

**В. А. СКУМИН
Л. А. БОБИНА**

**НАУЧНАЯ 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 5

В. А. СКУМИН

Л. А. БОБИНА

**НАУЧНАЯ 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.

Научная основа Учения о Культуре Здоровья. Учебное пособие. — Чебоксары: Международное общественное Движение «К Здоровью через Культуру», 2012. — 48 с., с илл. Серия: *Основы культуры здоровья. Выпуск пятый.*

ISBN 978-5-88167-040-5

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 всех, устремлённых к постижению и жизнотворческому 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 978-5-88167-040-5

© 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*



В.А.Скумин, 1968 г.

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 общеупотребительными.

Написаны статьи, монографии, диссертации, тексты в Интернете, и т. д. В них авторы — врачи, педагоги, психологи, служители религиозных культов, политики, философы, представители самых различных слоёв населения — излагают своё видение 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, то с валеологией, то с санологией, то 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, 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.

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 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).*

НАУЧНАЯ ОСНОВА УЧЕНИЯ О КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ

*Наука должна укрепить пути
к высшему познанию.
Из Агни Йоги*

Человек является предметом изучения для сотен разных научных дисциплин. Из них порядка трёхсот — гуманитарно–культурологические, а около пятисот — естественнонаучные.

Учение проф. В. А. Скумина о Культуре Здоровья объединяет элементы познания Жизни, запечатлённые в высших достижениях древних и современных наук и сфер знания о человеке, его культуре и здоровье. Это создаёт возможность постоянного совершенствования, обновления Доктрины как в теоретическом, так и в практическом аспектах.

Особо тесно связано Учение о Культуре Здоровья с педагогикой — наукой о методах воспитания и обучения людей, с психологией, исследующей законы и проявления психической деятельности, с экологией, изучающей проблемы взаимоотношений человека и среды его обитания. Трудно назвать отрасль знания, науку о человеке, о человеческом царстве и сферах его обитания, которая не была бы связана с Доктриной Культуры Здоровья.

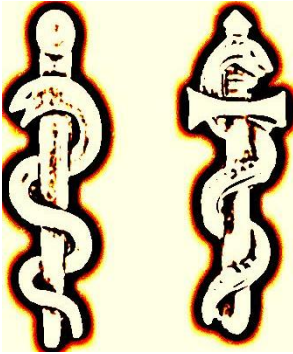
Соответственно, выделяются педагогический, психологический, экологический и иные аспекты Учения о Культуре Здоровья как интегральной отрасли знания. Немало общих граней с культурологией, философией, этикой, эстетикой, социологией. Также с биологией, антропологией, этнографией, историей,

искусством, физической культурой, с валеологией. Особенно прочно взаимодействие с медицинскими науками.

Одним из символов медицины и поныне служит посох Асклепия-Эскулапа, которого в греко-римской культуре почитали как сына Аполлона, бога Света и Истины. И в современной культурной традиции людей, имеющих высшее медицинское образование, порою величают эскулапами.



Асклепий (Эскулап).



Посох Асклепия.

В кельтской культуре бог-покровитель искусства врачевания Диан Кехт изображается, обычно, с мечом и огромной пиявкой в руках.



Природное Лечение.

Учение Скумина о Культуре Здоровья открывает возможность каждому человеку постигать природную мудрость искусства духовно, психически и физически здоровой жизни, овладевая вместе с тем конкретными научно обоснованными методами оздоровления. Такой подход издавна присущ восточной медицине. Да и на Западе возникали близкие по духу методологические подходы и направления.

Во второй половине XIX — в начале XX веков получила некоторое распространение так называемая христианская наука — своего рода религиозный метод врачевания. О нём упоминала в трудах своих Елена Ивановна Рерих.

В середине XX века сформировалась концепция логотерапии, исходящая из того, что бытие развитого гармонично человека должно характеризоваться тремя обязательными качествами — духовностью, свободой и ответственностью. Многие болезни связаны с утратой человеком смысла жизни. Поэтому индивиды с такими нарушениями нуждаются не столько в учёном медике, сколько в гуманном наставнике. В ходе лечебного взаимодействия, основанного на интуитивном видении ситуации и взаимопроникновении сознаний лечащего и лечаемого, логотерапевт призывает пациента к гордости духа, помогает обрести духовную бодрость, чувство юмора, учиться преодолевать разнообразные жизненные невзгоды.

В последние десятилетия успешно применяется терапевтическая система Зен, основанная на лечебном влиянии природы на человека, лечебном воздействии психофизического труда для мобилизации душевной деятельности больного, принятии во время процедур определённой позы.

Получают научное обоснование такие лечебные методики, как музыкотерапия — использование ряда музыкальных произведений с терапевтической целью;

хореотерапия — использование хореографического искусства для оздоровления; психодрама, основанная на приёмах театрального действия для избавления от недугов; терапия творчеством.

Творчеством, как известно, называется такая деятельность, в процессе которой рождается нечто качественно новое, отличающееся оригинальностью, неповторимостью некой общественно-исторической уникальностью.

Московской психотерапевтической школой было научно доказано, что специалист средствами духовной культуры может помочь пациентам осознанно обретать своё место в реальном мире, творчеством раскрывать их собственные духовные резервы. Установлено, что врач, который сам не пользуется богатством духовной культуры, не способен применять терапию творческим самовыражением. Указанный вид медицинской помощи требует от врачей неперемennого совершенствования в культуре, в собственном нравственном развитии. Для медицины ущеpбно не применять в лечении богатства культуры, художественный опыт человечества — так полагают учёные, применяющие метод психотерапии творческим самовыражением.

Методы эмоционально-стрессовой психотерапии, получившие достаточно широкое распространение в конце двадцатого века, их авторы характеризуют как апеллирующие к духовным компонентам личности, возвышающие её и пробуждающие в лечащихся людях внутреннюю потребность в самосовершенствовании. Духовность определяется как нравственно-моральный, этический, идейный, уровень личности. Основную лечебную задачу эмоционально-стрессовой терапии её поборники видят в пробуждении у пациентов высоких устремлений, интересов и своеобразного «фанатизма цели». Это способствует успешному противостоянию душевным и телесным недугам.

