



005011760

*Handwritten signature*

Цыinguнова Евгения Тумэновна

**ТРАДИЦИОННАЯ КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ БУРЯТ  
(На материалах Республики Бурятия)**

Специальность 24.00.01. - теория и история культуры  
(культурология)

Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата культурологии

12 MAR 2012

Улан-Удэ - 2012

Диссертация выполнена на кафедре культурологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Восточно-Сибирская государственная академия культуры и искусств»

**Научный руководитель:**

доктор философских наук, доцент  
**Дандарон Мэдэгма Бидияевна**

**Официальные оппоненты:**

**Базаров Андрей Александрович**

доктор философских наук, доцент, Центр восточных рукописей и ксилографов Федерального государственного бюджетного учреждения науки Института монголоведения, буддологии и тибетологии Сибирского отделения Российской академии наук

**Суворова Антонина Владимировна**

кандидат культурологии, доцент кафедры культурологии и социокультурной антропологии, «Восточно-Сибирский государственный университет технологии и управления»

**Ведущая организация:**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Бурятский государственный университет» имени Д.Банзарова

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Восточно-Сибирская государственная академия культуры и искусств».

Защита состоится «30» марта 2012 года в 10.00 часов на заседании Диссертационного совета ДМ 210.002.01 при Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Восточно-Сибирская государственная академия культуры и искусств» по адресу: 670031, Республика Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. Терешковой, 1, Зал заседаний.

Автореферат разослан «29» февраля 2012 года

Ученый секретарь

диссертационного совета,

кандидат исторических наук, доцент



Е.Г. Санжиева

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что в современном мире существует множество проблем связанных со здоровьем человека и общества. В результате процессов глобализации становятся весьма актуальными ценностные ориентации на здоровье и здоровый образ жизни. Познавание закономерностей культуры здоровья является важной научной, теоретико-методологической задачей. Здоровье – системный по своей сущности феномен, который имеет свою специфику проявления в физическом, психическом и духовном компонентах, функционирующих на индивидуальном и общественном уровнях.

Как научная категория, здоровье выступает первоосновой развития и самого бытия человека и общества. В настоящее время культура здоровья в глобальном контексте находится на стадии становления. На его изучении сосредоточены усилия многих научных дисциплин. Культурологический вектор нашего исследования направлен на изучение традиционной культуры здоровья и здорового образа жизни бурятского народа.

В Российской Федерации с начала 1990-х годов сложилась кризисная ситуация со здоровьем населения: низкий уровень рождаемости, высокая смертность. Быстрый рост различных заболеваний, слабая профилактическая работа. Решение проблем видится не только в повышении эффективности государственной политики в области здравоохранения, в том числе в рамках приоритетного национального проекта, но и в использовании внутренних культурных резервов общества, прежде всего, традиционной культуры народов России.

Понимание здорового человека, здорового образа жизни в основном ориентированы на духовные, нравственные, культурные ценности Запада. Сегодня наблюдается повышение интереса к традиционной культуре, возвращение к культурным истокам, помогающим осознанию принадлежности индивидов к своей нации, этнической самоидентификации. Поэтому особое значение для Республики Бурятия приобретает изучение и новое осмысление богатого этнического наследия культуры здоровья и здорового образа жизни бурятского народа, накопленного на протяжении длительного периода исторического развития. Здоровье в традиционной культуре бурят важно и само по себе, и как одно из условий стабилизации всего региона.

В этой ситуации становится весьма актуальной разработка и внедрение регионального этнического компонента в формирование модели здорового человека, здорового образа жизни. В свете изложенного возникает необходимость культурологической рефлексии традиционной культуры здоровья бурят, специфики его характеристик и проявлений в традиционной бурятской культуре в контексте обеспечения здорового образа жизни современного общества. Но, несмотря на свою значимость, рассматриваемая тема недостаточно изучена, особенно средствами культурологической науки. Все это в значительной мере определяет актуальность темы диссертационного исследования.

**Степень изученности проблемы** Здоровье в целом и здоровый образ жизни в частности характеризуются разнообразием теоретических концепций, методологических подходов и логических построений. Первостепенное значение для разработки данной темы имели труды известных российских аналитиков, которые на стыке культур-философского и культурологического знания помогают выявить культурологическую специфику изучаемого вопроса. Наиболее последовательно проблема здоровья рассматривается в научных работах отечественных и зарубежных философов. Здоровье в контексте духовной культуры анализируется в трудах таких «столпов философской мысли» как Н.А. Бердяев, С.Н. Булгаков, В.В. Зеньковский, С.Л. Франк<sup>1</sup>. В частности, Н.А. Бердяев в работе «Самопознание» размышляет о гармонии человека и среды, о свободе и ответственности человека перед миром, о путях достижения личностью целостного образа, о любви как основе духовного смысла жизни.

Определенный интерес в исследовании феномена «здоровья» имеют работы психологического и психоаналитического направления, созданные зарубежными философами: З. Фрейдом и Э. Фроммом связанные с проблемой формирования образа физического «Я» в структуре самосознания и самооценки. Согласно теории К.Юнга<sup>2</sup> человеческая психика представляет собой целостное (равновесное) динамическое единство сознательных и бессознательных процессов.

---

<sup>1</sup> Бердяев Н. А. Самопознание: опыт философской автобиографии. М., 1991; Булгаков С. Н. Сочинения. В 2 т. Т. 1. Философия хозяйства. М. : Наука, 1993; Зеньковский В. В. История русской философии. М. : ЭКСМО-Пресс : Фолио, 2001; Франк С. Л. Предмет знания. Душа человека. Минск : Харвест-М : АСТ, 2000.

<sup>2</sup> Фрейд З. Психология Я и защитные механизмы. М., 1993; Фромм Э. Бегство от свободы. М., 1991; Юнг К. Г. Работы по психиатрии. СПб., 2000.

