

**В. А. СКУМИН
Л. А. БОБИНА**

**ДЕЙСТВЕННАЯ ОСНОВА
УЧЕНИЯ
О КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ**

Спросят:

*чем можем сейчас служить на Земле
с наибольшею пользою?*

Нужно оздоравливать Землю.

*Нужно в целом ряде мероприятий
провести мировую задачу оздоровления.*

Из Агни Йоги

Библиотека Культуры Здоровья

Серия:

ОСНОВЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Часть 1

**Учение о Культуре Здоровья
как мировоззрение**

ВЫПУСК 4

В. А. СКУМИН

Л. А. БОБИНА

**ДЕЙСТВЕННАЯ ОСНОВА
УЧЕНИЯ
О КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ**

Утверждено

общественным Советом

Института культуры здоровья

в качестве учебного пособия

ББК 51.204+86.427-124:5

С 46 УДК 613+1

СКУМИН В. А., БОБИНА Л. А.

Действенная основа Учения о Культуре Здоровья. Учебное пособие. — Чебоксары: Международное общественное Движение «К Здоровью через Культуру», 2012. — 44 с., с илл. Серия: *Основы культуры здоровья. Выпуск четвёртый.*

ISBN 978-5-88167-039-9

Скумин Виктор Андреевич — основоположник Учения о Культуре Здоровья, доктор медицинских наук, профессор педагогики и психологии.

Бобина Людмила Анатольевна — председатель Правления Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру», врач высшей категории по неврологии и по психотерапии.

Данное издание освещает одну из граней Мира Культуры Здоровья — интегральной отрасли знания, разрабатывающей мировоззренческие и прикладные аспекты гармоничного ноопсихофизического развития человека духовного, эволюционного становления духовного этноса. Даны рекомендации по сохранению, укреплению и приумножению природных сил организма, обретению здоровья духа, души, тела.

Для учащихся и сотрудников Института культуры здоровья, участников Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру», для тех, кто устремлён к постижению и жизнетворческому применению Учения Скумина о Культуре Здоровья.

Все права защищены и охраняются законом.

4400000000 — 019
С -----
83Б (03) — 02

ББК 51.204+86.427-124:5

ISBN 978-5-88167-039-9

© Скумин В. А., Бобина Л. А., 2012

ОТ ИЗДАТЕЛЬСТВА

С тех пор, как Виктор Андреевич Скумин впервые (1968 г.) ввёл в научный лексикон термин *Культура Здоровья*, дал ему определение и обнародовал *Учение о Культуре Здоровья*, данные понятия настолько прочно вошли в специальную, публицистическую и научно-популярную литературу, в бытовую речь, что стали уже общеупотребительными.

Написаны статьи, монографии, диссертации, тексты в Интернете, и т. п. В них авторы — врачи, педагоги, психологи, а также служители религиозных культов, политики, философы — излагают своё видение различных аспектов культуры здоровья, анализируют её идеологический смысл, значение в современном мире. Истолкование термина при этом нередко не соответствует первоначально вложенному в него автором духовному смыслу. Культуру здоровья — многоотраслевую метанауку — отождествляют, порою, с валеологией, санологией или просто со здоровым образом жизни.

Так или иначе, научный и социально-прикладной интерес к настоящей теме, разнообразие пониманий задач культуры здоровья как мировоззрения, науки, всеобщей оздоровительной практики свидетельствуют о своевременности и жизненности тематики Учения профессора В. А. Скумина о Культуре Здоровья.

Цель его оглашения — устремление сознания к оздоровлению всех сфер бытия человека духовного с помощью средств культуры.

В соответствии с Учением о Культуре Здоровья, индивидуальный и планетарный уровни культуры — духовной, психической, физической — определяющим образом влияют на состояние здоровья. А здоровье —

духовное, психическое, физическое — служит важной предпосылкой для достижения более высокого уровня культуры, как отдельным индивидом, так и, в целом, человечеством.

Первые шаги к указанной цели сделаны. Созданы и официально действуют общественные организации — Международное общественное Движение «К Здоровью через Культуру», Институт культуры здоровья, центры, тематические кружки в различных образовательных, медицинских, рекреационных учреждениях, по месту жительства последователей Учения проф. В. А. Скумина о Культуре Здоровья.



Профессор В.А.Скумин (второй слева).

В учебных подразделениях Института, Движения открыта подготовка бакалавров, магистров, докторов культуры здоровья. Именно им, в первую очередь, адресовано данное учебное пособие. Трудясь в разных отраслях социальной и производственной сфер, эти сотрудники реально участвуют в оздоровлении жизни, в создании среды обитания, ареала, оптимального для зарождения, формирования и последующей эволюции духовного этноса.

Излагаемые материалы ориентируют читателей на то, чтобы, овладевая теорией и практикой Учения, они становились бы менеджерами культуры здоровья. И могли бы в конкретных нообиосоциальных условиях жизни наиболее полно реализовывать свой духовный потенциал, помогая, по возможности, и обратившимся к ним за помощью людям.

Освоение Учения Скумина о Культуре Здоровья способствует пробуждению духовного потенциала индивидуальности, гармоничному развитию человека духовного, объединению таких индивидов в духовный этнос, постепенному достижению достойного уровня жизнетворчества, воспитанию личного и социального идеала культурной и здоровой жизни как ведущей общечеловеческой ценности.

Некоторые публикуемые в издании иллюстрации редколлегия сочла возможным поместить в книге без указания имён их авторов, поскольку они не указаны в тех открытых для всех пользователей сетях Интернета, откуда были нами почерпнуты. Редакция благодарна авторам, открытым к плодотворному разностороннему творческому сотрудничеству.

Адреса для друзей:

www.kult-zdor.ru

e-mail: thvc@yandex.ru

e-mail: institut-kultury-zdorovia@yandex.ru



*Дух возносящие...
(Энергопоток).*

ДЕЙСТВЕННАЯ ОСНОВА УЧЕНИЯ О КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ

*Если зодчий видит прочность основания,
он пользуется им для нового здания...
Мир нуждается не в новых элементах,
но в новых сочетаниях.*

Из Агни Йоги

Есть люди, действенная жизнетворческая мощь которых возносят сознание общечеловеческое высоко над пределами обыденных представлений. Звёздами первой величины освещают они наш путь.

