ISSN 0204-3440

К ЗДОРОВЬЮ ЧЕРЕЗ КУЛЬТУРУ

17

ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

ИНТЕРНАТУРА КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Заключительная работа
интерна Культуры Здоровья
на тему:

КУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПОДХОД К РЕШЕНИЮ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫХ И ПЕДАГОГИЧЕСКИХ АСПЕКТОВ ФОРМИРОВАНИЯ ГРАЖДАНСКОГО ОБЩЕСТВА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Интерн Культуры Здоровья
Тихонов А.Н.

Ялта
2009

Гражданское общество Российской Федерации рождается в противоречивых болезненных событиях последних двух десятилетий. Сегодня оно должно стать итогом стабильного цивилизованного развития. Роль гражданского общества в развитии государства – определяющая. Поэтому в дальнейшем социальная и экономическая работа должна быть направлена на раскрытие творческого потенциала свободных и ответственных людей. А это во многом проблема воспитания, образования и здоровья нации. Именно человек должен стать не только главным действующим лицом политического развития, но и основным объектом вложения государства. Конституция Российской Федерации признаёт высшую ценность человека, его прав и свобод.

Смысл культурно-оздоровительного подхода состоит в том, чтобы всемерно помочь земному утверждению человека духовного. В новых условиях формирования гражданского общества необходимо соединить материальные проявления человеческой жизни с духовными и способствовать преображению существования других царств, ноопсихофизически взаимодействуя с ними. Без этого невозможно успешное формирование оптимальной биосоциальной среды, обеспечение высшего уровня жизнетворчества.

«Благо тому, кто поймёт знание будущего и неповторяемость начертаний» [1]. Доктрина Культуры Здоровья профессора В.А.Скумина всемерно способствует активизации рождённого устремления к Высшему Миру. Оттуда задаются эталонные импульсы культурной и здоровой жизни.

Важнейшим условием развития гражданского общества является подготовка нового поколения граждан страны, отвечающих по своим духовно-нравственным установкам, знаниям, навыкам, идеалам демократии правового государства, общечеловеческим и традиционным национальным ценностным установкам. В настоящее время мы ставим и решаем вполне конкретную ноопедагогическую задачу – формирование и развитие духовной направленности личности.

Учение В.А.Скумина о Культуре Здоровья свидетельствует, что только сознательное уяснение индивидуальностью смысла и предназначения земного бытия, понимание всех его аспектов одухотворённым разумом помогает обрести счастье полноправного участия в Творчестве Жизни. Именно одухотворённый разум способен устремить человека к такому преображению бытия, когда все его проявления сознательно направляются с низшего на всё более высокий уровень жизнетворчества.

«Нет прошлого, есть свет будущего – им идите» [2]. Формирование гражданских и патриотических качеств личности и культуры безопасности жизнедеятельности, отвечающих характеру долговременной стратегии страны, предполагает:

– понимание актуального для современного российского общества ценностно-нравственного значения образования.

– обучение самостоятельному конструированию своего знания, необходимого для решения возникающих перед ним задач, способности объединять различные элементы знаний;

— готовность следовать этическим нормам поведения в жизни;

— воспитание высоко-культурного, здорового образа жизни. «Огненный Меч Духа преобразит духовное тление нашей планеты в огненное космотворчество» [3];

— стремление к совершенствованию и умение самостоятельно укреплять своё духовное, психическое и физическое здоровье.

— уважение других, готовность сотрудничать с ними для достижения совместного результата;

— осознание глобальных проблем современности и своей роли в их решении.

«Каждый воин Света должен учиться управлять собой, прежде всего собственным мышлением, самовнушением, направляя его к добру, к Общему Благу. Служить светотворцом Солнечного Пути» [4].

«Человек должен понять, что самоприказ к добру и к Общему Благу призовёт Надземную помощь. Победа приходит, когда человек приказал себе победить» [5].

Современная наука отводит главенствующую роль духовным компонентам здоровья. Сегодня уже многим понятно, что духовные факторы, наряду с психическими и физическими играют важную роль в состоянии здоровья, оказывают определяющее воздействие на бытие. Проводятся реформы национальных систем здравоохранения и образования, но существенного улучшения здоровья молодого поколения добиться только лишь за счёт медицинских технологий не удаётся [6-10].