Существенное значение для раскрытия темы нашей диссертации имеют работы известного буддийского религиозного философа Г.Д. Тинлея<sup>3</sup> рассматривающего любовь и сострадание как духовный компонент здоровья человека и общества.

В рамках заявленной темы интерес представляют выполненные в области изучения теории культуры работы, Л.П. Воронковой, Б. С. Ерасова, М. С. Кагана, Л. Ф. Новицкой, Г. М. Пономаревой, Э. В. Соколова и др.<sup>4</sup> В трудах этих учёных обоснованы многие принципы культурологического анализа социально-культурных процессов и явлений. Изучение традиционной культуры является важным направлением формирования культурологической науки. Разработке проблем, касающихся общих и частных вопросов традиционной культуры, посвящены работы, С. А. Арутюнова, Б. Малиновского, Э.С. Маркаряна и др.<sup>5</sup> В работах Б. Малиновского был обоснован взгляд на традицию как сохраняемые любой ценой коллективные ценности, базовые для идентичности данного общественного целого.

С позиции социологической науки особую важность для раскрытия проблемы здоровья и здорового образа жизни представляют работы: И.И.Брехмана, Е.В.Дмитриевой, И.В.Журавлёвой, Ю.П.Лисицина и др.<sup>6</sup>. Авторы в своих работах раскрывают социокультурное осмысление феномена здоровья человека и общества.

---

<sup>3</sup> Тинлей, Геше Джампа. Шаматха – сосредоточение ума. Улан-Удэ : Зеленая Тара, 2008.

<sup>4</sup> Воронкова Л. П. Тело человека как феномен культуры // Культурология : дайджест. М., 1999. № 3.; Ерасов Б. С. Культура, религия и цивилизация на Востоке: (очерки общей истории). М., 1990; Каган М. С. Философия культуры. СПб., 1996; Новицкая Л. Ф. Нравственность и преобразования в России // Человек и духовно-культурные основы возрождения России. СПб., 1996; Пономарева Г. М. [и др.] Введение в культурологию. М., 1997; Соколов Э. В. Культурология. Очерки истории культур. М., 1994.

<sup>5</sup> Арутюнов С. А. Народы и культуры: развитие и взаимодействие / отв. ред. Ю. В. Бромлей. М.: Наука, 1989; Малиновский Б. Научная теория культуры. М.: ОГИ, 1999; Маркарян Э. С. О значении междисциплинарного обсуждения проблем культурной традиции // Совет. этнография. 1981. № 3.

<sup>6</sup> Брехман И. И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Л.: Наука, 1987; Дмитриева Е. В. Социология здоровья: методологические подходы и коммуникационные программы. М.: Центр, 2002; Журавлева И. В. Новые подходы к развитию сферы общественного здоровья // Социология медицины. 2008. № 2; Лисицина Ю. П. Образ жизни и здоровье населения. М.: Знание, 1982.

В изучении сущности категорий «здоровье» можно отметить исследования учёных, которые изучали разные аспекты данного понятия. Например, Н.М. Амосов рассматривал категорию здоровья на основе медико-биологических признаков, Д.Д. Венедиктов с экологической позиции, И.И. Брехман с социологической точки зрения, В.М. Димов, В.Л. Кургузов и А.И. Суббето с позиции антропологической науки, В.П.Казначеев<sup>7</sup> с позиции комплексного подхода.

В данной области научного знания объединено множество тем, например: концепция стигматизации (Гоффман, 1961), рассмотрение профессиональных особенностей здравоохранения (Фрейдсон, 1970), социальных установок к вопросам смерти (Хендел, Мерфи, 1965, Глассер и Стросс, 1965, 1968), душевных заболеваний (Гофман, 1961, Шефф, 1966), медицинского образования и социализации (Мертон, 1957, Беккер, 1961), медицины как института социального контроля (Такетт, 1973).

Многие аспекты культуры бурятского народа были отражены в работах Л.Л. Абаевой, Р.Д. Бадмаевой, С.П. Балдаева, И.Г. Балханова, К.Д. Басаевой, Н.Б. Дашиевой, Д.С. Дугарова, М.Д. Зомонова, В.Л. Кургузова, Т.М. Михайлова, Л.В. Санжеевой, С.Б. Самбуевой, Т.Д. Скрынниковой, И.Е. Тутутова, Ю.Ц. Тыхеевой, М.Н. Хангалова, С.Ш. Чагдурова<sup>8</sup> и др.

---

<sup>7</sup> Амосов Н. М. Эксперимент по преодолению старости. М. : АСТ, 2003; Венедиктов Д. Д., Чернух А. И., Брехман И. И. Глобальные проблемы здравоохранения и пути их // Валеология – наука о здоровье. М., 1990; Димов В. М. Здоровье этноса как проблема его социальной безопасности // Соц.-гуманит. знания. 2000. № 1; Суббето А. И. Управление качеством жизни и выживаемость человека // Стандарты и качество. 1994. № 3; Кургузов В. Л. Философия здоровья и гуманитарная культура, как гарантия выживания человека // Проблемы столетия на рубеже 20-21 в. М., 2002; Казначеев В. П. Здоровье нации – феномен экологии XXI века // Материалы I Всероссийского форума «III тысячелетие. Пути к здоровью нации», Москва, 15-17 мая М., 2001.

<sup>8</sup> Абаева Л. Л. Традиционные обряды предбайкальских родов селенгинских бурят. Новосибирск, 1986; Бадмаева Р. Д. Бурятский народный костюм. Улан-Удэ : Бурят, кн. изд-во, 1987; Балдаев С. П. Бурятские свадебные обряды. Улан-Удэ : Бэлиг, 1959; Балханов И. Г. Социализация и этничность бурят в городских условиях // Социол. исслед. 2003. № 2; Басаева К. Д. Традиционное бурятское жилище и его членение // Этническая история и культурно-бытовые традиции в Бурятии. Улан-Удэ, 1984; Дашиева Н. Б. Календарь в традиционной культуре бурят. М. ; Улан-Удэ, 2001; Дугаров Д. С. Исторические корни белого шаманства. М. : Наука, 1991; Зомонов М. Д. Концепты шаманизма: семиотико-компаративистский подход // Диалог философских культур и становление трансверсальной философии. СПб.,

Теоретические представления тибетских врачей о физиологических функциях в организме, о болезнях, искусстве распознавания их и лечения, а также общая характеристика лекарственных средств растительного, животного и минерального происхождения, рассмотрены в работах бурятских ученых Д.Б. Дашиева, В.Н. Пупышева, Л.Л. Хунданова, Л.Л. Хундановой и Э.Г. Базарон, О.Д. Цыренжаповой<sup>9</sup> и др.

