления, одухотворения жизни на нашей планете.

В Агни Йоге утверждается: «Все физические и механические проявления не имеют цены сравнительно с тончайшей энергией, ибо всё будущее зиждется на тончайших энергиях, на возвращении грубой материи в область Света» (Знаки Агни Йоги, 531).

В период зарождения духовного этноса ставятся новые задачи в вопросах здорового, осмысленного подхода к проблематике адекватного питания. Важное значение приобретают одухотворение, очищение продуктов питания, облагораживание всего процесса приготовления и усвоения пищи.

Влияние на организм оказывают, с одной стороны, пища земного происхождения, с другой, – космические токи, что неразрывно взаимосвязано. Эту особенность следует учитывать при подборе продуктов питания, так же, как их калорийность, химический состав и т.д. Известный русский академик А.А.Покровский в статье «Питание и болезнь» писал, что «неблагоприятное влияние на организм оказывает не только дефицит отдельных пищевых веществ, но и их избыток, равно как и нарушение оптимальных пропорций пищевых веществ...»

В дипломной работе о разработке продукта питания «Светорада» рассматривается вопрос необходимости для человека духовного одухотворяющих сублимаций элементов и веществ, находящихся в продуктах, указанных Научным Руководителем.

В работе обоснована и разработана методика приготовления и применения продукта питания Культуры Здоровья «Светорада», отвечающего требованиям развития человека духовного и целесообразного в комплексном рационе питания участников Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру».

Научная новизна, актуальность и оригинальность данной работы заключаются в том, что впервые раз-

работан и предложен альтернативный продукт питания «Светорада», отличающийся высокими духовно-энергетическими качествами.

Значимость работы состоит в том, что выявлены специфические нутритивные характеристики входящих в состав нового продукта питания девяти основных компонентов, рекомендованных Научным Руководителем. Предпринята практическая попытка сознательно воспринимать, накапливать и усваивать энергию и люменовалентность ингредиентов, входящих в состав продукта питания Культуры Здоровья «Светорада».

Растительное царство недостаточно полно используется в качестве мощного духовно-энергетического источника трёхуровневого питания, необходимого для ноопсихофизического естества человека.

Растительное царство планеты соответствует Второму уровню Жизнетворчества Линга, Стихии воды. Кровь, лимфа — жидкость. Лингическое тело человека питается эманациями стхулического тела. Второй Принцип соответствует огню духа человека. Попадая в сердце, эманации крови воздействуют и на духовную сферу его жизнедеятельности.

Нообиохимический состав крови, в которую в процессе переработки всасываются продукты питания, имеет решающее значение для жизнедеятельности и оздоровления всех структур организма.

Растительное царство дано человечеству не только для утилитарных целей, но для духовного взаимодействия, для контакта на энергетическом уровне и как духовный компонент питания, как один из источников энергопитания духовного естества челове-

ка. Представители растительного царства являются собирателями и накопителями солнечной энергии, травы, очищают воздух, улучшая ноопсихофизическое состояние людей.

Изучение люменовалентности в содержании продуктов питания Культуры Здоровья позволяет открывать новые источники богатства Природы и Здоровья.

Материалы исследований изложены и обсуждены, продукт питания Культуры Здоровья «Светорада» опробован среди участников Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру» в Крымской лаборатории Культуры Здоровья (г. Ялта, апрель, ноябрь 2005 года).

Отзывы участников Движения положительные, продукт отвечает запросам и требованиям развития человека духовного, целесообразен в комплексном рационе питания участников Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру».

Метод приготовления продукта – на пару, после предварительной подготовки.

Духовным инструментом в процессе создания продукта питания Культуры Здоровья «Светорада» служили Молитвы, Мантры, Гимны Культуры Здоровья (Виктор Скумин. Молитвы, Гимны, Притчи Культуры Здоровья, с. 17, 19, 20, 21, 23).

Для психологической подготовки сознания изучалась и использовалась литература Культуры Здоровья, а также литература, рекомендованная Научным Руководителем.

Теоретическое обоснование производилось с позиций Доктрины Культуры Здоровья.

Основными методами исследования явились лабораторные работы. В процессе их выполнения определялись количественные и качественные соотношения и пропорции компонентов продукта питания, последовательность их закладки, время обработки, признаки готовности.

Основообразующим элементом продукта питания «Светорада» (вареники Культуры Здоровья) послужила крапива двудомная, которую по содержащемуся в достаточном количестве белку справедливо называют «растительным мясом». В качестве вспомогательных веществ применяются вода, приготовленная по специальной методике, и растительные составляющие в роли дезинфекторов: лавр благородный, розмарин, можжевельник, произрастающие на территории Крыма.

Вареники «Светорада» употребляются как в качестве основного продукта, так и в походных условиях, а также как полуфабрикат.

В процессе приготовления продукта «Светорада» происходит сознательное взаимодействие с компонентами, входящими в состав продукта, насыщение их духовными эманациями, что даёт возможность получить высококачественный продукт питания и положительный эффект при его употреблении.

Компоненты, входящие в состав данного продукта питания, доступны, широко распространены.

Методика приготовления позволяет полностью сохранять все полезные качества продуктов, облагородить их, обезвредить от нежелательных микроорганизмов.

Практика выполнения лабораторных работ показала, что продукт питания Культуры Здоровья «Светорада» можно готовить в бытовых условиях, не требующих специального оборудования и особого оснащения помещения, соблюдая при этом необходимые требования и нормы гигиены.

Продукт питания Культуры Здоровья не только удовлетворяет физический уровень запросов человека духовного, главная его особенность — насыщение тонких структур необходимыми энергетическими, химическими элементами, что позволяет отнести его к принципиально новому виду продукции, коренным образом отличающемуся от обычных продуктов.

Все составляющие, входящие в состав вареников «Светорада», хорошо сочетаются друг с другом, взаимно дополняя и улучшая вкус и аромат, тем самым улучшается усвоение организмом всех входящих в состав элементов.

Начинки продукта питания Культуры Здоровья «Светорада» целесообразно максимально разнообразить, оставляя неизменными в составе крапиву, шивсолт, лук, перец. Можно использовать также любые крупы, картофель, различные овощи. В качестве начинки хорошо применять овощной фарш Культуры Здоровья. Кроме острых начинок используются и сладкие.

Таким образом, создан полноценный энергоёмкий продукт питания, рекомендуемый для использования в рационе питания человека духовного, духовного этноса в целом.