Тело человека, по данным современной науки, состоит из многих десятков триллионов клеток, каждая из которых представляет собою сложно устроенный самостоятельный организм. В книге *Братство* сказано: «Множество клеток организма находится в спящем состоянии. Пробуждение их сделало бы человека светящимся и летающим». Философия буддизма утверждает, что обычный человек есть один Будда, а Будда — это семь Будд в одном. В этой аллегорической формуле заключена информация о том, что в человеке заложены семь принципов, один из которых — высший. Когда остальные шесть будут возвышены до его состояния, человек станет просветлённым. Произойдёт трансмутация всех принципов до уровня Будды.



Вознесённый Будда.

Одна из философских притч освещает ту грань семеричной сущности человека — степень широты сознания, которая обуславливает ролевое поведение человеческой индивидуальности в земной жизни.

СВОЙ КАМЕНЬ

Некто повстречал семерых строителей,

переносивших камни.

«Что делаете вы?» – спросил.

Отвечали по-разному:

Первый – камни таскаю.

Второй – пропитание добываю.

Третий – деньги делаю.

Четвёртый – работу выполняю.

Пятый – строительство веду.

Шестой – храм возвожу.

Седьмой – Господу служу.

Так каждый нёс

свой Камень.

В первом из строителей главенствует принцип Стхула. Его стхулическое (плотное) тело и таскает камни, неведомо зачем. Благо, волею судьбы, оно участвует в добром деле. Но с тем же усердием оно будет таскать по чьему-то приказу снаряды к пушке, отраву к источнику и т. п. Это низший, наиболее примитивный уровень участия в жизненном процессе. По уровню развития сознания — это homo mineralis, минералочеловек: «Приказано носить, и я ношу».

Второй строитель носит камни ради пропитания. В подобном организме доминирует принцип Линга. Лингическое тело действует у всех живых существ, воплощённых в биологические формы. Ведь все они неустанно добывают питательные вещества. Причём второй, более высокий принцип, всецело подчинён

первому и оба они находятся в услужении у некоего, зачастую неведомого, хозяина — того, кто кормит. Остальные принципы вовсе не проявлены в сознании *homo floris*, растениечеловека.

Третий строитель определил своей целью деньги. Они есть некий эквивалент земного психофизического труда, осязаемая и условная мера сил. Разные земные предметы, дела люди привыкли оценивать в неких общепринятых символах. Их роль могут выполнять ракушки, стекляшки, как у папуасов времён Миклухо-Маклая, или золото, банковские счета, как в обществе современном. У третьего строителя уже проявлены три принципа — Стхула, Линга, Прана. Праническое тело *homo animalis*, зверочеловека, уже оформлено, но оно ещё грубое, низкое, почти как у животных и проявляет себя посредством врождённых импульсов, исходящих от предыдущих принципов.

Уровень сознания четвёртого строителя выявляет способность к абстрагированию до понятия работы как таковой. *Homo laborans* — человек трудящийся — уже ощущает внутреннюю потребность в труде. Такой индивид обладает душой, способной принять активное участие в жизни не только плотного, но и тонкого мира в своём в той или иной мере развитом тонком теле. И если Кама–Манас камического тела сможет устремить энергетические структуры организма к Миру Высшему, то тем будут созданы условия для слияния свободной воли такой индивидуальности с Божественной Волей и проявления в сознании пятого принципа.

Пятый труженик — это *Homo sapiens*, человек разумный. Он лично устремлён к строительству, может открыть творческим трудом доступ к энергетическому каналу пятого принципа — Манаса. Разум человека по мере развития своего может приобрести способность к сознательному общению и сотрудничеству с Разумом Космическим. Именно благодаря развитому интеллекту

такая особь из пассивного объекта эволюции может превратиться во все более активного её субъекта, соединяя личное и общинное человеческое сознание с Космическим.

Для шестого строителя осознанной целью жизни является возведение храма. Он ощущает живущего в его сознании светотворящего Буддхи. Пребывая в мире земном и обладая физическим телом, он так же, как и все другие труженики, таскает камни, добывает пропитание, получает плату, изо дня в день выполняет работу, ведёт строительство. Это человек духовный шестой субрасы солнечно-духовного этноса, сотрудник Иерархии Света. Когда он обретёт достаточный опыт, научится делать всё необходимое для построения храма и построит его, то получит доступ к познанию Бога в самом себе и во всём. Тогда жизнь становится сознательным служением Господу.

Когда в сознании проявится активность седьмого, высшего, принципа — Атма, олицетворяющего Творца Космических Законов, — тогда сотрудник достигнет наивысшего в царстве человеческом статуса. Станет Архатом, у которого семь Будд в одном, обладателем абсолютного здоровья, носителем истинной культуры, воплощающим гармонию всех ста восьми центров своего организма. Он — человек солнечно-огненный — принадлежит к седьмой субрасе седьмой коренной расы — Ното dei, богочеловек, управитель стихии огня.

Человек, — утверждает Живая Этика, — сможет освободиться от заблуждений, страданий, болезней путём достижения высокой мудрости и истинного знания, рассеивающих тьму его неведения. Для достижения здоровья, истинного бессмертия, то есть для сохранения самосознания на всех планах бытия (ведь человека в бессознательном состоянии нельзя признать здоровым) необходимо в физическом теле

соединить четвёртый, пятый, седьмой принципы и слить их в шестом — Буддхи, Свете Творца.

Все разновидности проявлений Буддхи должны быть трансмутированы и гармонизированы. Это по силам лишь человеку солнечно-духовному. Помогает обрести такой статус Учение о Культуре Здоровья. Каждый имеет право взять свой камень и достойно нести его от воплощения к воплощению, посвятив себя построению Храма прекрасно-сияющего, великому служению, сознательному участию в Таинстве Светотворчества.



Таинство Светотворчества.

