

Николай КУДРЯШОВ

М а г и я

Б О Я

ТАЙНЫ БОЕВЫХ ИСКУССТВ

ГИПЕРБОРЕЕВ



ВЕСЬ

ИД «ВЕСЬ»

Санкт-Петербург

2002

ББК 75.715
К88

Оформление обложки *Елохин Павел*
Фото *Попов Дмитрий*
Иллюстрации *Матросов Юрий*

Кудряшов Н. И.

К88 Магия боя. Тайны боевых искусств гиперборцев. – СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2002. – 192 с., илл.
ISBN 5-94435-108-X

В предлагаемой вашему вниманию книге описана уникальная система целостного движения гиперборцев, рассматривается ее применение в жизни и в военно-прикладном аспекте – боевой системе «Топот».

Гиперборейская система учит человека воспринимать самого себя и окружающий мир как единое целое.

Эта книга поможет вам лучше узнать свое тело, предложит рекомендации, как на тренировках по боевым искусствам сделать это наиболее эффективно. Такая постановка вопроса уникальна. Впервые боевые искусства рассматриваются с точки зрения их оздоровительной значимости с привлечением современных научных разработок.

Для широкого круга читателей.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 5-94435-108-X

© Кудряшов Н. И., 2001.

© Лисовский П. П., 2001.

© ИД «ВЕСЬ», 2001.

ИД № 02715 от 30 августа 2000 г.

Подписано в печать с готовых диапозитивов 25.01.2002.

Формат 84x108 $\frac{1}{32}$. Объем 6 печ. л. Тираж 3000 экз. Заказ № 862.

Налоговая льгота – общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2 –953990 – литература универсального содержания.

ИД «ВЕСЬ»

197101, Санкт-Петербург, ул. Мира, д. 6.

Тел.: (812) 325-29-99.

E-mail: vespeter@mail.wplus.net

Заказы «Книга–почтой» направлять на адрес ИД «ВЕСЬ».

Московское представительство:

ООО «Атберг 98»

Тел./факс: (095) 973–0086

E-mail: atberg@aha.ru

<http://www.atberg.aha.ru>

Книжные Internet–магазины:

<http://www.top-kniga.ru> (Новосибирск)

Отпечатано с готовых диапозитивов в ГИПК «Лениздат» (типография им. Володарского) Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.

191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 59.

*В человеке как в микрокосме представлен весь мир.
Познай самого себя, и ты познаешь весь мир.
Тело человека создано по образу и подобию Бога.
Древние мудрости*

*Осознай свое тело и законы его изменения, и ты познаешь весь мир.
Николай Кудряшов*

Введение

С самых древних времен люди стремились к Знанию. Путь к нему очень непрост. Препятствия, встречающиеся на пути, только усиливают желание ищущих постичь Истину.

Знание веками передавалось из уст в уста, от сердца мудреца к сердцу ученика. Ученики со временем сами становились мудрецами, и знание опять передавалось лучшим из лучших. Оно передавалось только тем, кто был способен не только сохранить, но и преумножить, обогатить его, расширить диапазон восприятия мира. Детали уточнялись, рамки восприятия мира раздвигались. Человечество все лучше и лучше понимало, в чем же именно состоит смысл жизни. Носители знания, мудрецы, в разных странах назывались по-разному – *боги* у гиперборцев (Геродот), *игрецы* у славян (Андреев), *монархи* у атлантов (Рерих), *му* у лемуриан (Блаватская), *жрецы* в Египте, *барды* у друидов, *волхвы* у индоариев, *раввины* у израильтян, *суфии* у мусульман, – но всех их объединяло то, что возможности, которыми они обладали, превосходили возможности обычных людей на порядок. О них слагали легенды, их слова и дела помнили и завещали помнить своим детям.

Иногда современникам мудрецов хотелось увидеть, как их чудесные знания проявляются в реальных событиях, например, в схватках. Тогда мудрецы демонстрировали прикладные возможности своих знаний. Так рождались боевые искусства планеты. В прикладной значимости знаний и крылся секрет их успехов: они не «играли» в обычные «игры» человечества. Они сами себе писали сценарии «сказок», в которых потом сами принимали деятельное участие, жили в них. **Жизнь – это то, что мы думаем и говорим о ней.**

Мир таков, каким его себе представляет человек. Тайные человеческие желания формируют ряды событий, которые с ними происходят. В этом смысле планета Земля – наиболее подходящее место для разнообразных «авантюристов» даже очень высокого уровня посвящения! Все они, как правило, занимались боевыми искусствами. Это происходило потому, что в далекие времена это был один из немногих способов привлечь внимание людей к Знанию. Не были исключением и наши северные предки. Не раз и не два бореи демонстрировали свои возможности. Они оставили нам о них свои памятные знаки, но не все способны понять их.

Большинство специалистов традиционных систем единоборств сразу обозначают для себя на демонстрациях военно-прикладного направления гиперборейской системы целостного движения «Топот» нечто, что привлекает их внимание. Несмотря на это, впрочем, они, как правило, не считают нужным изменять тем принципам, которые им известны. Я могу это понять.

Модель мира любого человека (то, каким он видит, слышит и ощущает этот мир) формируется с детства. Наставники сопровождают человека с пеленок – роддом, семья, школа, социум. Любой наставник, в том числе по боевым искусствам, настаивает при обучении на своем видении мира. Человек, получивший такое «посвящение», сам становится носителем определенного знания. Чем он старше, тем труднее его в чем-либо переубедить. Да и надо ли, если он этого не хочет? Иногда существование внутри давней традиции бывает полезнее пересмотра взглядов. За спиной человека незримо «выстраиваются» те, кто создавал и поддерживал эту традицию, его силы при этом увеличиваются.