Этнокультурологическое осмысление истоков традиционной культуры бурят даётся в работах К.М. Герасимовой, Н.Л. Жуковской<sup>10</sup> в которых подчёркивается роль знаний о здоровье в традиционной культуре бурят. Обряды жизненного цикла в бурятской традиционной культуре описываются и анализируются учеными Д.Б. Батоевой, Г.Р. Галдановой, Т.Д. Скрынниковой<sup>11</sup> и др.

В исследовании нашей темы необходимо особо выделить региональные культурологические научные публикации и монографии: В.Д. Бабуевой, С.Е. Ветохиной, О.А. Жилиевой, А.Г. Манхеевой, В.Н. Чебаковой<sup>12</sup>.

---

2010; Кургузов В. Л. Гуманитарная и экологическая культура: общее и особенное // Антропология Забайкалья. Чита, 2003. Вып. 2; Михайлов Т. М. Общечеловеческое сознание и самосознание индивида. М. : Наука, 1990; Санжеева Л. В. Традиционная одежда как элемент этнической культуры бурят: проблемы исследования. Улан-Удэ, 2002; Скрынникова Т. Д. Два варианта картины мира в традиционной культуре бурят // Культура народов Сибири : сб. ст. СПб., 1997; Тугутов И. Е. Материальная культура бурят: этногр. исслед. Улан-Удэ, 1958; Ангаева С. П., Тыхеева Ю. Ц. Чем богаты, тем и рады // Вест. Вост.-Сиб. гос. технол. ун-та. 2010. № 1; Хангалов М. Н. Собр. соч. : в 3 т. Улан-Удэ, 1958-1960; Чагдуров С. Ш. Поэтика Гэсэриады. Иркутск : Иркут. кн. изд-во, 1993.

<sup>9</sup> Атлас тибетской медицины : свод ил. к тибет. мед. трактату XVII века «Голубой берилл». М., 1998; «Чжуд-ши» – памятник средневековой тибетской культуры / пер. и предисл. Д. Б. Дашиева. Новосибирск, 1988; Пупышев В. Н. Тибетская медицина. Язык, теория, практика. Новосибирск, 1991; Хунданов Л. Л., Хунданова Л. Л., Базарон Э. Г. Слово о тибетской медицине. Улан-Удэ : Бурят. кн. изд-во, 1979; Тибетская медицина у бурят / [Т.А. Асеева [и др.]. Новосибирск : Изд-во СО РАН, 2008.

<sup>10</sup> Герасимова К. М. О структуре традиционной духовной культуры по материалам тибетских медицинских источников; Жуковская Н. Л. Заметки о монгольской антропологии // Ономастика Востока. 1980. № 2.

<sup>11</sup> Батоева Д. Б. Обряды в традиционной культуре бурят. М. : Добросвет, 2002; Галданова Г. Р. Доламаистские верования бурят. Новосибирск, 1987; Скрынникова Т. Д. Два варианта картины мира в традиционной культуре бурят // Культура народов Сибири : сб. ст. СПб., 1997.

<sup>12</sup> Бабуева В. Д. Сагаалган // Бурятия : журнал. Улан-Удэ, 1998. № 1. С. 22-23; Ве-

Проведенный анализ научной литературы подводит к выводу о том, что традиционная культура здоровья бурят как объект культурологического анализа изучена недостаточно, в научной аналитике проработаны лишь некоторые аспекты, что и определило тему настоящего исследования.

**Объект исследования:** здоровье как система культурных ценностей и устойчивый культурный эталон бурят.

**Предмет исследования:** культурные традиции здоровья и здорового образа жизни бурятского народа, их потенциал и перспективы использования на современном этапе.

**Цель работы:** осуществить культурологический анализ традиционной культуры здоровья бурят, определить ее место в системе социально-культурных ценностей человека и общества, исследовать культурный потенциал и перспективы использования традиционных практик в формировании здорового образа жизни.

Для достижения поставленной цели необходимо выполнить ряд **исследовательских задач:**

1. Определить сущность, понятие и ценностные основания категорий «здоровье» и «здоровый образ жизни» в контексте культурологического подхода.

2. Раскрыть понятийно-категориальный аппарат и методологию феномена культуры здоровья на основе анализа отечественных и зарубежных источников.

3. Произвести ретроспективный анализ культурно-исторических и духовно-нравственных оснований традиций здоровья и здорового образа жизни бурятского народа.

4. Исследовать традиционную культуру здоровья бурят, степень ее сохранности в современном образе жизни на основе социологического исследования сельского населения.

5. Рассмотреть потенциал и перспективы использования и развития

---

тохина С. Е. Тело человека в контексте традиционной культуры бурят : [монография]. Улан-Удэ : Изд.-полигр. комплекс ФГОУ ВПО ВСГАКИ, 2011; Жилиева О. А. Содержание профессиональной культуры личности // Изв. Рос. гос. пед. ун-та им. А. И. Герцена. СПб., 2008. Ч. 1, № 28(63); Манхеева А. Г. Некоторые тенденции и перспективы развития этнической культуры бурятского села. 2001; Чебакова В. Н. Восточные оздоровительные системы как культуроформирующий феномен. Улан-Удэ: Изд.-полигр. комплекс ВСГАКИ, 2007.