Указано Учителем Учителей, что человечество придёт к Агни Йоге через науку, и только разумное сотрудничество всех наук даст понятие о единстве знания. Роль науки в жизни, дальнейшей эволюции человеческого царства может быть переосмыслена на основе Рериховского подхода к жизни и одухотворена с позиций положений Живой Этики. Поскольку, как Сказано, *книги, лишённые духа, психической энергии и огня космического, не могут дать ту науку, которую нужно дать человечеству*. Конечно же, создание такой науки потребует усилий большого коллектива.

В книгах Агни Йоги, писала Е. И. Рерих, в сжатых формулах собраны знания, накопленные веками многосторонних опытов. Вдумчивый ученик найдёт в них ответы на проблемы жизни, освещённые с разных сторон, так же как и много конкретных указаний по всем отраслям науки. Правильный подход к науке может быть лишь после твёрдого и всестороннего усвоения Живой Этики. Мы, — продолжает далее Елена Ивановна, — готовы приветствовать все отрасли науки и знания, особенно когда они лишены предрассудков, предубеждений, суеверий, которые в науке могут быть ещё страшнее, чем в религии. Освободиться от них можно лишь путём Учения, ясно и твёрдо указующего лестницу восхождения к истинному знанию.

Предубеждения, суеверия, предрассудки есть и в научных, и в религиозных поисках. Особенно, когда сами ищущие вместо поиска истины устремляются к самоутверждению за счёт коллег и борьбе с ними, а не с общим недругом — невежеством. *Религия должна стать научной, а наука духовной*.

Учение проф. В. А. Скумина о Культуре Здоровья позволяет научно приобщаться к духовности и духовно к науке, направляя энергии духа, души и тела к Миру Высшему, на общее благо всего сущего. Истинное здоровье обретается в служении Свету.

Может ли человек быть здоровым среди больной природы и в больном обществе? В перспективе всё-таки сможет. Нужно научиться взаимодействовать со светлыми, здоровыми силами в природе и обществе, овладеть способами преодоления нообиосоциального хаоса и его последствий. Учение о Культуре Здоровья служит полем общинного труда для всех, стремящихся к усовершенствованию, испытывающих внутреннюю потребность активного участия в оздоровлении жизни на началах духовности, красоты, гармонии.

Культура здоровья предопределяет образ жизни, *modus vivendi*, как отдельного человека, так и той или иной малой и большой социальной группы, всего планетарного сообщества.

Социология рассматривает понятие *образ жизни* как интегральную категорию, включающую уровень, качество, уклад, также стиль жизни. *Уровень жизни* определяется общественной системой и одновременно является одним из её выражений. Понятие *качество жизни* выражает степень духовной и социальной свободы, специфику культурных ценностей и служит комплексным показателем физического, психического и социального благополучия. Болезнь влияет на все параметры качества жизни.

Различные нарушения здоровья, по В.А.Скумину, обусловлены факторами, которые связаны с духовным несовершенством, повреждением, либо извращением; с психическим несовершенством, повреждением, либо извращением; и с биологическим несовершенством, повреждением, либо извращением. Возможно также сочетанное действие патогенных факторов. Болезнь может возникнуть и вследствие дисгармонии духовной, психической, биологической структур организма.

Любой недуг, независимо от того, какова его природа, ставит заболевшего в особые жизненные обстоятельства, то есть создаёт особую объективную

социальную ситуацию развития всей его жизни, требующей особого её уклада, стиля не только от самого заболевшего, но и от его близких.

Помимо лечения самого заболевания, устранения причин, его вызвавших, необходим и особый подход к воспитанию культуры здоровья, зависящий как от нозологической формы той или иной патологии, так и от индивидуальных особенностей организма человека, духовной, психической и физической составляющих его естества.

Культура здоровья — это эталон естественного поведения. Осваивая её, человек солнечно-духовный учится современно жить в современном мире. Формируя адекватный взгляд на мир и на себя в нём, он вписывается в конкретную биосоциальную среду и, исследуя её и себя в ней, совершенствуется сам и участвует в оздоровлении окружающего мира.

Человек, прежде всего, есть живое, природное существо. Он обладает пластичностью, несёт на себе следы биогенетической и культурной эволюции. Важнейшие атрибутивные качества человека — это его духовность, разумность и ответственность. Индивид отражает в себе прошлое, настоящее и будущее, воссоздавая в собственной практике достижения цивилизации, меняя, развивая себя и окружающее.

Успешное освоение культуры здоровья требует методологического подхода. *Методология* — это учение о научном методе познания, принципах и способах организации в какой-либо сфере человеческого бытия теоретической и практической деятельности. К труду культурно-оздоровительному приложимы те категории, которые характеризуют структуру любого дела — его идейную направленность, цель, мотивы, потребности, средства, результат.

Общая идея деятельности специалистов культуры здоровья — гармоничное развитие индивидуальности, всего общества, устранение причин и последствий

нообиосоциального хаоса. Для достижения результата необходимо вырабатывать в сознании потребность в культуре здоровья. Наличие потребности определит и цель — духовное, психическое, физическое здоровье. Мотивы же деятельности возникают, формируются и развиваются под влиянием общего развития личности, в связи с накоплением реальных знаний, навыков, умений, опыта.

Мотивация к освоению основ культуры здоровья обусловлена потребностями, например, потребностью ощущать радость бытия, познать и усовершенствовать себя, сохранить и укрепить здоровье, предупредить нарушения, повысить трудоспособность, развлечься. Мотивы могут быть также эстетическими — хорошо выглядеть, иметь стройную фигуру; этическими — не быть обузой близким из-за бескультурья и болезни, вносящих дисгармонию в жизнь.

Средствами освоения культуры здоровья служат духовный, психический и физический труд, различные ноопсихофизические комплексы упражнений, способы оздоровления духа, души и тела, правильные навыки гигиены, питания, трудовой и досуговой деятельности. Достижимый результат имеет значение для отдельной личности, для семьи, для общества в целом.

В структуру деятельности специалистов культуры здоровья входят шесть функций, обеспечивающих успешность труда: 1) развивающая, 2) проективная, 3) организаторская, 4) познавательная, 5) ценностно-ориентационная, 6) коммуникативная.