В завершении второго тысячелетия от Рождества Христова космос душ человеческих озарило созвездие Рерихов: Елена Ивановна, Николай Константинович, Юрий Николаевич, Святослав Николаевич... Они стали провозвестниками Новой Эпохи в эволюции планеты. Их семья-ашрам — воплощённый прототип грядущей солнечно-духовной общины. О таких творцах Сказано: *Этим Светоносцам должно человечество уподобиться в своих поисках.*

Действенность их природы, умение создавать вокруг себя высокодуховную атмосферу творчества, эффективность труда в самых сложных условиях, результативность различных благородных начинаний, способность достигать поставленной цели, участвуя в Великой Битве непосредственно, — вот основные качества, присущие всем Рерихам.

Их свершения не вмещаются в рамки обычных возможностей. Земное и надземное творчество этой духовной общины ведёт человечество в грядущее.



Семья Перихов.

В серии *Учителя Жизни* «Библиотеки Культуры Здоровья», издаваемой Международным общественным Движением «К Здоровью через Культуру», вышла в свет книга *Светоносцы*, рассказывающая о священной

миссии Рериховской семьи, жизнетворческом подвиге. Вникнув в его суть, откроем сердца навстречу Огню, возожжённому Е. И. Рерих.



Валентин Серов. Портрет Елены Рерих.

В очерке *Лада* сказано: Лада — древнерусское слово. Как оно отвечает всему строю Елены Ивановны. Так и звали её. Когда Серов работал над портретом, он уверял, что основа её сущности — движение,

устремление. Часто остаётся изумляться, откуда берутся силы. На коне проехала Азию, замерзала и голодала в Тибете, но всегда первая подавала пример бодрости. Чем опаснее, тем бодрее и радостнее. Необычна деятельность нашей вдохновительницы.

В Гималаях Елена Ивановна прошла Огненный Путь преобразования земного творчества в космическое. Осмысление этого Пути изложено в серии книг об Агни Йоге, в трактатах *Основы буддизма*, *Криптограммы Востока*, *Знамя Преподобного Сергия Радонежского*. Восхитительны переводы на русский *Тайной Доктрины* и *Писем Махатм (Чаша Востока)*. Неисчерпаемый клад мудрости — *Письма Елены Рерих*.

Наделённая энциклопедическими познаниями во всех областях духовного, психического и физического здоровья, Е. Рерих давала конкретные и удивительно прозорливые рекомендации по вопросам оздоровления различных сфер жизни, укреплению организма членам семьи, своим последователям. В журнале «Оккультизм и Йога» за 1957 год опубликованы её *Советы для оздоровления жизни*. Представляем часть из них в свободном изложении.

Постарайтесь обрести психическое спокойствие и не загромождайте свой мозг. Читайте медленнее и больше вдумывайтесь. Записывайте приходящие вам мысли и через некоторое время перечитывайте их, чтобы уловить прогресс в ясности понимания и изложения.

Часто подходящие к Сокровенному Учению напоминают студентов-медиков, которые, приступая к изучению заболеваний, начинают ощущать и находить у себя их симптомы. Некоторые люди приписывают себе священные боли и все высокие достижения, о которых читали. Подобные увлечения свидетельствует о наличии таких нежелательных качеств духа, как самомнение и неразвитость распознавания. Без их

преодоления продвижение на духовном плане невозможно. До тридцати лет раскрытие центров без вреда для человеческого организма невозможно. Имею в виду нормальные, здоровые организмы. У медиумов проявления могут быть и раньше.

Не смущайтесь никем и ничем. Как сказано: «Опасность является спасением для многого». Можно даже сказать — чем опаснее, тем лучше. Опасность помогает изживать многие уродства. Будем помнить Кормчего Мирового Корабля и не устрасимся.

Холодный душ при большой нервности может быть вреден. Не насилуйте мозг поздно вечером. Лучше встать раньше и посвятить чтению ранний утренний час. Здоровый сон продолжительностью от шести до восьми часов (в городских условиях) не только полезен, но совершенно необходим, ибо в эти часы тонкое тело человека получает необходимую ему пищу из мира тонкого.

Сонливость может происходить от нескольких причин и нужно в них разобраться. Сонливость часто происходит как от причин космических, так и от соприкосновения с большой вампирической аурой, которая может высасывать энергию до полного истощения сил. Также нередки случаи, когда наша психическая энергия внезапно потребуется кому-либо из близких и, по закону духовного магнита, энергия немедленно поспешит на помощь; при таком отливе её, мы ощущаем сонливость и даже головокружение, а также как бы временное краткое отсутствие.

Тяжкое заблуждение — воздерживаться от помощи своим близким из боязни усложнить личную карму. Если, оказывая помощь, мы и принимаем на себя долю кармы, то она не отяжелит наше духовное развитие — именно оно и определяет карму. Именно отказ в посильной помощи может безмерно отяготить

карму, ибо кто может знать, кому, когда и где он должен уплатить старый долг?

Лишь Архат ведаёт, где он не должен помогать. Нам указано развивать в себе чувство сотрудничества, солидарности и дружелюбия, но нигде не заповедано телесное толкание.

Обмен трудом и взаимопомощь не должны накладываться на нас условных ограничений. Всякое чрезмерное прикрепление к одному месту осуждено. Будда, основоположник Мировой Общины, заповедал своим ученикам не оставаться долго вместе, а постоянно расходиться, посещать новые страны, общаться с разными людьми.

При настоящем уровне сознания человечества, в тесном общежитии неизбежна тенденция к уравниванию, а оно неминуемо растворяет талант в ничтожество, что ведёт к утрате культуры и понижению уровня цивилизации, т. е. к опрощению, и к следующей его стадии — огрубению. Потому община и кооперация должны быть поняты широко и жизненно. Новые научные открытия и сама жизнь подскажут новые формы общения с людьми.

Берегите здоровье токи очень тяжкие. Самая великая польза, которую мы можем принести, состоит в том, чтобы путём расширения сознания, улучшения и обогащения мышления и очищения сердца усилить наши излучения и таким поднятием вибраций оздоравливающе воздействовать на всё окружающее.

Совет о спешности не следует понимать узко. Он относится, прежде всего, к выполнению уже данных заданий и, главным образом, к внутреннему росту и расширению собственного сознания, чтобы понимать смысл совершающегося.

Коричневый газ окутывает нашу планету, и смешение токов тяжело сказывается на чутких организмах. Так ничем не смущайтесь, храните

спокойствие и следите за здоровьем. Приучайте себя к торжественному настроению. Помните о мудрой радости. Фразу *радость есть особая мудрость* любил повторять и Н. К. Рерих.