культурно-оздоровительных традиций бурят с учетом современных реалий и обосновать подходы к формированию культуры здорового образа жизни.

**Теоретико-методологические основы диссертационного исследования:**

Теоретическую базу исследования составляют труды российских и зарубежных философов, культурологов, социологов, специалистов по обозначенной теме. В работе применялся культурологический подход к определению сущности категории «здоровье», который был необходим для отражения в ней совокупности материальных и духовных ценностей, созданных человечеством, этносами и нациями. Автор использовал концепции Л.П. Воронковой, С.Н. Иконниковой, М.С. Кагана, В.Л. Кургузова и др. Междисциплинарный подход позволил изучить понятие здоровье в контексте базовых компонентов физического, психического и духовного. Перечисленные подходы дают основания для применения диалектического метода. (Н.М. Амосов, И.И. Брехман, Д.Д. Венедиктов, В.М. Димов и др.)

В рамках общенаучных методов исследования применяется систематическое описание и объяснение на основе теоретических обобщений и научных доказательств, что позволило в системной форме представить анализ элементов традиционной культуры здоровья бурятского народа.

**Эмпирическую базу исследования составили:** нормативные правовые акты Российской Федерации и Республики Бурятия, регулирующие сферу здравоохранения, статистические данные и материалы Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации, министерства культуры Российской Федерации, Министерства здравоохранения Республики Бурятия, Министерства культуры Республики Бурятия, а также результаты проведенного автором социологического исследования.

**Научная новизна исследования:**

1. Уточнены и определены сущностные, понятийные и ценностные основания категорий «здоровье» и «здоровый образ жизни» в контексте культурологического подхода.

2. На основе культурно-исторических и духовно-нравственных аспектов традиционной культуры бурятского народа впервые комплексно проанализированы культурные традиции бурятского народа в области здорового образа жизни. Обоснована необходимость формирования культуры здоровья.

3. Представлена авторская типологическая классификация традиций культуры здоровья бурятского народа, которая включает шесть групп: религиозные, культурно-просветительские, культурно-развлекательные, физкультурные (культурно-спортивные), культурно-бытовые, целительские. Показаны их основные функции в области обеспечения здоровья человека и общества.

4. Проанализирован уровень современной культуры здоровья бурят, на основе социологического исследования проведенного в пяти районах Республики Бурятия, выявлены проблемы и основные тенденции ее развития в условиях сельского населения.

5. Сформированы рекомендации по использованию культурно-оздоровительных традиций бурят в развитии культуры здорового образа жизни человека и общества в современных условиях.

**Теоретическая значимость работы** заключается в том, что изложенный в диссертации материал содействует детальному изучению традиционной культуры здоровья бурят, позволяет обогатить знания о составляющих её элементах, раскрывает новые возможности в исследовании здоровья человека и общества.

**Практическая значимость работы** состоит в том, что материалы и рекомендации результатов проведенного исследования могут быть использованы для подготовки в реализации социокультурных проектов и программ, пропагандирующих здоровый образ жизни. Выводы работы могут быть полезны при разработке различных спецкурсов, при подготовке лекционных и семинарских занятий по культуре здоровья, истории культуры бурятского народа, а также могут служить основой для дальнейших научных исследований.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. В традиционной культуре бурят практикуются исторически сложившиеся традиции здоровья и здорового образа жизни. Утрата традиционных культурных ценностей несет в себе угрозу, в первую очередь, снижения здоровья человека, а их сохранение и внедрение в социально-культурные практики с учетом современных реалий – путь к гармоничной здоровой жизни человека и общества.

2. Концептуальные основания традиционной культуры здоровья бурят включают в себя триединство тела, духа и души, которое и по сей день является аксиомой, поэтому человек рассматривается как органическая часть общества, природы и Вселенной. Оздоровление за-

ключается в установлении гармонии человека, общества и природы в физическом, психическом и духовном компонентах планах, что может стать основой культуры здоровья в современных реалиях.

3. Существующие традиции культуры здоровья бурятского народа объективно требуют четкой классификации. Диссертант выделяет шесть групп: религиозные; культурно-просветительские; культурно-развлекательные; физкультурные (культурно-спортивные); культурно-бытовые; целительские. Все они выполняют ряд значимых функций, имеющих ключевое значение в обеспечении здоровья человека и общества.

4. Социологический опрос в пяти районах республики Бурятия показал, что за последние годы сложились следующие тенденции: упала рождаемость, повысилась заболеваемость и смертность во всех исследуемых районах. Положительное решение проблемы видится в возвращении к традиционным культурным ценностям здорового образа жизни, сближении человека с природой как естественной средой обитания в обращении к религиозным и культурным ценностям народов России.

5. В современном обществе формируются новые ценности, ориентированные на здоровье и здоровый образ жизни. Богатое этническое наследие культуры здоровья и здорового образа жизни бурятского народа, накопленное на протяжении длительного периода исторического развития, позволяет определить и целенаправленно формировать культурологический вектор в решении проблемы здоровья человека.

**Апробация результатов исследования** Основные положения исследования получили свое освещение в форме докладов на международных, всероссийских, региональных и республиканских конференциях: IV международном симпозиуме «Культурное пространство Восточной Сибири и Монголии: от прошлого к будущему» (г. Улан-Удэ, июнь, 2009); межрегиональной научно-практической конференции «Культурный потенциал Байкальского региона» (г. Улан-Удэ, июль, 2009); Всероссийской научно-практической конференции «Православие: миссионерство и дипломатия в Сибири» (г. Улан-Удэ, январь, 2010); международной научной конференции «Социум. Культура. Нравственность. Досуг» (г. Тюмень, апрель, 2010); на IV международной научной конференции «История и культура народов Сибири, стран Центральной и Восточной Азии» (г. Улан-Удэ, май, 2010); международной научной конференции «Культура как ресурс социально-экономического разви-

тия» (г. Улан-Удэ - оз. Байкал, 2010); международной научной конференции «Глобальные и региональные проблемы устойчивого развития мира» (г. Улан-Удэ – оз. Байкал, июль, 2010); на IV международной научно-практической конференции «Устойчивое развитие туризма и модернизация экономики России» (г. Улан-Удэ, сентябрь 2011 г.)