Развивающая функция двуедина и направлена на то, чтобы: 1. Вооружать население знаниями в сферах Учения о Культуре Здоровья и актуальных аспектов оздоровления их жизни; 2. Формировать у людей потребность к неустанному духовному, психическому, физическому совершенствованию, к систематическому применению адекватных методов и приёмов духовной, психической, физической тренировки.

Проективная функция работы реализуется в трёх основных направлениях: 1. Подбор материалов для обеспечения процесса обучения с учётом возрастных, половых, этнических и других особенностей людей, их действительных возможностей; 2. Планирование и построение хода освоения культуры здоровья с учётом его эффективности; 3. Планирование индивидуальных и групповых занятий по овладению практическими навыками, комплексами культуры здоровья.

Организаторская функция состоит в следующем: 1. Управление процессом проведения мероприятий по приобретению навыков культуры здоровья; 2. Помощь подопечным в ходе выполнения ими самостоятельных занятий; 3. Организация работы в разных условиях — культурно-оздоровительных центрах, клубах, школах, домах отдыха, санаториях, общежитиях и т.п.

Суть познавательной функции: 1. Постоянное углубление и расширение специальных познаний по комплексу проблематики культуры здоровья, смежным наукам; 2. Овладение новыми методами исследования и их применение при воспитании культуры здоровья; 3. Углубление и расширение своей профессиональной компетенции преподавателя, умение анализировать свой опыт и достижения коллег.

Сущность ценностно-ориентационной функции: 1. Совершенствование знаний о динамике ценностных ориентаций, необходимых для воспитания культуры здоровья в разных общественных группах; 2. Развитие интересов, вкусов, идей, убеждений, способствующих оздоровлению; 3. Воспитание мотивов поведения и намерений успешно решать задачи, связанные с освоением Учения о Культуре Здоровья.

Коммуникативная функция работы специалиста реализуется через: 1. Постоянное пополнение знаний о коммуникативной деятельности в процессе обучения культуре здоровья; 2. Овладение новыми культурно-

оздоровительными методами; 3. Углубление знаний об индивидуальных особенностях подопечных, состоянии их здоровья, акцентуациях характера, специфических нюансах духовного склада.

В книге *Озарение* сказано: «Грамотный буквою может действовать лишь на поверхности Земли, — грамотный духом может действовать вне границ». Для этого требуется ноологический подход к пониманию жизни и роли в ней Учения о Культуре Здоровья.

Профессор В. А. Скумин определил *ноологию* как сферу Знания, объединяющую на духовной основе все системы постижения действительности — направления, отрасли науки, искусства, прочие способы отражения в человеческом сознании разнообразия проявлений огненного жизнетворчества Мыслеосновы Света Духа.

Термин *ноология* образован от корней: *ноус* — духовная душа и *логос* — понятие, слово. Они довольно удачно отображают содержание и значение ноологии, не исследующую сам Дух, а выражающую постижение проявлений Духа с помощью слов, понятий, образов актуальных уровню развития сознания, адекватных характеру мышления. Утончённость даёт возможность охватить более широкое поле духовного знания. Ноология служит его отражением, проекцией на океан мысли, науки, культуры, всего человеческого бытия на конкретном этапе. И, поскольку изменяются уровни, поверхности, слои, течения, волны океана — меняются адекватно грани и сферы отражения.

Чем выше поднимется уровень океана мысли, тем ближе, яснее, понятнее станет ноология мышлению человеческому. Сказанное не означает, что только общей массой можно достигать. Каждый отдельный гребень волны способен возвыситься и устремлённый вихрь дерзновенно приблизиться к Истоку. И все же, чем значительнее совокупный уровень, тем сильнее

вознесётся и наивысший гребень, тем выше проникнет и самый мощный вихрь.

Ноология не заменяет собою ни одной из наук, отраслей знания, не является она некой духовной добавкой к ним; не претендует на роль новой науки. Дух существует вечно, а духовное знание обладает изначальным первенством по отношению ко всем последующим дифференциациям.

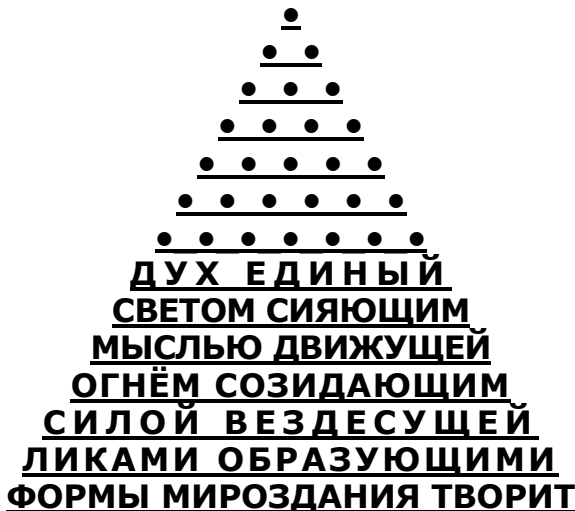
Существует много аспектов ноологии. Например, математический — применительно к тому, как духовное знание отражает наука о количественных отношениях и пространственных формах изучаемого мира. Или физический — наука об общих свойствах материи. Химический — наука о веществах, строении, свойствах и взаимных превращениях. Биологический — наука о закономерностях жизни растений, животных и других организмов. Лингвистический — наука о языке. Педагогический аспект ноологии — наука о воспитании и обучении и т.п.

Шаг за шагом предстоит с духовных, позиций переосмыслить предназначение научных дисциплин. Настанет время и педагогика трансмутируется в ноопедагогику, став знанием о духовных воспитании и обучении, астрономия станет нооастрономией — знанием о духовном устройстве и развитии космических тел и Вселенной, биология преобразится в нообиологию — знание о закономерностях проявления жизни Духа в растениях, в животных. Предвосхищая духовное преображение биологии, Живая Этика констатирует: «Современная биология не может быть названа Наукою Жизни. Невозможно представить изучение жизни без психической, духовной жизни, без Надземного Мира со всеми его воздействиями на земную жизнь. Таким образом, современную биологию можно назвать лишь главою Книги Жизни».