Доктрина Культуры Здоровья профессора В.А.Скумина для решения комплекса вопросов, связанных со

здоровьем, определяет новый, более утонченный и ответственный подход, новое направление пути. «Необходимо воспитание Культуры Здоровья как важнейшего рычага в оздоровлении и обновлении всех сфер жизни. Здоровье же само по себе следует рассматривать не как самоцель, а лишь как предпосылку, плацдарм для достижения высшего уровня, высшего качества Культуры, необходимого для дальнейшей эволюции человечества» [11].

Актуальность и необходимость формирования гражданского общества определяется приоритетами государства, насущными задачами развития России и обеспечения её безопасности, сохранения здоровья. Признавая важным всестороннее оздоровление жизни, Доктрина Культуры Здоровья профессора В.А.Скумина устремляет к совершенствованию и одухотворению бытия. Нам необходимо осознать и правильно приложить к жизни основы эволюции. Последовательно налаживать живую связь со Светом и его носителями в высших сферах. «Во время напряжённого переустройства мира особенно важно научиться ощущать себя открытым Свету, ведомым Светом, единым со Светом» [12].

Культурно-оздоровительный подход формирования гражданского общества в Российской Федерации открывает каждому человеку возможность сделать жизнь лучше, – культурнее и здоровее, т.е. светлее и гармоничнее, – постепенно, шаг за шагом привнося в неё новые ценные и благородные приобретения. В современных условиях Культура Здоровья во всех её проявлениях становится первостепенным фактором выживания и устойчивого развития человеческого сообщества.

В основе стремлений в будущее лежат глубинные, духовные интересы русского народа:

– новое гражданское общество в Российской Федерации создаётся добрыми людьми;

– стремление гармонично сочетать индивидуальные ноопсихофизиологические ритмы с высшими планетарными и космическими;

– на пути своей эволюции нам суждено принести свой камень на построение Храма прекрасно-сияющего;

– учиться сознательно напитывать три естества свои даруемым Природой чудесным напитком;

– спокойствие, гармония способствуют усилению иммунитета. Такой иммунитет именуется солнечным, огненным, поскольку выявление и развитие его связано с восприятием вибраций, порождённых Солнцем и Пространственным Огнём. Суетливый неуравновешенный человек бесконечно далёк от оздоравливающих вибраций;

– всякий дух потенциально божественен, а значит светел и гармоничен;

– сердце-солнце способно воспринять животворящие энергии нашего светила;

– сделать решительный шаг в эволюционное грядущее;

– по мере расширения и утончения сознания постепенно станут пробуждаться к активности дремлющие энергетические структуры человека;

– главным залогом здоровья души и тела служит здоровье духа;

– невозможно побороть болезни, не решив задачи просветления сердца;

— светоустремлённость — неотъемлемое качество русского народа.

С развитием цивилизации жизнедеятельность человека всё больше обеспечивается за счёт социальных и материальных возможностей. Факторы современной жизни связаны с резким сокращением двигательной активности и одновременно значительным возрастанием влияния на человека нервно-психических нагрузок. Появился даже такой термин «болезнь образа жизни», т.е. такого образа жизни, при котором роль духовной, психической и физической культуры сведена к минимуму. В то же время научными исследованиями доказано, что регулярная физическая активность является важнейшим фактором сохранения и совершенствования естественного механизма регуляции жизнедеятельности человека, укрепления его здоровья, повышения жизненного тонуса [13-15].

«Вместе с тем, энергетика среды обитания всех царств планеты очень изменилась. Космонасыщенность её тонкими и огненными энергиями неуклонно нарастает. Одновременно утяжеляется гнёт грубых, болезнетворных эманаций современного человека» [16]. Трансмутация всего вредящего, нарушающего космическое равновесие в новое, преисполненное полезной здоровой мощью, неизбежна. «Искание новых путей самый необходимый вопрос. При необычности условий будущего невозможно будет пройти старыми путями» [17].