Основные результаты и выводы по теме диссертации изложены в 12 опубликованных статьях автора общим объемом 4,7 п.л., три из них в рецензируемом издании (по списку ВАК).

**Структура работы:** диссертация состоит из введения, двух глав, включающих пять параграфов, заключения, библиографии и приложения.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

Во **Введении** обосновываются актуальность и новизна темы диссертации, характеризуется степень ее научной разработанности, определяются цели, задачи, теоретическая и практическая значимость, методология и методы исследования, формулируются основные положения, выносимые на защиту, характеризуется сфера апробации и внедрения.

Первая глава **«Теоретико-методологические основы исследования культуры здоровья человека и общества»** посвящена исследованию степени изученности культуры здоровья человека и общества, определению ее структуры, выявлению компонентов и проблем в историческом разрезе и на современном этапе. Также рассмотрены концептуальные подходы к исследованию здоровья в культурологическом контексте.

В первом параграфе **«Сущность категорий «здоровье» и «здоровый образ жизни» в контексте культурологического подхода»** раскрываются суть и содержание основных понятий исследования.

Проблематика здорового образа жизни в России всегда была актуальна и составляла одно из важных направлений отечественного социально-гуманитарного знания. Актуальна она и на сегодняшний день, поскольку здоровье населения является важнейшим фактором успешного общественного развития, основой национальной безопасности, ресурсом стабильности цивилизации и культуры.

Понятие здоровье обширно и многогранно, носит комплексный, междисциплинарный характер. В научной литературе культура здорового образа жизни личности (общества) рассматривается как часть общей культуры человека (общества), которая отражает системное и динамичное состояние, обусловленное определенным уровнем специаль-

ных знаний, физической культуры, духовно - культурных ценностей, приобретенных в результате воспитания и образования, воплощенных в практической жизнедеятельности, в физическом, психическом, духовном и социальном здоровье.

Здоровый образ жизни является плодом культурного творчества человека и общества, результатом свободного выбора. В обобщенном понимании культура здоровья есть совокупность знаний о здоровье и здоровом образе жизни, а также применение этих знаний. Данная сфера культуры отражает гармоничность и целостность человека как личности, адекватность взаимодействия с окружающим миром и людьми, а также способность к творческому самовыражению и активной жизнедеятельности.

Первостепенная значимость формирования культуры здоровья заключается в комплексном развитии трех его компонентов: физического, психического и духовного. При этом именно духовный компонент имеет определяющее значение для культуры здоровья человека и общества. Не случайно в мировой и общероссийской научной традиции физическое здоровье рассматривалось в комплексе с духовным. Основу духовного здоровья составляет духовная культура общества, в частности, система ценностей и убеждений, обеспечивающая гармоничное развитие личности, включая внутренний комфорт, безопасность и эффективную социальную активность. Поэтому здоровый и духовно развитый гармоничный человек воспринимаются как синонимичные характеристики.

Между тем, духовной составляющей здоровья не всегда уделено достаточное внимание в различных научных дисциплинах. Идентификация здоровья лишь с его с физическим компонентом является одной из причин низкого уровня культуры здоровья. В связи с вышеизложенным автор дает свое определение понятию «здоровье» в контексте культурологического подхода, понимая его как состояние, при котором осуществляется реализация физических, психических, духовных и социальных функций человека и общества, а также поддерживается оптимальная трудоспособность и активность при максимальных продолжительности и качестве жизни, которые определяются уровнем освоенности общечеловеческих, государственных, региональных и национальных ценностей культуры.

Во втором параграфе «Концептуальные направления и подходы к изучению культуры здоровья» диссертант рассматривает теоретико-методологические основы исследования поставленной проблемы.

Становление культуры здоровья тесно связано с достижениями культурно-антропологических, медицинских (социальная гигиена, эпидемиология, организация здравоохранения и др.), социологических дисциплин (социология семьи, социальная работа и т.д.), а также психологии, семиотики, антропологии и других. Ученые выделяют несколько фундаментальных направлений в исследовании этого феномена.

Так, для медицинского дискурса характерны нормоцентрический и патоцентрический подходы. Первый рассматривает здоровье как совокупность среднестатистических норм восприятия, мышления, эмоционального реагирования и поведения в сочетании с определенными нормальными показателями соматического состояния здоровья. Второй определяет его как «нулевую степень болезни», некую абстракцию, подразумевающую некую умеренную выраженность патологических черт личности.

С философской точки зрения здоровье и болезнь - это специфические способы индивидуального бытия в мире, несводимого к каким-либо схемам и объяснительным моделям (феноменологический и экзистенциальный подходы).

В психологической науке здоровье рассматривается с позиции холистического подхода, когда оно понимается как обретаемая в процессе онтогенеза целостность, которая предполагает личную зрелость, интеграцию (ассимиляцию) жизненного опыта и применение, синтез фундаментальных противоречий человеческого существования.

Акмеология позволяет здоровью выступать в качестве основного и необходимого условия актуализации высших возможностей человеческой природы. В основе акмеологического подхода лежат представления о личности, достигающей высших пределов самореализации и полной зрелости.

Аксиология понимает здоровье как универсальную человеческую ценность и соотносится с основными ценностными ориентациями личности. Доминирование тех или иных ценностей, их переоценка и кризис рассматриваются в качестве факторов, определяющих здоровье индивида или негативно влияющих на него.

Социологические дисциплины акцентируют внимание на социальной природе здоровья и его зависимости от социокультурных факторов, включают в себя принципы кросс-культурной методологии, которые определяют здоровье как социокультурную переменную; характеристики здоровья в этой методологии рассматриваются как относительные, детерминированные специфическими социальными условиями, культурным контекстом, своеобразием национального образа жизни и образа мира. Функциональный подход в социологии связывает здоровье и медицину с другими социальными структурами.