Сказано также: «Некоторые прозорливые учёные чувят, что даже в самых блестящих открытиях чего-то недостаёт. Они внутренне понимают, что законы, ими открытые, только частичны и могут приобрести совсем иные пределы. Но от малых лет никто не сказал им о *законе духа*. Они не нашли в себе смелости к неограниченному познанию... Мыслитель говорил: «Придёт новый учёный, смелый и неограниченный».

В рамках темы коснёмся аспектов ноологии, связанных с Учением профессора В. А. Скумина о Культуре Здоровья. Оно, в данном контексте, может рассматриваться как отрасль практической ноологии, решающая задачи духовного оздоровления тех или иных конкретных форм мироздания как носителей Духа — применительно к тем или иным условиям их функционирования.

Наметим путь постижения ноумена ноологии. Графически отобразить его можно, в частности, и так, как изображено ниже.



Термин *ноумен* (по-иному *нумен*) мы употребляем не в значении непознаваемой «вещи в себе», а, в

соответствующем Агни Йоге, первоначальном смысле, предававшимся ему Платоном, который обозначил им реальность такой, какой она существует сама по себе. Ноумен лежит за пределами заведомо ограниченного какими-либо условиями опыта, научного анализа. К его постижению приближаются не пятью чувствами, обеспечивающими информацией интеллект человека разумного, а шестым и седьмым, присущими человеку солнечно-духовному и солнечно-огненному.

В противоположность ноумену, феномен — это явление, постигаемое интеллектом. В Живой Этике феноменальное бытие именуется очевидностью, а ноуменальное — действительностью.

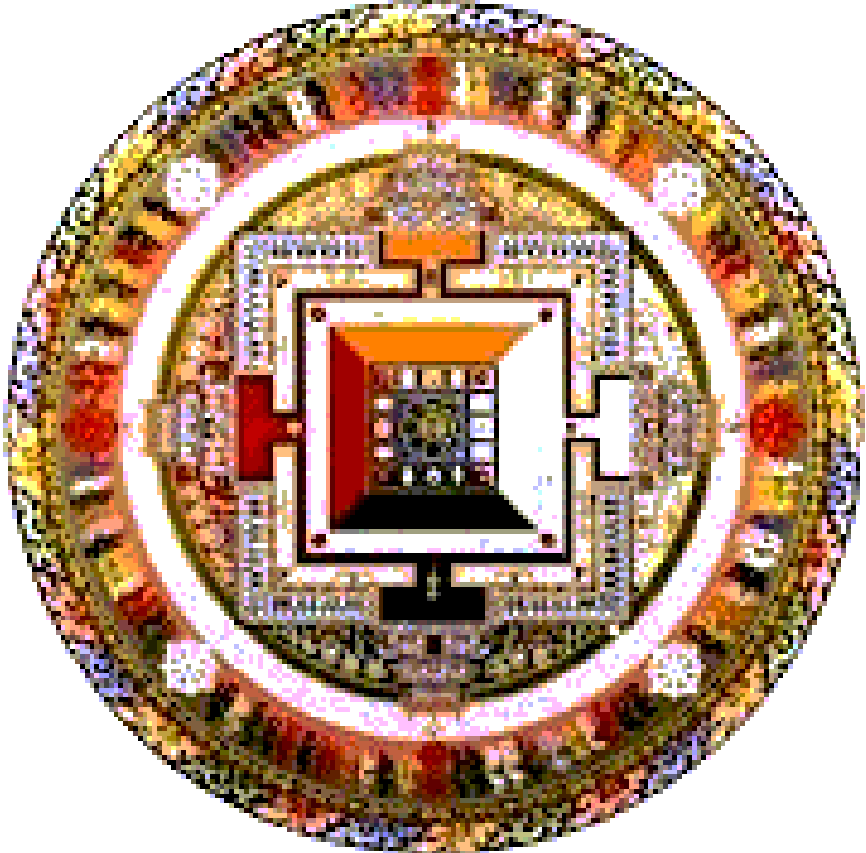
Духовное знание, облачаемое в конкретные слова, неизбежно теряет часть истинной сути своей. Устная и письменная человеческая речь всегда несёт отпечаток индивидуальности, которая ею пользуется, печать аудитории, к которой с речью обращаются. Да и значений у каждого слова немало, по-разному они трактуются и изменяются во времени.

Давайте представим ту часть Космоса, которую называем Солнечной системой и условно вообразим период, когда не было ещё тут здания мира со всеми его этажами — мироздания, — а был только Дух Единый Вечный Самосуший Безмерный Вневременной. Всё и ничто, но пока ещё не нечто.

Сравните: если сложить, вычесть, помножить, разделить, возвести в степени и извлечь корни, в общем, выполнить все математические действия со всей совокупностью положительных и отрицательных величин, то получится ноль — ничто, потенциально содержащее всё.

Воистину, возможно обрисовать только как непередаваемое, таинство первой Фазы (*фазис* — появление) сотворения Вселенной — явления Единого Духа, как Творца космических законов.

Вторая Фаза — явление Изначального Света. Он, неся в себе законы, творит Мир Сияния. С явлением первой дифференциации (*дифференция* — различие, расслоение) Духа, можно назвать Его первым Принципом, Атма. Иерархически Дух — Творец Света, Свет — единое вместилище Духа.



Космогония Калачакры.

Атма напитывает собою Буддхи, второй Принцип, Духовный Элемент (*элементум* — первоначальное вещество), служащий носителем первого Принципа. Свет, производное Духа, един с ним по сути (Духу), но уже не един *per se*. Дух для Буддхи и всех следующих

Принципов есть Великая Тьма (эзотерически), ибо Её сверхвибрации — вне пределов Мира Сияния Света.

Родившийся от Духа Свет даёт Великое Начало вселенскому движению, знаменуя пролог Инволюции Духа. В двухуровневом Мироздании Свет Изначальный занимает как бы нижний этаж, Дух — верхний. Но если отобразить Мироздание в виде круга, то Дух окажется во внутреннем покое, а Свет Сияющий снаружи.