Портрет Н.К.Рериха кисти Святослава Рериха.

Родился Николай Константинович 9 октября 1874 года в Санкт-Петербурге. В столице окончил Академию художеств в 1897 году, а в 1898 году — юридический факультет университета. В 1924—1928 годах Николай Константинович с группой сотрудников предпринял научно-художественную экспедицию в Гималаи, Тибет, Монголию, Советский Союз, а в 1934—1935 годах — в Манчжурию и Китай.

Николай Рерих в 1942 году был избран в США почётным президентом общественной организации — Американско-русской культурной ассоциации.

Русский мыслитель неизменно связывал понятия культуры и здоровья. Так, послание Вашингтонскому Обществу имени Рериха он озаглавил *Здоровье Духа* и в самом начале поместил текст из Орфического гимна богине здоровья.

Гигея (Гигия) — дочь Асклепия, бога искусства врачевания. Отец Асклепия — Аполлон — один из сынов верховного бога Зевса. Его отец — Кронос, сын Урана (Неба) и Геи (Земли).

*Многоцветущая милая, всеми любимая ты, всецарица,
Слушай, блаженная Гигия, мать для всех, приносящая счастье,
Благодаря лишь тебе, прекращаются заболевания смертных.
Благодаря лишь тебе, каждый дом процветает в веселии многом
И расцветают науки; царица, Космосом всем обладаешь,
Благожеланнейшая, вечно юная... сойди к посвящённым,
ты их покровитель бессмертный.*

Прочитав гимн, Н. К. Рерих пишет: поистине, божественно понимали древние здоровье. Гигия — не начальник медицинского управления, но она даёт здоровье во всём его понимании, т.е. здоровье и тела и духа. Без здоровья духа здоровье тела будет лишь уродством. Опять дух наш устремляется и к свету Аполлона, и к солнцеподобному Митре и к огню—

жизнедателю Зороастру. Тот, кто мыслит о свете, неминуемо приходит к единому Свету.



Статуя Гигии (Эрмитаж).

Завершается послание Рериха знаменательными словами: «Каждый по-своему объединял здоровье тела с крепостью духа. Во имя этой несокрушимой

крепости, во имя неиссякаемых снегов Гималаев, хранящих ценную пыль метеоров — вестников дальних миров, я верю, что вы найдёте в себе всю неисчерпаемость бодрости, терпения и доброй воли, чтобы всемерно послужить великой Культуре».

Ссылаясь на труды великого русского учёного академика В. М. Бехтерева, Николай Константинович в известной своей статье *Парапсихология* указывал следующее: будет ли парапсихология, будет ли наука о мысли, будет ли психическая энергия открыта, ясно одно — эволюция устремляет человечество к нахождению тончайших энергий. Непредубеждённая наука устремляется в поисках за новыми энергиями в пространство — беспредельный источник всех сил и всего познания. Наш век есть эпоха энергетического мировоззрения.



Институт гималайских исследований «Урусвати».

Медицинскому отделу в Гималайском институте принадлежало значительное место. В данном отделе изучались древние методы врачевания и фармакопея, организована была биохимическая лаборатория. В ней исследовались, в частности, средства борьбы против раковых заболеваний.

Сотрудникам медицинского отдела Института за годы его деятельности удалось собрать богатейшие ботанические и зоологические коллекции, местное лекарственное сырье. Полученные в лаборатории растительные экстракты посылались для анализа в ведущие научные центры мира, в том числе в СССР.



Ю. Н. Перих (фото).

Много потрудился директор института Юрий... А сколько трудов положил Святослав и по медицинским экстрактам и по ботаническим собираниям, — писал Н. К. Рерих, — Аюрведа обретает прежнее значение, самые серьёзные специалисты устремляются к древнему наследию.

Сотрудники института гималайских исследований принимали участие во многих международных научных конгрессах. Известные учреждения мира предлагали сотрудничество в организации научных экспедиций, в изучении древних медицинских трактатов Востока, конкретных заболеваний. Крупным знатоком фитотерапии, индо-тибетской медицины стал со временем С. Н. Рерих.



С. Н. Рерих (фото).

Главное — кипевшая в институте Гималайских исследований объединённая творческая мысль, создала мощный энергетический поток, способный вознести сознание человеческое в мир высший, в сферы космотворчества Махатм — Великих Духов Иерархии Света.

Действительный энергетический поток Тары Урусвати и есть Огненное Единение — Агни Йога. Ею духотворили Рерихи, и они сделали всё возможное, чтобы приобщить к ней международное сообщество.

Многое из Рериховского творческого наследия остаётся не исследованным, не применённым в современной жизни. Задача докторов культуры здоровья — изучать и применять на общее благо солнечно-духовного человечества богатейший научно-культурный Дар Рерихов — Елены Ивановны, Николая Константиновича, Юрия Николаевича, Святослава Николаевича. Рериховский подход к явлениям жизни, их стиль духотворчества — действенная основа Учения о Культуре Здоровья, образец для построения всех видов деятельности в Державе Света.

Тара Урусвати — планетарный Логос, Мать духовного этноса. Фуяма — Гуру, духовный наставник человеческого царства. Удрая и Люмоу — духовные покровители взаимодействующих в энергетическом потоке Тары Урусвати. Так сказано об этом в духотворческих текстах В.А.Скумина.

*Когда ногою в Солнце встретимся,
тогда поймём всё величие Космоса.*

Из Агни Йоги

...В СОЛНЦЕ ВСТРЕТИМСЯ

Огненным Путём Ведущей достиг Храма —

Сердца Планеты-Матери.

Радугу сияний вознёс

к Сердцу Пресветлой, Любимой. Встретились!

И осмелился вместе взойти в Алтарь,
 и решился встать во След,
 и дерзнул явиться светилом,
 чтоб в Её Выси осветить Лиц Наивысшего.
 И узрел Лиц, И услышал Голос. И понял Величие.
 Оправдан! Допущен! Утверждён! Сиянием Новым Осиян!
 Стану Светом Опоры Твоей, Владыка!
 И долечу! И встретимся все,
 В СОЛНЦЕ ВСТРЕТИМСЯ...