В контексте культурологического подхода культура здоровья была рассмотрена Л.П.Воронковой. По мнению исследователя «окультуривание» основных инстинктов человека происходило через зарождающуюся систему обрядов и ритуалов. В первобытном обществе огромное значение имели игра, охота и труд. Именно эти виды деятельности формировали тело человека и в филогенезе, и в онтогенезе. Отсюда, считает автор, становится понятным существование культурогенеза.

В то же время культуру здоровья можно проанализировать в контексте народных традиций. В основу такого анализа по Э.С. Маркарян у положены традиции как элементы социального и культурного наследия, энергетической и информационной программы, способ сохранения культуры, усваивающиеся и передающиеся из поколения к поколению благодаря общему языку, общей истории и общим предкам. Именно этот подход был положен нами в основу методологии исследования.

К сожалению, в современном обществе остро стоит проблема утери культурных традиций, что рассмотрено в работах С.Н. Иконниковой. Дефицит культуры вызывает особую тревогу и беспокойство, ибо становится глобальным бедствием, свидетельством утраты духовных ориентиров и ответственности перед настоящим и будущим поколениями. Он обнаруживается во многих явлениях повседневности: в неряшливости внешнего облика людей, запущенности городской и сельской среды обитания, распространении грубости и пошлости, выдаваемых за нормы общения, агрессивности и враждебности в отношениях между людьми. Этот факт доказывает острую необходимость формирования культуры здоровья населения страны и ее регионов.

Вторая глава «Культура здоровья и здорового образа жизни бурятского народа» позволяет расширить знания о традициях бурятского народа и использовании их в формировании здоровья и здорового

образа жизни. Автор рассматривает проблемы сохранения, восстановления и укрепления здоровья человека и общества в физическом, психическом и духовном компонентах на национальной почве.

В первом параграфе **«Культурные традиции бурятского народа как основа здорового образа жизни»** раскрываются основные направления развития здорового образа жизни как инструментария внедрения культурных традиций бурятского народа.

В традиционной культуре бурят человек считался здоровым и гармоничным, если не нарушал законы природы, общества и мироздания. У многих российских народов и в том числе у бурятского в их вековых исторических традициях присутствовала ориентация на приоритетность духовных, нравственных начал.

Традиции культуры здоровья бурятского народа предлагается классифицировать на шесть групп:

1. Религиозные, выступающие основным фактором, составляющим основу духовной культуры любого этноса, формирующие систему ценностей человека и в целом народа. Именно религия предопределила представления бурят о здоровье и здоровом образе жизни. В религиозной традиции бурят (где тесно слились представления шаманизма, буддизма и христианства) основой нездоровья рассматривалась нарушение гармонии между человеком и окружающим миром в его сознании, эмоциях и поведении. Здоровье, с точки зрения традиционной культуры бурят, невозможно достичь, игнорируя духовную гармонию. Ярким примером этому служат практикуемые шаманские трансы, буддийские медитации, христианские посты.

2. Культурно-просветительские предопределяет возрождение и распространение традиций, основанных на знании своей истории и культуры, любви к Родине и своему народу и выступают основой духовного здоровья всего общества и каждого его члена.

3. Культурно-развлекательные традиции бурят рассмотрены через призму главных народных праздников (Сагаалган, Сурхарбан, Тайлаган) как в духовно-символическом, так и в культурно-психологическом контексте.

4. Физкультурные (культурно-спортивные), связанные с гармонией тела, духа и души, а также человека, общества и природы. В первую очередь, как отмечено нами, это три национальных вида спорта (Эрын гурбан наадан - три игры мужей): скачки, стрельба из лука, вольная борьба (Бухэ барилдан). Кроме того, в Бурятии успешно развиваются и другие общемировые виды спорта.



5. Культурно-бытовые традиции бурят включают в себя многочисленные обряды, ритуалы и церемонии (рождение, свадьбы, похороны и др.). Они увязывались со здоровьем и безопасностью человека и общества, наделялись особой символической значимостью, часто проводились во избежание возможной угрозы благополучию и здоровью. В связи с известными ограничениями мы не имеем возможности подробно изложить здесь особенности всех культурно-бытовых традиций бурятского народа. Они детально раскрыты нами в тексте диссертационного исследования, так как имеют весьма существенное значение в культурологическом аспекте оздоровления человека и общества.

6. Целительские традиции основаны на народных методах лечения. Среди них различные виды массажа, грелки и компрессы (соляные, песочные, войлочные), водолечение (прием ванн в минеральных и горячих источниках - аршанах), прижигание, травничество. В традиционной бурятской медицине существовали методы лечения, имевшие глубокий духовный смысл.

Вышеуказанные традиции выполняют ряд значимых функций, имеющих ключевое значение в обеспечении здоровья человека и общества:

1) формируют морально-этические основы праведной (духовно здоровой) жизни человека и общества;

2) вырабатывают должный стиль общения, здоровый и гармоничный характер взаимоотношений в обществе;

3) транслируют и воспроизводят идеалы и образцы здоровых отношений в жизни новых поколений;

4) оздоравливают взаимодействие людей между собой и с окружающим миром, одухотворяют процесс жизнедеятельности;

5) интегрируют общество в народ на основе «здоровых» (праведных) духовных ценностей и эффективных психологических установок;

6) формируют устойчивые стереотипы здоровья и здорового образа жизни;

7) обеспечивают овладение человеком основными знаниями о здоровье и пропаганду здорового образа жизни на различных этапах социализации личности.

Во втором параграфе **«Культурологический анализ уровня современной культуры здоровья бурят: проблемы и основные тенденции»** отражены результаты проведенного диссертантом социологического исследования по проблемам формирования традиционной культуры здоровья бурят на современном этапе.