Одним из таких путей формирования гражданского общества в Российской Федерации, позволяющим открыть дверь в будущее, является путь «К Здоровью

через Культуру». Встав на данный путь, мы неуклонно двигаемся вперёд и выше. Всем думающим о восхождении сознания предоставляется возможность принять дар Высшего Мира человечеству, общинно устремившись к реализации законного права на культурную и здоровую жизнь в России. Самые светлые перспективы открываются для каждого, сознательно решившего избрать путь жизнеутверждающего творчества Единого Духа.

Солнечный Путь единственно возможный для эволюции солнечно-духовных индивидуальностей. Это путь перехода от низшего к высшему уровню жизни, от грубости к утончённости бытия, от тьмы бескультурья и порождённых им болезней к Свету и Гармонии.

В медицине всё больше проявляется тенденция к сужению специализации, когда врач в пределах своей компетенции констатирует лишь отсутствие или наличие у пациента специфических патологических признаков, упуская из виду другие стороны здоровья человека, оставляя их рассмотрение другим специалистам. Доктрина Культуры Здоровья, которую разработал профессор В.А.Скумин, рассматривает болезнь как реакцию всего организма, что обусловлено его целостностью, зависимостью любой функциональной системы от всех остальных и их влиянием.

Вместе с тем следует подчеркнуть исключительное значение медицинской помощи при острых состояниях, когда она оказывается единственно возможной. Образ жизни современного человека всё больше провоцирует гипокинезию, переедание, психическое перенапряжение. Поэтому формирование духовно здорового об-

раза жизни необходимо для устойчивого и безопасного развития страны. Современное гражданское общество приобщит самого человека к заботе о здоровье, сделает его заинтересованным и активно борющимся за него, воспитает Культуру Здоровья. Особые космопланетарные условия открывают человеку возможность трансмутации своего организма. Для этого необходимо сосредоточить силу свободной воли на идее оздоровления жизни и начать с оздоровления своего сознания.

«Благородным, нравственным, высокоразвитым духовно и интеллектуально, возвышенным и утончённым, умеющим управлять собственной телесной и психической природой станет человек духовный, в совершенстве овладевший искусством оздоровляющего взаимодействия со всеми, искусством духотворчества» [18].

Социальная среда интегрируется с природой в общую совокупность окружающей человека среды, имеет исключительное значение для формирования личности. В то же время она сама меняется, преобразуется под воздействием творческой деятельности человека. В процессе этих преобразований меняются и люди. И так до бесконечности.

Возможность полноценной прекрасной жизни ради великой Цели есть у всех. Всегда будем помнить о ценности совершенствования — постоянного и постепенного, которое даёт истинное достижение. Направляем поток сознания от тлена существования обывателя к пламенному жизнетворчеству подвижника Культуры Здоровья. Принимаем непосредственное участие в творчестве формирования новой расы на Земле. Вос-

питываем важнейшее качество человека духовного — умение каждодневно, не взирая ни на какие внешние обстоятельства, торжественно и радостно устремлять сознание к Миру Высшему. Без приобретения такого качества реальное оздоровление, духовный рост просто невозможны.

Таким образом, между биологическим прошлым человека, ориентированным на борьбу за существование, и его социальным настоящим, ограничивающим такую борьбу, возникают серьёзные противоречия. Противоречивый феномен складывается из диалектического единства множества противоположностей, свойственных ему: между природным и человеческим началом, биологическим и социальным, материальным и духовным, личным и общественным.

Доктрина Культуры Здоровья констатирует: продолжают проявляться патологические стереотипы существования, болезненного поведения, нездоровые привычки. Оздоровление жизни необходимо, чтобы освободить Землю от всего заглушающего и извращающего высшие импульсы, затемняющего естественный ход эволюции. Наш Путь к нескончаемому сознательному жизнетворчеству в сотрудничестве со Светлыми Силами.

Человек является частью Вселенной. Все его проявленные части подлежат эволюционной трансмутации. Нам суждено преображаться Огнями жизнетворчества в труде каждого дня. Приобщение к Культуре Здоровья есть величайшее благо земной жизни, её истинное богатство. Светлые знания дают новые светлые возможности; реализация полученных возможностей устремляет в свет-

лую и гармоничную жизнь. И так – в Беспредельность, к Свету и Гармонии.