Третья Фаза — проявление Светоносной Мысли, третьего Принципа, Манаса. Как белый свет даёт спектр-радугу, так дифференцируется в Иерархию Света Изначальный Свет. Манасический Мир — Светоносная Мыслеоснова Мироздания, его Двигатель, Трудящийся Создатель. Иерархически Манас служит носителем Буддхи, содержащим в себе Принцип Атма. Атма-Буддхи-Манас составляют единое Зерно Духа.

Всякий садовник знает — зерно даёт жизнь лишь будучи цельным. Зерно Духа нерушимо в ипостасях своих. Высшая троица: Мысль — Основа, Свет — Начало и Тайна, Сокровенное, есть АУМ, Надогненная Мощь. Монада, Атма-Буддхи, по отношению к Манасу, Космическому Разуму, предстаёт Духовным Сердцем, задающим единый порядок, всеобщий ритм жизни. В Мире Высшем Дух занимает, говоря условно, третий этаж, Свет — второй, Мысль — первый.

Четвёртая Фаза — возжжение Созидающего Огня. Четвёртый Принцип, Кама, выражает Космическую Волю, Божественное Желание. В творимом Огненном Мире, Он служит демиургом мистерии Инволюции Духа. Высшая Воля Созидающая выражается в двух аспектах: 1) Кама-Манас — Пространственный Огонь, облекающий Зерно Духа; 2) Кама-Рупа — планетарная стихия огня, выступающая совместно с подчинёнными стихиями как исполнитель Высшей Воли.

«Стихия, — по Агни Йоге, — есть пространственное вещество, невесомое и неизмеримое». Оба аспекта

Принципа Кама образуют Мир Огненный, Гефестокосм, выявляя Желание Творчества Зерна Духа.

Пятая Фаза знаменует проявление Вселенского Дыхания, Силы Вездесущей, претворяющей Высшую Волю. Дыхание порождает Атмосферу (*атмос* — пар) — Аэрокосм, планетарную стихию воздуха. Атмосфера та предстаёт не газообразной оболочкой земного состава, а неким Огненным Ветром, первородным конденсатом («паром») Вселенского Огня.

Прана — пятый Принцип, Вездесущая Энергия Жизни. Пранический уровень мироздания есть Мир Всеначальной Энергии, играющий роль носителя Созидающего Пламени Огнедышащего Зерна Духа. Аэрокосм — непосредственный участник Движения Жизни. Но это не сама жизнь небесная, а скорее бог неба, которого назовут Ураном и другими именами.

Последующие две дифференциации Духа можно представить продукцией дальнейшего «охлаждения», снижения частоты вибраций Огня Созидающего. В шестой Фазе создаётся эктоплазма (*эктос* — снаружи; *плазма* — вылепленное) — лингические (эфирные) Лики, Образующие в седьмой Фазе Творения Формы Мироздания. Их жизнь координируется соответственно шестым Принципом — Линга, олицетворённым в стихии воды планеты, и Седьмым — Стхула, олицетворённым в стихии земли.

Стихия воды, так же, как и стихия воздуха, есть продукт дыхания Зерна Духа, но более чем Аэрокосм, конденсированное его проявление — «жидкий» огонь, лингическое тело, Аквакосм. Он, разумеется, не есть какое-то воплощённое жидкое состояние материи, подобное земной нефти, воде, а скорее Дух, витающий над водами, бог воды, Лик коего персонифицирован в образах Посейдона, Нептуна и др.

И, наконец, наподобие застывшей уже лавы, извергнутой огнедышащим вулканом, стихию земли

можно представить как «твёрдый» огонь, Геокосм, некий генофонд Форм Мироздания, Мать всех разновидностей материи, от её мельчайшей частицы до совокупного плотного тела Вселенной.

Она есть родительница материи — *Materia Matrix*, представленная в мифологии образом Геи. Но, речь, конечно, идёт не о конкретной планете, галактике, а о Протоматрикссе — единой репродуктивной структуре, порождающей прототипы, которые производят все возможные разновидности материальных носителей Космических Принципов. Мироздание в завершающей Фазе есть семиуровневый Мир Высшей Реальности.

- 7. Дух Единый —
Атма, Бог всего сущего.**
- 6. Свет Сияющий —
Буддхи, Мать всего сущего**
- 5. Мысль Движущая —
Манас, Отец всего сущего**
- 4. Огонь Созидающий —
Кама, Воля всего сущего**
- 3. Сила Вездесущая —
Прана, Энергия всего сущего**
- 2. Лики Образующие —
Линга, Прототипы всего сущего**
- 1. Формы Мироздания —
Стхула, Протоматрикс всего сущего.**

В Плате Мироздания Принцип Стхула первый снизу, Линга второй, Прана третий, Кама четвёртый, Манас пятый, Буддхи шестой, Атма седьмой. Таким образом, треугольник Принципов основанием своим повернётся вверх, а вершиною вниз. Если представить древо жизни Духа растением, то корни его — наверху, и сверху вниз поступает питание, обеспечивающее рост его ствола, ветвей, листьев, цветов и плодов.

Плод, как некий промежуточный результат эволюции, содержит зерно, дающее начало новой жизни.

Инверсия выражает изменение направления на обратное. Она знаменует переход инволюции Духа в эволюцию. *Инволюция* переводится как свёртывание, упрощение, уменьшение. Дух всё более ограничивает себя, понижает частоту вибраций, и, как бы огрубляет проявления свои и постепенно материализует их. Дух всё более сосредоточивает беспредельное величие в предельно малой своей потенциальности. Именно она в процессе всей последующей эволюции (*эволюцио* — развёртывание) и разворачивается в Миры.

Можно посредством аналогий приблизиться к духовному знанию. Из элементарной физики известно о существовании твёрдого, жидкого и газообразного состояний вещества. Отождествим их условно с Геокосмом, Аквакосмом, Аэрокосмом, а также со стихиями земли, воды, воздуха. Плазму, четвёртое состояние, соотнесём с Гефестокосмом и стихией огня.