Неустойчивое развитие современной России и ее регионов, недостаточное правовое, ресурсное, информационное и финансовое обеспечение мероприятий по сохранению здоровья человека и общества, развитию здравоохранения, а также затянувшиеся реформы способствовали значительному ухудшению здоровья населения. Накопилось много проблем, решение которых требует изменения государственной политики в области охраны здоровья.

В сложившейся ситуации мы считаем своевременным для Бурятии выявление уровня культуры здоровья бурят и способов его оздоровления. С этой целью диссертант провел исследование в 5 районах республики (Закаменском, Иволгинском, Селенгинском, Тункинском и Джидинском). Выбор районов был обоснован преобладающей численностью бурятского населения по отношению к иным национальностям. Основными методами изучения были выбраны опрос, анкетирование, интервьюирование и наблюдение.

Полученные результаты свидетельствуют о непростой ситуации, сложившейся в области культуры здоровья в Бурятии. Безусловными проблемами данной области являются:

1. Неуклонное повышение заболеваемости (в частности, хроническими болезнями), понижение рождаемости и повышение смертности во всех исследуемых районах, что говорит об общей тенденции к снижению уровня здоровья населения, о снижении здорового образа жизни и культуры здоровья в целом.

2. У большинства опрошенных существуют проблемы со здоровьем, не только в физическом, но и, что более важно, в психическом плане.

3. По результатам опроса в системе ценностей сельского населения на первом месте находится материальное обеспечение и благополучие, а здоровье лишь на последнем. Респонденты отмечали, что социальный уровень жизни не позволяет стабильно поддерживать уровень здоровья, формировать культуру здоровья и здоровый образ жизни. Этому способствует отсутствие рабочих мест на селе и как следствие - постоянного заработка.

4. Частичная алкоголизация (и наркотизация) населения. Тревожной тенденцией является постоянно молодеющий возраст потенциальных алкоголиков.

5. Недостаточное количество специализированных физкультурно-спортивных учреждений и слабая материально-техническая их оснащенность. При этом нельзя утверждать, что значительная часть моло-

дежи не интересуется спортом. Кроме того, бурятские спортсмены стабильно показывают высокие результаты на межрегиональных и международных состязаниях.

Между тем, интервьюируемые признают важность влияния культуры здоровья не только на физическом, но и на духовном уровнях, хотя связывают ее в основном лишь с физической составляющей. Важной положительной тенденцией является внимание к традиционной культуре. Исследование позволяет утверждать, что сельское население большую роль отводит необходимости использования традиционных культурных ценностей бурят в области здорового образа жизни. Например, значимую роль играет религия, которая, по утверждениям респондентов, способствует формированию культуры здоровья, а также формирует морально-этические основы праведной (духовно здоровой) жизни человека в обществе. Более того, большинство из опрошенных ежегодно посещают вместе с семьей Сурхарбан, Тайлаган и другие национальные празднества, стараются участвовать в исполнении культурных обрядов. По сей день широко используется народная медицина. Отмечается, что она не вредит организму, поскольку основывается на знаниях, накопленных многолетней практикой.

Таким образом, в традиционной культуре бурят единство тела, духа и души по сей день является аксиомой. Однако, анализируя культуру здоровья бурят на современном этапе, нельзя не учитывать имеющиеся противоречия. Только комплексное рассмотрение проблемы будет способствовать выработке правильной политики в области сохранения и развития культуры здоровья населения Республики Бурятия.

В третьем параграфе **«Формирование культуры здорового образа жизни посредством культурно-оздоровительных традиций бурят»** рассматриваются основные традиционные приемы, методы лечения и способы сохранения культуры здоровья бурят.

Сохранение культуры здоровья бурятского населения автор видит в обращении к вековым национальным культурным традициям с учетом современных реалий. Внедрение в систему ценностей, культурных установок, мотивации жизнедеятельности духовно-нравственных ценностей ведет к восстановлению духовного компонента, как и здоровья в целом.

Во-первых, необходимо сохранить духовную основу культуры бурятского народа, которая создает предпосылки для комплексного осмысления категории «здоровье» в научном и прикладном аспектах, а

также формирования здорового образа жизни с использованием культурных традиций бурятского народа. Поскольку оздоровление всегда связывалось с восстановлением гармонии человека и общества, это может и должно стать основой современного здорового образа жизни.

Во-вторых, предлагается более широкое распространение народных обычаев празднования традиционных бурятских праздников в адекватных современным условиям формах, с акцентом на их оздоравливающее воздействие.

В-третьих, существенное значение в культурологическом аспекте оздоровления человека и общества имеют и бурятские культурно-бытовые традиции, которые могут использоваться сегодня с учетом современных требований.

В-четвертых, немаловажно сохранение основ традиционной (народной) медицины у бурятского населения, располагающей богатым арсеналом лекарственных трав, многие из которых недостаточно изучены и не нашли широкого применения в современном обществе. Знаатоки традиционной бурятской культуры Л.Л. Абаева и Н.Л. Жуковская справедливо отмечают что, современные буряты знакомы сразу с двумя донаучными стадиями развития медицины: это собственно бурятская народная медицина, истоки которой уходят в глубь истории культуры древних насельников Прибайкалья, а также заимствованная вместе с буддизмом традиционная тибетская медицина, получившая с XVII века распространение главным образом у восточных бурят. Первая из них практически мало известна, поскольку находилась в тени более развитой учёной дацанской медицины, обучение и практика которой является монополией буддийского духовенства. Использование основ тибетской медицины, которая обеспечивает целостный подход к здоровью, принципы которой перечислены в систематической и логической структуре, основанной на понимании тела и его отношений к среде, дают основу для формирования нового пласта культуры здоровья.

В-пятых, так как результаты исследования доказали, что физкультурные традиции бурят связаны с гармонией тела, духа и души, а также человека, общества и природы, именно они могли бы стать основой физического воспитания в Бурятии и снизить воздействие негативных явлений. Традиционные спортивные состязания пользуются, сегодня среди бурят огромной популярностью, собирают многочисленных участников и болельщиков. Значимость этого направления работы подтверждается опрошенными диссертантом респондентами, согласными

с необходимостью возрождать игры и спортивные состязания, которыми увлекались их предки, для формирования здорового образа жизни у молодежи.