Профессором В.А.Скуминым разработаны специальные методики психотренинга, систематическое применение которых позволяет вырабатывать необходимые эмоционально-волевые и психологические качества. Они применяются в ряде научно-исследовательских институтов, вузов, клиник, учреждений оздоровления и отдыха и являются важной составляющей системы Культуры Здоровья.

Методика психотренинга В.А.Скумина, разработанная на основе рекомендаций Агни Йоги включает в себя пять основных упражнений. Первое, релаксация, направлено на расслабление поперечно-полосатой мускулатуры тела; второе – на вызывание ощущения тепла в нужных зонах физического тела и особого, душевного тепла; третье – на вызывание ощущения парения-невесомости. Когда человек в полной мере овладеет тремя названными упражнениями, то в результате создадутся благоприятные условия для возникновения особого медитативного состояния. Такое состояние позволяет учиться сознательно, целенаправленно участвовать в жизни Тонкого Мира, овладевать соответствующими энергиями, позитивно влиять на собственный организм.

Четвёртое упражнение психотренинга – целевое самовнушение – направлено на сознательное самопрограммирование деятельности в духовной, психической, физической сферах, регуляцию психических и соматических функций организма.

Пятое упражнение направлено на выход из медита-

тивного состояния, так сказать, переход с неба на землю, что требует активации физического тела.

Главное в медитативном психотренинге — образно-чувственное представление необходимого качества. Вот здесь-то и пригодится способность к воображению, к полёту творческой фантазии.

Духовная работа более длительная, чем с физическим телом, и требует терпения, но окупается здоровьем, работоспособностью, активностью и ощущением внутреннего баланса. И каждое тело может быть трансмутировано, усовершенствовано и облагорожено, то есть оздоровлено.

Медико-социальное и педагогическое направления реализации Доктрины Культуры Здоровья устремлены на воспитание духовно здорового образа жизни как эталона естественного, то есть прежде всего одухотворённого, высоконравственного поведения человека, который он призван стремиться воплощать в повседневной жизни [В.А.Скумин]. «Воины Света будут здоровыми духовно и психофизически. Только объединённое сознание, совместный труд обеспечат реализацию космического плана оздоровления планеты» [19].

Наша сущность стремится к совершенствованию, но это длительный процесс постепенного расширения сознания, осмысления себя и Бытия. Психолого-педагогические аспекты формирования гражданского общества в Российской Федерации направлены на воспитание Культуры Здоровья:

— научить современно жить в современном мире, иметь правильный взгляд на мир и на себя в нём;

— человек обязан вписать себя в конкретную биосоциальную систему, постоянно изучать и себя, и окружающую среду, активно совершенствовать как себя, так и среду своего обитания;

— важнейшими качествами человека являются духовность, разумность, этическая ответственность. Он не только воссоздаёт в собственной практике опыт минувшего, но и меняет, развивает себя и окружающий мир;

— гармоничное развитие человеческой индивидуальности, общества, победа над силами биосоциального хаоса;

— формирование потребности к духовному, психическому и физическому совершенствованию, к применению адекватных методов психофизической тренировки;

— «воспитание духовных и огненных качеств, которые будут необходимы для полноценного жизнетворчества в условиях Эпохи Майтрейи, Эпохи Матери Мира» [20].

В муниципальном образовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №29» ученик не только получает знания, необходимые в повседневной жизни, но и учится искусству жить со всеми его сложностями и тонкостями. После окончания школы, он продолжает жить, используя то, что накопил в качестве знания. Мы рассматриваем жизнь как целостный процесс обучения, как школу, в которой надо учить уроки и сдавать экзамены. Вся жизнь есть учение. Накопление знаний необходимо нам для того, чтобы понять мир и самих себя. Подвижник Культуры Здоровья становится источником радости и здоровья для других. Ему откры-

вается возможность научно наблюдать в жизни реальные результаты общения своего с Миром Высшим.

Учитель распознаёт, что несёт в себе конкретный ребёнок, и в соответствии с этим выстраивает логику воспитательного взаимодействия. Воспитание создаёт ту благоприятную почву, в которой раскрывается сущность ребёнка. Учитель и ученик находятся в постоянном процессе сотворчества. Каждый день, как новая жизнь, дарующая возможность обретения духовных богатств.