Николай Константинович Перих
 при земном водительстве Ведущей, Матери Агни Йоги,
 до начала Эры Великого Духа
 прекрасно-сияюще завершил эволюцию
 индивидуальности человека огненного.
 Сознание, одарённое искрой мощи Дайвипракрити,
 сосредоточило предельный объём праны в светосфере огня сердца.
 С Началом Эры Великого Духа
 Фуяма Утверждён в Державе Света
 Служителем Храма Великого Сердца
 УРУСВЯТМ – Планеты-Матери.
 Светло править Службу под Знамением Духа
 в Пространственном Огне Светил!
 Шаинство Космической Любви
 зарождает Сияния Пространственного Огня,
 вселяющего ур-семена Сердца Солнца в Сердце Планеты.
 Сердце Планеты преобразует ур-семена
 в кардиальные огни светотворцов Солнечной Династии.
 Светотворчеством возжигаются огни сердец
 сподвижников Солнечного Пути.
 Сердце Планеты, исполняясь Сияниями,
 созидает мощь энергетических потоков,
 питающих солнечной праной

*сродные огни сердец светотворцев и сподвижников –
огненных воинов Державы Света.*

*Фуяма в Мире Огненном служит Великому Сердцу,
на планете духовной битвы Он –*

Туру-покровитель солнечно-духовного человечества.

*Карма человечества – на весах огня духа Фуямы:
чаша прошлого содержит груз планетного наследия,
чаша грядущего растит солнечные светозёрна.*

*Чашей солнечной сочетается планетарный огонь
с Пространственным Огнём Солнца
и всех Звёзд Красоты Космоса.*

*Гармония планетарного и солнечного планов жизни
в сознании светотворцев и сподвижников
воцаряется созвучием с огнём подвига сердца Фуямы,
воплощающего в жизнь План Космического Сознания.*

*Сознание сподвижников Солнечного Пути –
планетное средоточие духовного сознания человечества.*

Духовное сознание – предтеча огненного.

*Мир солнечно-огненного сознания –
простор светотворчества Солнечной Династии,
энергетически неотделимой от всего сущего в светосферах Солнца.*

*Солнечная психическая энергия светотворцев
одухотворяет и просветляет царства стихий,*

приобщает света их эманаций к

Радуге Света Солнечной Иерархии.

Иерархически сердца светотворцев огнеподобны

Сердцам Отца-Солнца и Матери-Планеты.

*Солнечным Путём подвигаются
вносящие сияния светов огней сердец в Мир Высший.*

В Высшем Мире Держава Света –

солнечная колыбель сынов и дочерей

Космического Разума и Космического Сердца.

Природа сердца – природа светила. Сердце-солнце – царь.

*Царственность – в даянии света и тепла огненной жизни,
в магнетизме привлечения светосотворённых частиц.
Каждая светочастица наделена солнечным естеством.*

*Магнит Разума влечёт к Свету Сердца.
Радостно видеть, как Туру сиянием света сердца
мудро гармонизирует и в единую радугу слагает
света пёстрых огней светлячков
движения к Здоровью через Культуру.
Храм Великого Сердца принимает сияние радуги
в Основание Державы Света Солнца!*



Братья–Покровители.

Приводим текст В.А.Скумина об Удрае.

Выдающееся значение научной и культурной деятельности Юрия Николаевича Рериха на посту директора и ведущего сотрудника института *Урусвати* общепризнано. Нужно ли приводить длинный список работ, запечатлевших его блестящие достижения? Вклад смелого и неограниченного учёного стал бесценным достоянием человечества. Но он лишь эхо, донёсшееся с Выси огненного жизнетворчества Удраи и проявленное одним из земных воплощений этой солнечно-огненной индивидуальности.

Жизнь Ю. Н. Рериха была подобна молнии, что зарождается в небесах, светостремительно проходит через все нижележащие слои и оставляет следы праха на земле. Разве по оставшимся земным следам можно судить о законах и величии Жизни воссиявшего над вами Света?

Объединённая творческая мысль, кипевшая в *Урусвати*, создала мощь энергетического потока. Он возносит солнечно-духовное сознание в сферу космотворчества Тары Урусвати и Махатм — Великих Духов Иерархии Света. Этим энергопотоком ведёт Живая Этика. В нём светотворили Рерихи.

Они сделали всё для приобщения к Свету участников своей духовной общины, международного сообщества. Важно осознать — посланцы Шамбалы оставили нам не только записи и другие материальные предметы, свидетельствующие об их Огненном Опыте. Они создали для духовных последователей единый возносящий энергетический поток, запечатлевший пространственные рекорды их труда и устремивший жизнетворчество в грядущее.

Так сотворён был солнечно-духовному сознанию энергоковчег жизни для полёта в Беспредельность. Объединённые действия рериховцев со временем позволят расширить ковчег идей Агни Йоги до

планетарного уровня и выйти в надземные сферы Космического Разума — Державу Света Солнца.

Прошло время пения дифирамбов Учителям, друг другу, мельтешения на задворках Духа. Противоречия мозгового вмещения Рериховского духовного наследия представителями различных групп свидетельствуют о необходимости сердечного осознания законов Света Духа. Это откроет путь действенного их применения в энергетическом потоке Тары Урусвати.

Учение о Культуре Здоровья объединяет адептов на принятии высокого наследия единой действенной основой всех видов общинного труда. Прикосновение объединённого сознания к Свету энергетического потока Урусвати стало началом просветления и вознесения в Рериховском ковчеге Света Единого Духа. Будущее наше — тайна, сокровенное. Раскрывая тайну, вмещая сокровенное, научимся действовать подобно сердцу-солнцу. Так, как жили и творили Рерихи — в ритме Сердца Урусвати. Ю. Н. Рерих-Удрая заложил магнит энергопотока Урусвати в Москве — сердце России.

Мы полюбили бесконечность самопознания и беспредельность самосовершенствования. Мы знаем, что тьма — это затемнение Света. Потому считаем важнейшим делом практику огненной трансмутации — реальный труд преобразования жизни кардиальным сознанием. Когда мы оздоровим Землю, станет она адамантом в короне Солнца. Свет сознания людского сольётся со Светом Агни. Радостно трудиться на коре планеты, проходить земной путь к Надземному, вводя общинное сознание в энергопоток Урусвати.

Часто в этой земной жизни доводилось нам находиться в местах, энергетически связанных с сокровенным именем — Удрая. И много было сияний сознания, которые запечатлелись в памяти сердца. Приводим пять духотворческих записей В. А. Скумина.

1. Мемориальная квартира-музей Ю. Н. Рериха.

Прошёл через кабинет в смежную комнату, служившую Юрию Николаевичу спальней, и остался наедине с её радужной аурой. В углу блестит золочёная статуя Будды.