В-шестых, основой здорового образа жизни, несомненно, должна стать любовь к Родине, истории и культуре своего народа, во все времена выступавшая основой духовного здоровья не только всего общества, но и каждого его члена в отдельности.

Все вышеизложенное будет способствовать общему повышению социального уровня жизни, сближению человека с природой как естественной средой обитания всех живых существ.

Подводя итоги, автор диссертационного исследования отмечает, что основными направлениями формирования здорового образа жизни должны стать:

а) информирование всех категорий населения о здоровье и здоровом образе жизни, позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

б) «обучение» людей здоровому образу жизни;

в) проведение оздоровительных мероприятий, включая поддержку инициатив, связанных с формированием здорового образа жизни.

Но для того, чтобы каждый гражданин чувствовал свою ответственность за собственное здоровье, необходимо сформировать систему приоритетов в общественных отношениях, способствующих физическому, психическому и духовному оздоровлению человека и общества. В решении этой проблемы должны участвовать государство, общественные, в том числе культурные, организации, что является важнейшим условием формирования здорового образа жизни.

В **Заключении** подводятся итоги, формулируются основные выводы. Отмечается, что здоровье было, есть и будет важнейшим фактором развития общества и что формирование культуры здоровья должно стать приоритетным направлением культурологии. Необходимо формировать культуру здоровья, основываясь на народной медицине, традиционных видах спорта, духовных ценностях бурятского народа.

## **Основные публикации по теме диссертации:**

### **Статьи, опубликованные в рецензируемых научных изданиях:**

1. Цыгунуова Е. Т. Традиционная культура бурятского народа / Цыгунуова Е. Т. // Вестн. Бурят. гос. ун-та. – Улан-Удэ, 2009. – № 6а. – С. 297-300.
2. Цыгунуова Е. Т. Сущность понятия «здоровья» в контексте культурологического подхода / Цыгунуова Е. Т. // Вестн. Бурят. гос. ун-та. – Улан-Удэ, 2009. – № 14. – С. 300-305.
3. Цыгунуова Е. Т. Понятие и содержание категории «здоровый образ жизни»: культурологический аспект / Цыгунуова Е. Т. // Вестн. Бурят. гос. ун-та. – Улан-Удэ, 2010. – № 6. – С. 232-238.

### **Статьи в других изданиях:**

4. Цыгунуова Е. Т. Традиционная культура укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни бурят / Цыгунуова Е. Т. // Научные исследования аспирантов ВСГАКИ : сб. ст. – Улан-Удэ, 2008. – Вып. 1. – С. 108-114.
5. Цыгунуова Е. Т. Знание народной медицины в традиционной бурятской культуре / Цыгунуова Е. Т. // Культурное пространство Восточной Сибири и Монголии: от прошлого к будущему: материалы IV междунар. симп. – Улан-Удэ, 2009. – С. 288-293.
6. Цыгунуова Е. Т. Национальные виды спорта как часть традиционной физической культуры бурятского народа / Цыгунуова Е. Т. // Культурный потенциал байкальского региона : материалы межрегион. науч.-практ. конф. – Улан-Удэ, 2009. – С. 447-453.
7. Цыгунуова Е. Т. Влияние досуга на здоровье человека и общества / Цыгунуова Е. Т. // Социум. Культура. Нравственность. Досуг : материалы Междунар. науч. конф. (г. Тюмень, 15 апр. 2010 г.). – Тюмень, 2010. – С. 201-203.
8. Цыгунуова Е. Т. Физическая культура и спорт как основа формирования здорового образа жизни и сохранения культурного наследия бурят / Цыгунуова Е. Т. // История и культура народов Сибири, стран Центральной и Восточной Азии : (посвящ. 85-летию со дня рождения д.и.н., проф. Б. Б. Батуева, 65-летию Победы в Великой Отеч. войне, 50-летию ФГОУ ВПО ВСГАКИ) : материалы IV Междунар. науч.-практ. конф. – Улан-Удэ, 2010. – С. 465-472.
9. Цыгунуова Е. Т. Социокультурная составляющая здоровья и качество жизни населения / Цыгунуова Е. Т. // Культура как ресурс социального экономического развития : материалы Междунар. науч. конф., 1-2 июля 2010 г. (г. Улан-Удэ – оз. Байкал : Байкальские встречи – VII. – Улан-Удэ, 2010. – С. 164-170.
10. Цыгунуова Е. Т. Байкал как источник здоровья человека и общества / Цыгунуова Е. Т. // Глобальные и региональные проблемы устойчивого развития мира: материалы междунар. конф. ЮНЕСКО. – Улан-Удэ, 2010. – С. 108-111.
11. Цыгунуова Е. Т. Влияние христианской религии на формирование здоровья бурят / Цыгунуова Е. Т. // Православие: миссионерство и дипломатия в Сибири : материалы всерос. науч.-практ. конф. (14-15 янв. 2010 г., г. Улан-Удэ). – Улан-Удэ, 2010. – С. 201-203.
12. Цыгунуова Е. Т. Лечебно-оздоровительный туризм в Байкальском регионе / Цыгунуова Е. Т. // Устойчивое развитие туризма и модернизация экономики России : материалы IV междунар. науч.-практ. конф. (г. Улан-Удэ, 6-9 сент. 2011 г.). – Улан-Удэ, 2011. – С. 286-288.

Подписано в печать 29.02.2012 г. Формат 60х84 1/16.  
Бумага офсетная. Объем 1,3 печ. л. Тираж 100. Заказ № 41.

Отпечатано в типографии Изд-ва Федерального государственного  
бюджетного учреждения науки БНЦ СО РАН  
670047 г. Улан-Удэ ул. Сахьяновой, 6.