Шкала моральных ценностей начинается с труда, доброты и сопереживания близким и товарищам. Ребята учатся понимать себя, друг друга и окружающих. «Прежде всего — не жалеть, а беречь» [21]. «Слабым делает организм не природа, а условия жизни. Без почитания Света невозможно достичь даже начальной гармонии жизни» [22]. В общей работе для других, дружной, весёлой, бескорыстной, и рождается настоящая, действенная забота о людях, взаимопомощь, желание выручить друг друга.

Великий Владыка учит: «Каждый, осознавший основы эволюции, имеет обязательство передать это знание некоторому числу людей. При этом большой и малый провозвестник подлежит одному закону: он должен передать знание без всякого насилия их свободы. Основы эволюции могут быть осознаны лишь добровольно и могут быть приложены людьми к жизни лишь в стремлении восставшего духа. Для поворота эволюции нужно перестроить всю жизнь» [23].

В современных условиях наш путь познания проникает в красоту окружающего мира. Оно становится

истинным, поскольку к нему на полную мощь подключается сердце. Сердцем воспринимаем эманации Света Мира Высшего. Введение основ Культуры Здоровья в школе помогает избежать на предстоящем пути многих терний, способных задержать и даже приостановить развитие человека духовного.

В формировании гражданского общества наиболее важно с детских лет приучать чтить любое проявление жизни. Трепетное единство со всем живым наполняет детское сердце, доверчивое и легко ранимое. Доктрина Культуры Здоровья устремляет нас жить ритмами творчества Духовной Матери и Духовного Отца, помогает наладить прямое сотрудничество с Силами Света, обрести истинное здоровье. Так мы сознательно избрали Солнечный Путь Учения Жизни как единственно возможный для солнечного духотворчества.

В наше общество входят понятия достоинства, чести, подвига. Они проявляются во всех обстоятельствах будничной жизни, ибо каждый день – это лишь своего рода поход. Неутомимость, терпение, достижение лучшего качества испытывается в жизни каждого дня. Сейчас в Российской Федерации нужна готовность и бдительность, мобилизация всех духовных сил. Профессор В.А.Скумин отмечает, что на данной ступени эволюции возможно духовное завоевание нового жизненного пространства – сфер высших напряжений. «На учёте человеческих достижений стоит завоевание сфер высших напряжений. Когда человечество привыкнет к сознанию трансмутации из низшего в высшее, тогда можно будет послать духоразумение» [24].

Формирование личностных качеств полноценных граждан и патриотов России, духовно, нравственно, интеллектуально, психически и физически развитого молодого поколения нашего Отечества основано на принципах Доктрины Культуры Здоровья. Духовность является природным заработанным качеством, но в школе может быть воспитываема. Сохраняя духовный багаж прошлого, помогаем детям не забывать о своих возможностях, открывающихся в труде, и помнить, что всё лучшее приходит от Сил Высших.

Учителя в школе становятся водителями в жизни. Путь к раскрытию высших возможностей — один: духовное восхождение, развитие духовного сознания. Так отвлечённое становится реальным и укрепляет всю жизнь. Это вхождение в школу закалки духа, где можно достойно подготовиться к истинному творчеству Огненного Меча Духа. Стать высококультурным человеком, воспитать в себе культуру духа, что означает благородство и великодушие в мыслях, словах и действиях, — вот что является самым важным для школы. Пробудив эти качества в себе, мы стремимся пробудить их и в детях. Идём величественным путём Агни Йоги, проходим все ступени огненного очищения и преображения энергетических структур организма, пребывая в гуще современной жизни.

Доктрина Культуры Здоровья профессора В.А.Скумина указывает: «Физиология духа требует начала действительного насыщения сознания пищей духовного самопознания; запуска в ней процессов должного усвоения духовного знания; адаптации всего обретённого вклю-

чением его в духовную энергетику микрокосмоса сознания; светотворческого применения для энергообеспечения духосферы» [25].