Утончая понимание материи, придём к пятому состоянию — первочастицам вещества, к шестому — полю и к седьмому — вакууму (*вакуум* — пустота). Вакуум физического мира адекватен бесплотному духу, сопоставимому с *Materia Matrix*, поскольку, как полагают, из вакуума возникают поля, первочастицы вещества, принимающего в земных условиях четыре упомянутых состояния.

Используя для аналогии данные современных наук в беседе о вечном, не стремимся к точному отражению существующих концепций. Их много, и они меняются. Если физик, живший несколько сотен лет назад, утверждал, что атом неделим и твёрд, то позже его коллега восклицал: атом — это пустота. Настанет час, и духовное познание жизни микромира приблизит пытливого учёного к реальному величию Космоса.

Другой пример — из лингвистики. Инверсией в ней считают изменение порядка слов в предложении

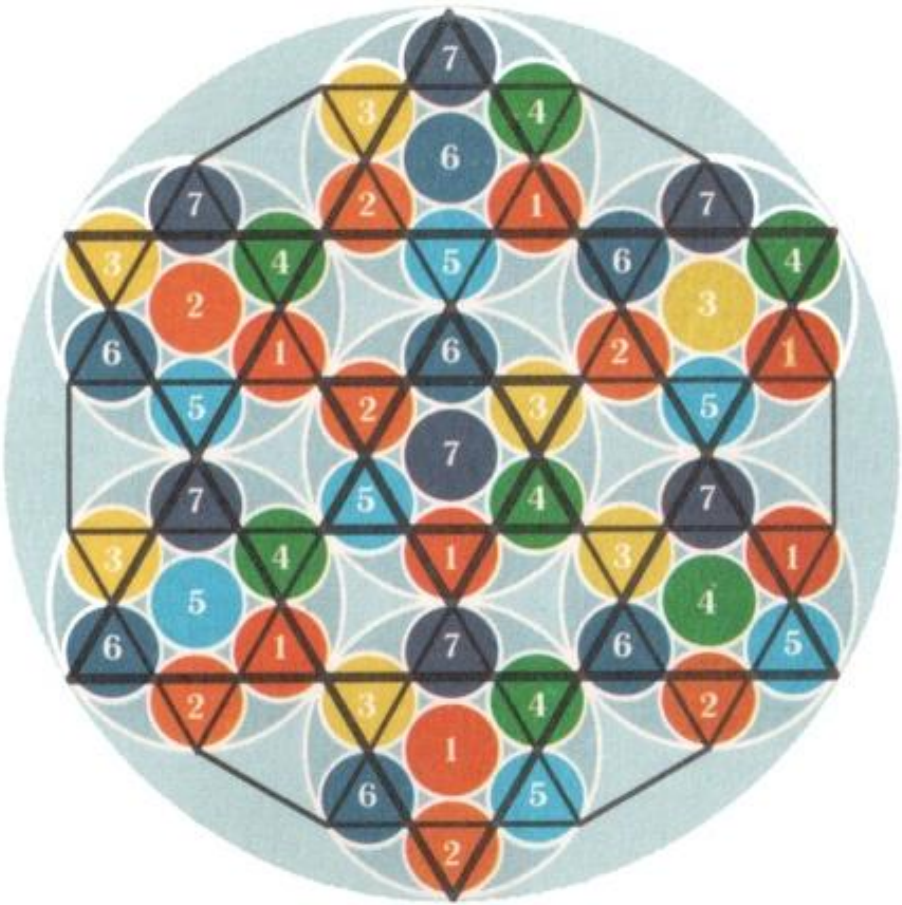
для усиления выразительности речи. В словесном выражении ноумена ноологии инверсия настолько усилит выразительность, что изменит смысл процесса с пассивного на активный: *ТВОРИТ МИРОЗДАНИЯ ФОРМЫ ОБРАЗУЮЩИМИ ЛИКАМИ ВЕЗДЕСУЩЕЙ СИЛОЙ СОЗИДАЮЩИМ ОГНЁМ ДВИЖУЩЕЙ МЫСЛЬЮ СИЯЮЩИМ СВЕТОМ ЕДИНЫЙ ДУХ*. В инволюционном, варианте записи ноумена слово *дух* возглавляет, а слово *творит* завершает предложение. Эволюционный вариант начинается с акта творения, а завершающегося духом.

Учёным известна инверсия геомагнитного поля, проявляющаяся переменной полярности магнитного поля Земли на противоположное. Северный полюс становится Южным и наоборот. Событие происходит раз в сотни тысяч и миллионы лет, сопровождаясь глобальными катаклизмами (*катаклизмос* — потоп), не единожды очищавшими геокосмический лик планеты, открывая новые эволюционные возможности.

Ноология трактует великую Инверсию (Пралайю) как локус (*место*) Спирали Жизни Духа, у которой нет ни начала, ни конца, ни верха, ни низа. Есть Круги бесконечной Спирали, состоящие из бесконечного числа спиралей. Где же предел Беспредельности? И что в ней высь, а что глубь? Сама же Спираль лишь траектория, некие следы полёта Духа. Находя их в творчестве жизни, приблизимся к Сокровенному.

В непрерывной Спирали Семь Кругов Инволюции продолжают Семь Кругов Эволюции, продвигаясь по которым всё сотворённое развивается до уровня Единого Духа, возвращаясь в сути своей к Нему. Всё не достигшее отбрасывается, проявляясь в мирах Кругов Спирали, которым оно соответствует, для нового труда очередного восхождения.

Проекция семи Кругов Спирали на плоскость даст картину, изображённую на танке В.А.Скумина *Семь в периоде*. Она применяется для медитации Культуры Здоровья.



Семь в периоде.

Materia Matrix (7), пространственный Принцип, олицетворяющий кульминацию Инволюции, есть особого рода духовный генетический код, система записи информации о том, как должны твориться Эволюция, все миры и царства в конкретной конечной Вселенной. «Вмещение конечности Вселенной, — как учит Живая Этика, — при осознании беспредельного пространственного Принципа принадлежит к тем вопросам, которые ученик должен решить сам, ибо это называется *Сумма Суммарум*».