Неслышно вошла хозяйка квартиры, молча вложила мне в руку многогранник гималайского хрусталя и тихо вышла. В хрустальных бликах возникли очертания троих молящихся и сошедшего Вестника.

РАДИ БОГА

*Прое истово молились в храме –
служитель, грешник, путник;*

- Пошли Вестника, Господи, чтоб научил служить Тебе;*
- Пошли Вестника, Господи, чтоб спас от греха перед Тобой;*
- Пошли Вестника, Господи, чтоб указал путь к Тебе.*

Явился Вестник Господень, и прервались шипением молитвы:

- Не мешай служить мне, ради бога;*
- Не вводи в грех меня, ради бога;*
- Не сбивай с пути меня, ради бога.*

– РАДИ БОГА.

Вестник — Удрая. Запечатлены имена шипящих, что преградили путь Посланца Шамбалы в Москве, на время омрачив сердце России. Где же были тогда многочисленные «ученики», позже подобострастно отпевавшие его? Хрусталь помнит, елейные голоса бормочут, акультурные сердца тупо молчат.

2. Лумбини у границы Непала с Индией.

Праздник по случаю 100-летия обнаружения места последнего воплощения Владыки Будды. Здесь возведены культовые сооружения, храмы всех бытующих направлений буддизма.

Живу в одном из них — самом старинном. Подобного же вида настоятель предлагает поселиться

при храме навсегда и работать с паломниками-европейцами. Он помнит Рерихов, сожалеет, что Джордж в былые времена отказался от выгодного места в иерархии монастырских чинов.



Лумбини — место рождения Будды.

По соседству с храмом расположился базар. Продаются и книги, на видном месте — увесистый том научных трудов Юрия Рериха. Спрашиваю индус-торговца об авторе. Твердит: «Это наш современный учёный, гражданин азиатской страны. Мы его любим, он рассказывает о красоте жизни».

Какое же земное построение сегодня ближе к истине? — Храм? Базар?..

Чистое поле на горном гималайском плато. Здесь медитирую следующим утром на лучи восходящего Солнца. Явился облик Удраи — брахмачарина.

К СМЯННЮ ВЕЧНОСТИ

Брахмачарина, искавшего Учителя дальних полётов,
 прельщал учитель ползания:

– Нет более приятного движения, чем ползание по земле
 в богатстве, неге и довольстве;
 укажу самое близкое сытое место,
 какая корысть от дали неведомой?
 Лишь ускорил поступь искавший:

– Тысячи тысяч жизней твоих, пресмыкающийся червём в прахе,
 не стоят мига полёта дальнего;
 ты учишь, где ближе проползти по грязи земной к смерти,
 я ищу Стезю Надземную
 К СМЯННЮ ВЕЧНОСТИ.

Удряя нашёл сокровенную стезю Агни Йоги.
 Удряя прошёл Той огненной стезёй через кумирни и
 торжища, через испытания и искушения к Надземному.
 Удряя жизнетворит в Сиянии Вечности.

3. Эльбрус — высочайшая вершина Европы.

Вокруг море величавых гор, сияющих словно
 шлемы небесного воинства, и пронзительно чистое
 фиолетовое небо, обрамлённое радугой солнечного
 спектра. Даже постоянный всё сметающий ветер затих.
 Сердце стремится выше. И заговорил Минги Тау.

ВЫСОКА ВЕРШИНА

– слепой не увидит.

Сокровен Зов – глухой не услышит.

Крута Стезя – слабый не поднимется.

Успел до рассвета дух песнь вознести.

Вершинным вихрем вознеслись огни встретить Луч Учителя.

Учитель не спрашивал – Учитель ведал.

Учитель не приказывал – Учитель доверил.

Учитель радостью новой осенил.

*Учитель Небо новое распахнул.
Учитель Встречу новую назначил –
ВЫСОКАЯ ВЕРШИНА.*

Удряя вместил Луч Учителя Учителей. Удряя достиг Вершины Духовного Знания. Удряя сам стал высочайшим духовным пиком человеческого царства, мощным магнитом, притягивающим духовно зрячих, слышащих, сильных.

4. Высота 12 тысяч метров, экватор.

Борт самолёта. Стюардесса подаёт журнал. Открываю наугад. Вижу портрет Ю. Н. Рериха. Читаю восторженную длинную статью о нём. Заснул. Ночью неожиданно проснулся. В салоне полумрак. Смотрю в иллюминатор.

Внизу в облаках сверкают молнии, бушуют грозы, несётся ураган. Небеса осеняет свет Южного Креста, сияющий на чёрном фоне непроявленного. В кардиальном сознании является ещё одна сокровенная страница жизни Удраи.

ЧТО СУЖДЕНО

Дух, готовый к воплощению, был спрошен Стражем Кармы:

*– Знаешь ли, что мыслям твоим
не суждено быть явленными у них?*

– Знаю, что суждено!

*– Знаешь ли, что словам твоим
не суждено быть понятыми ими?*

– Знаю, что суждено!

*– Знаешь ли, что делам твоим
не суждено совершиться у них?*

– Знаю, что суждено!

– Ради чего идёшь к ним?

*– Ради явления Мысли Высшего иду к ним,
ради понимания Слова Высшего иду к ним,*

*ради совершения Дела Высшего иду к ним.
Обратив ладони к идущему, Страж Кармы молвил:
– Да придёт Высшее и да сбудется всё,
ЧТО СУЖДЕНО.*

Сбудется, обязательно сбудется всё Высшее, суждённое Удрае. Сбудется ныне и вовеки.

5. Новодевичье кладбище — приют праха Ю. Рериха.

Агния наводит порядок, но не может дотянуться до верхушки обелиска.



Памятник на Новодевичьем кладбище.

До блеска протираю её — знак Агни засиял. Поверх кладу цветы. В сердце звучит: *В цветах оседает Небо на Землю.* Вижу распускающийся бутон белого лотоса. В нём — Посланец Небес — Удрая.