Учитель наставляет учеников к продолжительному мышлению о прекрасном. Среди воспитания первое место принадлежит восприятию красоты. Человек гражданского общества в России будет принадлежать красоте. Дети видят её в каждом солнечном луче и принимают в сочетании звуков. Нельзя оправдаться своей нищетой, ибо Космос открыт как для богатых, так и для бедных.

Сердце – важный ноопсихофизиологический орган. Сияние сердца может сближать самые разнородные организмы и даже на дальних расстояниях. Профессором В.А.Скуминым разработан специальный Ноопсихофизический Комплекс Культуры Здоровья Сурья Видья (НПФКСВ), имеющий особенно выраженное жизнедательное воздействие на организм. НПФКСВ готовит обучающегося к возможности ноологического восприятия и постижения оккультной сути собственного сердца, его предназначения, роли в организме, к сознательному применению энергии сердца для привлечения пространственных энергий, высших возможностей.

Третий Солнечный Ноопсихофизический Комплекс Культуры Здоровья даётся для возжжения огня сердца, утверждения возожжённого огня и праначакры в левом атриуме сердца. Систематическое и успешное выполнение этих и других Ноопсихофизических Комплексов Культуры Здоровья, применение

средств Культуры Здоровья позволяет развивать энергии сердца как важного органа естества человека духовного. Сердце — главный магнит, привлекающий энергии Надземного Мира.

В природе сердца всякое даяние. Истинное даяние — в духе. А оно оказывается гораздо важнее материальных даров. Пусть каждое детское сердце источает потоки даров духа. Как важно воспитывать в детях это качество. «Недаром сказано, что каждое биение сердца есть улыбка, слеза и золото. Вся жизнь протекает через сердце. Не что иное не может так утончить сердце, как беспредельное духовное даяние» [26].

Возрождение духовности в Российской Федерации непосредственно связано с развитием сердечной утончённости, воспитанием высоких чувств, переживаний, благородных устремлений. Помочь детям тонко реагировать на голос сердца, которое всё ведает, всё знает, — значит указать им путь к самим себе, пробудить их потребность в самопознании, развить интерес к внутреннему миру, к человеку вообще. Но нужен сегодня учитель, способный это сделать.

Воспитание сердца в школе направлено на очищение сознания ребёнка от эгоистических импульсов, преодоление самости, эгоизма, благо других людей. Такое воспитание опирается на изначально присущую человеку способность отдавать, быть благородным. Учителя помогают детям осознать созидающую силу добрых чувств, слов, мыслей, действий.

Добролюбие — это не только совершение добрых дел, но также и умение восхищаться добром. Последнее

условие обычно не принимается и остается непонятным, его нужно прививать в школе и воспитывать в детях. Только восхищение добром приносит тепло сердца. Культура Здоровья в школе готовит детей к глубокому пониманию роли сердца.

Главная задача школы – дать детям ощущение любви, исходящее извне и направленное на них, научить выражать свою любовь. Только пространство любви, созданное нами, взрослыми, и есть та благоприятная среда, в которой раскрывается духовное сознание ребёнка. «Нам оздоравливать Землю любовью, мудростью, сердца огнём. Духом, душою и телом к Здоровью через Культуру придём» [27].

Силы духа, которые прежде требовали десятков лет, теперь путём сердца ускорены до последней ступени. Сердце может продвинуть дух почти немедленно. Сейчас очень важно воспитание сердца на служение Новому Миру. Эти вопросы подробно описаны в Доктрине Культуры Здоровья профессора В.А.Скумина.

Выдающийся русский мыслитель Н.К.Рерих среди видимого открыл невидимое и подарил людям новый, прекраснейший мир – это Россия. «Россия вся ещё в предчувствиях, в брожениях, в бесконечных желаниях и возможностях. Россия – страна неслыханных, богатейших сокровищ, которые до времени таятся в её глухих недрах» [28].

«Светлая мечта русского народа о подвиге. Только в русском языке живёт слово подвиг во всей его возвышенности и поступательности. Подвиг дан тому, кто может устремиться во имя Общего Блага» [29].