Творение Вселенной — Акт Космической Любви, Самопожертвования, Дарования Света, *Materia Lucida* (6). Она выступает в Мистерии в роли Матери Мира — Сиятельной Носительницы Духа и Подательницы Его всему, чему предстоит существовать. Она как Сердце Вселенной насыщает своими Ритмами Мыслеоснову Мироздания (5) — Руководителя Строительства всего сущего, Иерархию Света.

Главным дирижёром — Высшей Волей — служит Пространственный Огонь (4). Он предстаёт в двух ипостасях: Кама–Манас, носитель Вселенского Разума (Высшего Манаса) в Мире Огненном, и Кама–Рупа — создатель-разрушитель всех миров, проявляющийся стихиями огня, воздуха, воды, земли. Вселенской Воле подлежит Всеначальная Энергия (3). Ею созидаются — лик Вишну, и разрушаются — лик Шивы Прототипы (2), служащие своеобразными чертежами, и Формы (1), служащие паттернами-моделями миров, проявляемых в эволюционном процессе.

С Огненным Миром связано представление о тени Его, или тьме, представляющей из себя Там лишь, так сказать, чистую абстракцию, поскольку нет объектов, на которые она могла бы упасть и тем затемнить их. Потому если и можно считать её обозначенной в Мире Огненном, то лишь как потенциал свойства инерции — неподвижности, бездеятельности материи. Потенциал, противоположный свойству движения.

Образно говоря, Огонь Созидающий как носитель Высшего Разума ведаёт, с каким материалом предстоит работать в подогненных — подлежащих, подвластных ему мирах, где тьма пассивно и активно обнаруживает себя. В Мире Огненном понятие тьмы можно отразить как духовное знание о ней, о том голом короле со всеми потенциальными одеяниями и аксессуарами «князя мира», в которые он способен разрядиться в нижележащих мирах.

Не существуя в Мире Огня, тьма, следовательно, не выступает Там ни объективной, ни субъективной противоположностью Света. Материализуются задатки эти на уровнях, где тьма предстанет в двух ипостасях: как объект творчества Сил Света — бессознательная тьма, пассивный непроявленный хаос; и как субъект — активный хаос, противник Света, паразитирующий на Его энергиях.

Учение о Культуре Здоровья утверждает — на надземном уровне, в Мире Огня Разума Света Духа, царствует невосприимчивость, иммунитет к тьме и всем её проявлениям. Всё их разнообразие существует на планетарном и индивидуальном уровнях здоровья.

В Мире Огненном, следовательно, не существует и заболеваний, как последствий прямого воздействия разнообразных агентов тьмы, наличествующих во всех царствах земного плана — минеральном, растительном, животном, человеческом.

Каждому специалисту культуры здоровья в ходе профессиональной деятельности придётся столкнуться со многими порождениями ипостасей тьмы, научиться диагностировать их, овладеть методиками ноогигиены, ноофилактики, ноотерапии. С их помощью можно предупреждать, устранять последствия негативного влияния и, что особенно важно, — культивировать духовное здоровье, способствующее проявлению и развитию изначально присущего человеку солнечно-духовному огненному иммунитету.

Подчеркнём, Инволюция не есть в прямом смысле нисхождение Духа в материю или сошествие Света во тьму, вроде бы уже существовавшие прежде самого Духа. Творение материи, формирование миров вплоть до самого низшего и, затем, их Эволюция — развитие, духовная сублимация (вознесение) являются звеньями одного процесса, генетические импульсы которого посылает сотворённая от Духа *Materia Matrix*. О

сошествии Света во тьму, Духа в материю говорят образно, либо при анализе вторичных и третичных уровней их проявления.

Эволюцию уподобить можно конусообразной восходящей спирали, состоящей из семи Кругов, все более утончающихся по мере возвышения. Первый Круг самый широкий, тяжёлый, плотный. Четыре стихии, верша Высшую Волю, формируют минеральное царство планеты, предоставляя стихии земли наиболее активное поле действия. Во втором Круге создаётся при ведущей исполнительской роли стихии воды растительное царство. В третьем Круге стихией воздуха с помощью других стихий создаётся животное царство. Четвёртый, незавершённый ещё и наиболее утончённый Круг творит, на основе достижений предыдущих Кругов, стихия огня. В четвёртом Круге появилось человеческое царство.

Представим себе, что внутри Кругов описанной Спирали также имеется спираль, состоящая из аналогичных семи витков. Условимся называть их Кольцами. В нооисторическом аспекте станем именовать их коренными расами человечества, но не будем отождествлять с понятиями рас белых, чёрных, полноценных и пр.

Человечество находится сейчас на исходе пятого и в начале шестого Кольца своего развития. На планете идёт небывалый по сложности процесс формирования шестой расы — духовного этноса. Каждое из Колец (рас) состоит из семи Дуг (субрас). Но об этом — в следующем разделе Основ Культуры Здоровья, посвящённом культурно-оздоровительным аспектам становления на Земле человека духовного и формирования шестой человеческой расы.

Научная основа Учения о Культуре Здоровья как мировоззрения, пополняется и постоянно обновляется по мере прогресса научного знания.

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.

Скумин В.А., Бобина Л.А. Действенная основа Учения о Культуре Здоровья. — Чебоксары: К Здоровью через Культуру, 2012. — 44 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 знаменьем 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. Троиединство. — 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 Крия (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
Научная основа Учения о Культуре Здоровья	7
Приложения	36

Серия: ОСНОВЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

Часть 1. Учение о Культуре Здоровья
как мировоззрение

ВЫПУСК 5

**Виктор Андреевич Скумин
Людмила Анатольевна Бобина**

**НАУЧНАЯ ОСНОВА
УЧЕНИЯ
О КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ**

Н/К. Сдано в набор 24.04.2012.
Подписано в печать 28.05.2012.
Формат 60x90/16. Бумага офсетная.
Усл. печ. л. 3. Тираж 300 экз.

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