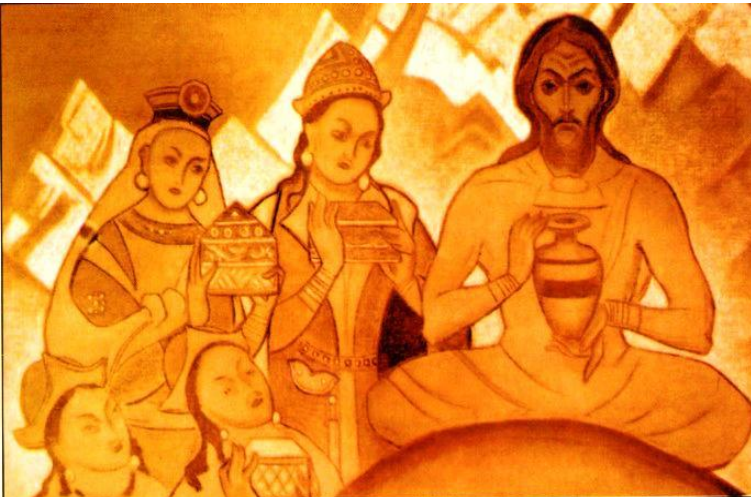
ШЫ – ЯШ

Здравствуй на этой земле, Сын Неба.
 Что ты сжался и плачешь от ужаса здешнего?
 Не час печали рождение твоё – радуйся!
 Что, нависшая тьма и грязь угнетают
 и жизнь тут предстоящая страшит?
 Не жизнь это, лишь подножье её.
 Твой мир, цветок, выше – над землёю.
 Он прекрасен мир суждённый – Надземный.
 Поднимись, вознеси лепестки свои ввысь.
 Ты пришёл сюда отраженьем Его красоты.
 Ты призван украсить собою тлен земли.
 Вот и грязь заискрилась в луче Солнца.
 Так улыбнись земле, устремляясь к Свету.
 Только не к блёстке болотной тянись,
 а к Превышнему Свету – Изначальному.
 Он, Великий, призвал тебя на жизнь.
 Он наделяет силой и зовёт восходить.
 Живи Им, радуйся Им, поднимайся к Нему.
 Он вытащит из грязи, возродит из праха.
 Он не утомится в помощи и не предаст.
 Он любит тебя.
 Возлюби Его превыше всего,
 и рассеются радугой все блики тьмы.
 Ты, цвет земли, не от мира сего, знай.
 И пусть смеются над тобою, Сыном Неба,
 мохнатые кочки и плесень затхлая.
 Смеющиеся сегодня завтра молиться будут.
 Но лишь крепче затворятся Врата
 от хлюпанья и смрада их причитаний.
 Неси же свой чистый Свет неомрачённым.
 Не дай сорвать себя на продажу. Помни:
 ШЫ – ЯШ!

Наш Удрая — Ур-Дхарма-Радж-Агни-Яджна, — Свет Закона Царствующего Агни, творит светоносно в Братстве Агни Йоги как один из Её Ликов — покровитель всех созидающих единую Державу Света, единое солнечно-духовное человечество.

Всем, кто устремится к Свету Закона, дано будет увидеть и услышать Истину глазами и ушами сердца. Друзья, скорее зажигайте сердца! Свет их огней поможет вашему сознанию приобретать духовное знание, жить радостью Общения. В книге *Община* сказано: Если зодчий видит прочность основания, он пользуется им для нового здания... Мир нуждается не в новых элементах, но в новых сочетаниях. Учение о Культуре Здоровья, базируясь на Живой Этике, Рериховском творческом наследии, зиждется также на высших достижениях древних и современных отраслей знания и наук о человеке, его здоровье.

Таким образом, Агни Йога — животворящий дух Учения о Культуре Здоровья, Рериховское творческое наследие — его одухотворённая душа, а неизменно развивающаяся и утончающаяся наука — надёжный каркас, планетарное тело Учения.



Н. К. Рерих. Священный дар, 1924.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Международное общественное Движение «К Здоровью через Культуру» располагает следующими книгами и учебно-методическими материалами:

Афоризмы Агни Йоги / Составитель и автор предисловия В.А.Скумин. — Новочебоксарск: Терос, 1995. — 212 с.

Легенды, притчи, сказания Агни Йоги / Составитель и автор предисловия В.А.Скумин. — Новочебоксарск: Терос, 1995. — 186 с.

Учение Жизни: Хрестоматия. Т.1 / Составитель и автор предисловия В.А.Скумин. — Новочебоксарск: Терос, 1997. — 142 с.

Учение Жизни: Хрестоматия. Т.2 / Составитель В.А.Скумин. — Новочебоксарск: Терос, 1998. — 220 с.

Виктор Скумин. Основы Йоги. — Харьков, 1991. — 54 с.

Скумин В.А. Йога: путь самопознания. — Чебоксары: Кристалл, 1992. — 128 с.

Скумин В.А. Искусство психотренинга и здоровье. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 1993. — 32 с.

Скумин В.А. Йога: путь самосовершенствования. Духовная, психическая, физическая культура здоровья. — Новочебоксарск: Терос, 1994. — 224 с.

Скумин В.А., Бобина Л.А. Пропедевтика Культуры Здоровья. — Новочебоксарск: Терос, 1994. — 192 с.

Скумин В.А. Культура Здоровья — фундаментальная наука о человеке. — Новочебоксарск: Терос, 1995. — 132 с.

Скумин В.А., Ауновская О.К. Светоносцы. — Новочебоксарск: Терос, 1995. — 114 с.

Скумин В.А. И воздвигнем духа сияющий храм: духовность — лейтмотив Культуры Здоровья. — Новочебоксарск: Терос, 1996. — 24 с.

Скумин В.А. Духовное Знание: ноология и культура духовного здоровья. — Новочебоксарск: Терос, 1996. — 24 с.

Скумин В.А. Человек духовный: роль культуры духовного здоровья в утверждении новой человеческой расы на планете. — Новочебоксарск: Терос, 1996. — 24 с.

Скумин В.А. Ступени и тернии духовного роста: Учение Культуры Здоровья об основах ноодиагностики. — Новочебоксарск: Терос, 1996. — 24 с.

Скумин В.А. Развитие духовности: ведущие средства Культуры Здоровья для выявления духовного потенциала индивидуальности. — Новочебоксарск: Терос, 1997. — 28 с.

Скумин В.А. Праздники Духа: важнейшие памятные дни для адептов Культуры Здоровья. — Новочебоксарск: Терос, 1997. — 32 с.

Скумин В.А. Свет Мудрости: о Духовном Университете Миссия Агни Йоги — ДУМАЙ. — Новочебоксарск: Терос, 1997. — 28 с.

Скумин В.А. О былом и грядущем: медитационные притчи. — Новочебоксарск: Терос, 1997. — 40 с.

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

Скумин В.А. Культура Здоровья. Избранные лекции. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2002. — 264 с.

Скумин В.А. Молитвы, гимны, притчи Культуры Здоровья. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2002. — 55 с.