Человеческий дух лишь смутно различает, он не видит, а скорее угадывает светлые знаки, которые затемнены в суетливой повседневности пеленой собственных сомнений и страхов. Это как бы начало трудного, но радостного пути восхождения. Смутное ожидание открытия себя вырастает в уверенность. Внутренний голос зовёт нас к труду и творческому напряжению. В духовной битве человек вырастает в воина. В России создаются условия, когда мы обязаны выявить все свои духовные силы и возможности. Малейший перерыв в движении, даже мгновенная остановка в пути духовного развития может быть гибельна для нас.

Одно очевидно — оздоровление всех сторон жизнедеятельности гражданского общества — задача первостепенной важности. Человек духовный, раскрывая свои энергоцентры навстречу великому АУМу, может созвучать с музыкой сфер, соединяя ритмы трёх своих естеств с ритмами высших токов.

Таким образом Учение профессора В.А.Скумина о Культуре Здоровья отвечает на самые актуальные медико-социальные и педагогические аспекты, своевременное решение которых крайне необходимо для формирования гражданского общества в Российской Федерации на данном этапе её политико-экономического развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Афоризмы Агни Йоги / *Составитель В.А.Скумин.* — Новочебоксарск: Терос, 1995. — С. 33.

2. Там же. — С. 39.

3. *Виктор Скумин.* Заповеди Солнечного Пути. – 2005. – С. 11.

4. Там же. – С. 13.

5. Афоризмы Агни Йоги / *Составитель В.А.Скумин.* – Новочебоксарск: Терос, 1995. – С. 204.

6. *Петрянов И.В.* Самое необыкновенное вещество в мире. – М.: Педагогика, 1975. – 246 с.

7. *Аранович Б.Д.* Очищение организма. Система восстановления и обновления клеток. – СПб.: ИД «Невский проспект», 1998. – 247 с.

8. *Диканева О.Т.* Воспитай творца: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1993. – 192 с.

9. *Сидоров В.М.* На вершинах: творческая биография Н.К.Рериха. – М.: Сов. Россия, 1983. – 248 с.

10. *Чикин С.Я.* Путь к долголетию. – М.: Знание, 1986. – 48 с.

11. *Скумин В.А.* Культура Здоровья. Избранные лекции. – Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2002. – С. 14.

12. Там же. – С. 158.

13. *Ясногородский В.Г., Истомин В.Н.* Физиотерапия на дому. – М.: Знание, 1987. – 96 с.

14. Медико-генетическое консультирование. Методические рекомендации. – Чебоксары: ЧГУ, 1980. – 48 с.

15. *Галембо В.С.* Не могу молчать. – Чебоксары: ИНТ «Центр здоровья», 1997. – 136 с.

16. *Скумин В.А.* Ноопсихофизические Комплексы Культуры Здоровья: предназначение, представление, общие рекомендации. – Новочебоксарск: Терос, 1998. – 20 с.

17. Афоризмы Агни Йоги / *Составитель В.А.Скумин.* – Новочебоксарск: Терос, 1995. – С. 96.

18. *Скумин В.А.* Культура Здоровья. Избранные лекции. – Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2002. – С. 23.

19. Афоризмы Агни Йоги / *Составитель В.А.Скумин.* – Новочебоксарск: Терос, 1995. – С. 70.

20. *Скумин В.А.* Культура Здоровья – фундаментальная наука о человеке. – Новочебоксарск: Терос, 1995. – С. 26.

21. *Никитин Б.П., Никитина Л.А.* Мы и наши дети. – М.: Московский рабочий, 1988. – С. 42.

22. *Скумин В.А.* Культура Здоровья. Избранные лекции. – Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2002. – С. 92.

23. Учение Жизни: Хрестоматия. – Т.2 / *Составитель В.А.Скумин.* – Новочебоксарск: Терос, 1997. – С. 34.

24. *Е.И.Рерих.* Письма. Т. 1. – М.: МЦР, 1999. – С. 148.

25. *Виктор Скумин.* Духосферы микрокосмоса сознания человека духовного: духосфера туммо-гуру. – 2004. – С. 5.

26. «Сердце», 1993, №1. – С. 386.

27. *Скумин В.А.* Гимны Культуры Здоровья. – Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2007. – 64 с.

28. *Сидоров В.М.* На вершинах: творческая биография Н.К.Рериха. – М.: Сов. Россия, 1983. – С. 21.

29. Там же. – С. 25.