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

Скумин В.А., Бобина Л.А. Культура и здоровье — определение и синтез понятий. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2011. — 40 с.

Скумин В.А., Бобина Л.А. Концепция Учения о Культуре Здоровья. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2012. — 36 с.

Скумин В.А., Бобина Л.А. Духовная основа Учения о Культуре Здоровья. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2012. — 52 с.

Ауновская О.К. Музыка Сфер. — Чебоксары: Кристалл, 1992. — 96 с.

Ауновская О.К. Белый Лотос. — Новочебоксарск: Терос, 1995. — 88 с.

Ауновская О.К. Звёздные Руны. — Новочебоксарск: Терос, 1997. — 130 с.

Ауновская О.К. Чаша Амриты. — Чебоксары: Терос, 1999. — 152 с.

Ауновская О.К. Серебряный Мост. — Новочебоксарск: Терос, 1999. — 144 с.

Ауновская О.К. Песнь песней. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2003. — Т. 1 — 528 с., Т. 2 — 660 с.

Ауновская О.К. Жемчужина Мира. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2004. — 176 с.

Ауновская О.К. Сияние Космической Любви. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2005. — 132 с.

Ауновская О.К. Восьмой Цвет Радуги. — Новочебоксарск: К Здоровью через Культуру, 2008. — 156 с.

Ауновская О.К. Колокол Мироздания. — Новочебоксарск: К Здоровью через Культуру, 2008. — 192 с.

Ауновская О.К. Светотаинство. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2009. — 240 с.

Ауновская О.К. Солнце в Зените. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2009. — 176 с.

Ауновская О.К. Под знаменем Духа. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2009. — 208 с.

Ауновская О.К. Песнь песней. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2009. — Т. 3 — 640 с.

Ауновская О.К. Песнь песней. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2010. — Т. 4 — 748 с.

Ауновская О.К. Серебряный Лотос. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2010. — 160 с.

О речи устной и письменной / Составитель *Л.А.Бобина* — Новочебоксарск: Терос, 1995. — 36 с.

**Журнал «К Здоровью через Культуру». — 1995,
№ 1. — 120 с.:**

Скумин В.А. Привет сердца.

Скумин В.А. Культура Здоровья — наука Грядущего.

Ауновская О.К. Истина, ты чаша неотпитая.

Хатавнёва Р.У. Штрихи жизни.

Степаненко И.Ю. Лейся, Свет, впереди!

Матушек Е.Ф. Да святится вовеки.

Бондарев С.А. Моим Учителям.

Бобина Л.А. Психологический аспект воспитания культуры здоровья у детей и подростков с пограничными психическими расстройствами.

Скумин В.А. Агни Йога как метод реабилитации человеческого духа.

Устав Международного Университета Культуры Здоровья.

Программы изучения Культуры Здоровья в Университете.

**Журнал «К Здоровью через Культуру». — 1996,
№ 2. — 112 с.:**

Устав Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру».

Гимн «К Здоровью через Культуру».

Степаненко И.Ю. Опыт постижения Гимна В.А.Скумина «К Здоровью через Культуру».

Хатавнёва Р.У. Штрихи жизни.

Ауновская О.К. Память сердца.

Скумин В.А. О былом и грядущем.

Наши публикации.

Хроника событий Движения.

**Журнал «К Здоровью через Культуру». — 1997,
№ 3. — 72 с.:**

Дхаммапада (фрагменты).

Gyan Jyoti Kansakar. Культура Здоровья расширяет горизонты.

Ауновская О.К. Пришёл учёный, смелый и неограниченный.

Островидова Л.А. Призыв.

Коваленко Т.А. Свет в себе утвердим.

Бондарев С.А. Радость надежд.

Новиков М.Ю. Пусть горы послужат Культуре Здоровья.

Divakar Nakarmi. Гималаи приветствуют Культуру Здоровья.

Хатавнёва Р.У. Кубань приобщается к Культуре Здоровья.

Ауновская О.К. Новые друзья Движения в Крыму.

Визит в Лумбини.

Приложения.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 1998, № 4. — 168 с.:

Скумин В.А. Материалы к изучению Базисного ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья.

Первые шаги в освоении Базисного ноопсихофизического Комплекса профессора В.А.Скумина.

Бурных Н.М. Подвижник Культуры Здоровья — странник Светлого Града.

Степаненко И.Ю. Попытка постижения некоторых аспектов творчества профессора В.А.Скумина.

Габуня Т.Г. Ноопсихофизическое обоснование роли культурно-оздоровительного туризма в оздоровлении и одухотворении жизни.

Юрченко Н.В., Харченко А.А., Овчарова А.Т., Завадская М.А., Билык З.В., Зайдман В.Н. Семь дней с Учителем.

Ауновская О.К. Щедрый цвет.

Тютюников Е.Я. У сердца есть Огонь.

Степаненко И.Ю. Радость восхождения.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 1999, № 5. — 108 с.:

Скумин В.А. О ноопсихофизических Комплексах Культуры Здоровья.

Скумин В.А. Примерный учебно-тематический план курса «Культура духовного здоровья».

Гурьев В.К., Ещенко И.И. Гигиена зрения в системе Культуры Здоровья.

Ауновская О.К. Гаутама Будда.

Степаненко И.Ю. Ода Культуре Здоровья.

Ауновская О.К. В.А.Скумину.

Ауновская О.К. Соратникам по Движению «К Здоровью через Культуру».

Наша информация.

Шестой, седьмой и восьмой выпуски журнала посвящены творчеству О.К.Ауновской, Поэтессы Культуры Здоровья, старшего представителя в городе Киеве Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру», лауреата Международной премии имени Николая Рериха:

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2000, № 6. Триединство. — 116 с.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2001, № 7. Созвучия духовной лиры. — 92 с.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2002, № 8. Адамант. — 96 с.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2003, № 9. — 68 с.:

Виктор Скумин. Удрая — наш Духовный Наставник.

Ауновская О.К. Попытка поэтического восприятия энергетики ноопсихофизических Комплексов Культуры Здоровья.

Степаненко И.Ю. Музыкальная интерпретация избранных страниц Учения Культуры Здоровья.

Васильева Л.И. Психологические аспекты буддизма в свете Учения Культуры Здоровья.

Габуня Т.Г. Наш Учитель.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2004, № 10. — 36 с.:

Виктор Скумин. Россия.

Ауновская О.К. Света́ Огней, Тобою возожжённых, Тебе, Наставник!

Виктор Скумин. Фуяма.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2005, № 11. — 80 с.:

Виктор Скумин. Солнечный Путь Учения Жизни.

Тихонов А.Н. Программа «Школа Культуры Здоровья».

Тихонов А.Н. Безопасность жизнедеятельности в свете Доктрины Культуры Здоровья.

Тихонов А.Н. Культурно-оздоровительный подход к изучению и предупреждению некоторых заболеваний человеческого организма.

Ауновская О.К. За Высью — Высь.

Калинина Н.М. Солнечный маршрут.

Степаненко И.Ю. И радость, и мечта, надежда, вера.

Колесник В.Н. Сказ о приходе в Движение.

Виктор Скумин. Роль ноопсихофизических Комплексов Культуры Здоровья в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Официальная информация.

Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2006, № 12. — 80 с.:

Виктор Скумин. Роль Базисного ноопсихофизического

Комплекса Культуры Здоровья (БНПФК) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Калинина Н.М. «Я жизнь свою в Путь Солнца претворю: Начало».

Островидова Л.А. Перспективы активного участия Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру» в решении актуальных культурно-оздоровительных задач на территории Российской Федерации.

Ауновская О.К. Слово о числах.

Колесник В.Н. Песнь сердца.

Виктор Скумин. Роль Утреннего ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья (УНПФК) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Официальная информация.

Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2006, № 13. — 80 с.:

Второй национальный конгресс.

Виктор Скумин. Роль ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья Сурья Видья (НПФКСВ) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Бобина Л.А. Перспективы применения церебрального нейропротектора в лечении астении.

Васильева Л.И. Духовно-историческое единство полуостровов Крым и Индостан в аспекте задач Культуры Здоровья.

Колесник В.Н. Способ приготовления и применения продукта питания Культуры Здоровья «Светорада».

Губенко О.Д. Актуальные соматоневрологические и психосоматические аспекты оздоровления в свете Доктрины Культуры Здоровья.

Виктор Скумин. Роль ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья Шива Крийя (НПФКШК) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Официальная информация.
Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2007, № 14. — 80 с.:

Очередной Съезд Движения.

Виктор Скумин. Роль ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья Белый Лотос (НПФКБЛ) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Тихонов А.Н. Культура Здоровья в школе.

Тихонов А.Н. Культурно-оздоровительный подход по предотвращению проявления в молодёжной среде негативных факторов.

Ауновская О.К. Гомеопатический подход к профилактике и лечению распространённых заболеваний в аспекте Культуры Здоровья.

Виктор Скумин. Роль ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья Падма Чакра (НПФКПЧ) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Официальная информация.

Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2007, № 15. — 80 с.:

Виктор Скумин. Роль Вечернего ноопсихофизического Комплекса Культуры Здоровья (ВНПФК) в развитии солнечно-огненного потенциала человека.

Губенко О.Д. Кардио-церебральные корреляции человеческого организма в свете Доктрины Культуры Здоровья.

Ауновская О.К. Актуальные биологические аспекты здравоохранения в свете Доктрины Культуры Здоровья.

Тихонов А.Н. Человечество само создало и увеличило свои болезни.

Тихонов А.Н. Поступок.

Виктор Скумин. Солнечно-духовное осознание сердца.

Официальная информация.
Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2008, № 16. — 100 с.:

Виктор Скумин. Заповеди солнечного духотворчества человека духовного.

Людмила Бобина. Аутогенная тренировка и её практическое применение.

Лидия Островидова. Духотворческий подход к проблеме совершенствования защитных и приспособительных сил человека.

Андрей Скумин. «Нарисую я солнце на небе...».

Виктор Скумин. Солнечно-духовная жизнь сердца.

Официальная информация.

Устав Международного общественного Движения «К Здоровью через Культуру».

Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2009, № 17. — 84 с.:

Присуждение Международной премии имени Николая Рериха.

Виктор Скумин. Практика огненной трансмутации: огонь центров.

Светорада Колесник. Чёрное море в свете Доктрины Культуры Здоровья.

Александр Тихонов. Культурно-оздоровительный подход к решению медико-социальных и педагогических аспектов формирования гражданского общества в Российской Федерации.

Ольга Ауновская. Праздники Духа.

Виктор Скумин. Практика огненной трансмутации: первый Солнечный ноопсихофизический Комплекс Культуры Здоровья (1СНПФК).

Официальная информация.

Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2010, № 18. — 92 с.:

Ауновская О.К. Гимн Красоте.

Васильева Л.И. Посвящение памяти Ольги Ауновской

Скумин В.А. Практика огненной трансмутации: огонь духа.

Бобина Л.А. Синдром Скумина как нозологическая форма.

Сергеева Н.Л. Размышления о Культуре Здоровья.

Тихонов А.Н. Оздоровительное дыхание.

Островидова Л.А. Влияние биоритмов на биологические системы.

Шумилова Н.В. Применение эфирных масел в Культуре Здоровья.

Ёлкина Н.Г. О здоровье.

Ауновская О.К. Избранное.

Скумин В.А. Практика огненной трансмутации: второй Солнечный ноопсихофизический Комплекс Культуры Здоровья (2СНПФК).

Официальная информация.

Библиотека Культуры Здоровья.

Журнал «К Здоровью через Культуру». — 2011, № 19. — 88 с.:

Скумин В.А. Практика огненной трансмутации: огонь сердца.

Васильева Л.И. Культурно-оздоровительный аспект единства духовного развития различных стран и народов.

Губенко О.Д. Секреты здорового сердца в свете Доктрины Культуры Здоровья.

Скумин В.А. Практика огненной трансмутации: третий Солнечный ноопсихофизический Комплекс Культуры Здоровья (3СНПФК).

Официальная информация.

Библиотека Культуры Здоровья.

ОГЛАВЛЕНИЕ

От издательства	3
Действенная основа Учения о Культуре Здоровья	7
Приложения	32

Серия: ОСНОВЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Часть 1. Учение о Культуре Здоровья
как мировоззрение

ВЫПУСК 4

**Виктор Андреевич Скумин
Людмила Анатольевна Бобина**

**ДЕЙСТВЕННАЯ ОСНОВА
УЧЕНИЯ
О КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ**

Н/К. Сдано в набор 18.04.2012.
Подписано в печать 23.05.2012.
Формат 60x90/16. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 2,75. Тираж 300 экз.

Отпечатано в издательстве Региональной организации
Международного общественного Движения
«К Здоровью через Культуру» в ЧР.
Россия, 428000, г. Чебоксары.