Все достаточно авторитетные доктрины описания мира претендуют на знание истины о мире, считают себя самыми правильными, самыми сильными. Гиперборейская же система целостного движения отличается от прочих тем, что декларирует силу всех концепций

описания мира. Она признает и учитывает все принципы, на которых базируются другие системы боевых искусств – все парадигмы сильны, каждая по-своему. Такова позиция наших древних предков.

В системе целостного движения разработаны свои принципы. Один из них гласит: **«Познай мир через самого себя»**. Сама идея не нова. Гиперборцы же понимали под этим изучение процессов материального мира через процессы, протекающие в теле человека.

Раскрытие персоны (К. Юнг) – это не только раскрытие человека в целом, но и раскрытие детализировки его представительства в мире, то есть изучение того, каким он предстает перед окружающим миром. Интерес представляет при этом, в частности, тело человека, его динамика, способ коммуникации с окружающим миром. Гиперборейская система предполагает раскрытие персоны в более широком смысле, чем это предполагал Юнг. В это понятие включено не только целостное восприятие человеком самого себя и окружающего мира, но и восприятие им своего тела, как картографии его возможных (и доступных для осознания) моделей мира.

Осознать эти модели мира – благодарная задача, стоящая перед каждым из нас. Эта книга поможет вам не только обратить внимание на свою трепещущую от непознанности телесность, но и предложит рекомендации, как сделать это наиболее эффективно на тренировках по боевым искусствам, учитывая принципы оздоровления. Такая постановка вопроса уникальна. Впервые вопросы, связанные с боевыми искусствами, рассматриваются с точки зрения их оздоровительной значимости, с привлечением современных научных разработок.

В предлагаемой вниманию читателя системе способность выживать заменена на способность оздоровления не только тела, но и сознания человека. Такой подход к существованию человека в материальном мире – одна из тайн древних гиперборцев. Они откровенно говорят, что человеческое существо должно уметь не только выживать, что обеспечивается за счет гибели других биосистем, но и любить.

Такая переориентация – только начальная работа, направленная на постижение человеком глубин своего внутреннего бытия. Работа эта важна для практической деятельности по достижению любви. Она достаточно сложна, но ее ключевым звеном является тело человека.

С момента, когда тело начинают изучать не с точки зрения «карательной анатомии» (Гуссерль, Арто) или «медикаментозной биохимической коррекции» (Н. М. Амосов), а с точки зрения его естественных феноменальных возможностей, становится возможным применение достаточно мягких техник, например, таких, как техники мысленного сопровождения (Юнг) при погружении в глубину телесного ощущения. Это новая постановка вопроса, и она корректна. Указанный процесс определяет отношения человека с окружающей природой и природой человеческой. Отношения же наши с окружающей живой природой – лишь небольшая часть глубинных непроработанных начал человеческого естества. Об этом надо иногда задумываться.

Сейчас уже нет сомнений в том, что на состояние психики индивидуума влияет состояние его физического тела (Н. М. Амосов).

Ведущим фактором влияния является то, что в гиперборейской системе целостного движения определяется как оптимальность «двигательной телесной волны».

Это понятие вмещает в себя новое осмысление учений о человеческом организме. В данной книге впервые раскрывается понятие «двигательной телесной волны». Психическая целостность имеет отношение, прежде всего, к осознанию человеком своего тела, его динамических способностей. Человеческий организм обладает свойством подобия по отношению к космическим процессам, и человек должен понимать их.

Он должен познать их сначала на уровне поверхностного осознания своего тела, а затем на уровне подробного проявления тела в окружающем мире.

В гиперборейской системе целостного движения на первом этапе обучения ставятся следующие задачи:

максимально проявить личность с точки зрения познания ею своего глубинного предназначения тела;

оптимизировать целостность личности;

возвратить ее к осознанному проживанию в теле.

Решение этих задач поможет человеку достаточно глубоко понять, а потом и принять сердцем Бога.

Осознание своего тела поможет человеку решить многие задачи и определить перечень

вопросов, решение которых будет для него важным на следующих ступеньках совершенствования. Человек, пройдя первую ступень, начинает понимать значение словосочетания homo sapiens («подобный разумному»). И это лишь одна из ступеней лестницы совершенствования. Описанная в предлагаемом учении телесная модель – только часть обобщенной модели мира, которую необходимо познать человеку.

Первый постулат гиперборейской системы целостного движения гласит: **«Если боевая система подготовки человека не ставит своей промежуточной целью практическое здоровье тех, кто в ней занимается, то она не совершенна»**. Гиперборцы в своих разработках говорят, что Путь развития человека в любой системе по работе с телом и духом предполагает сначала оздоровление, его еще называют очисткой организма, потом прикладное применение знаний, например, в единоборствах или в целительстве, и только после этого полное устремление своих помыслов на духовное самосовершенствование. Игнорирование любого из этих этапов может привести к серьезным заболеваниям не только тела, но и психики.

Эта книга для тех, кто согласен с предложенными древними гиперборцами принципами, и готов прислушаться к их советам.

ГЛАВА 1.

Боевые искусства планеты Земля

§ 1. Из прошлого боевых искусств

Боевое искусство – это искусство вести бой. Такая формулировка достаточна для описания вопроса в первом приближении. Основное предназначение боевых искусств – наработка навыков подавления или уничтожения противодействующей системы. Определение «боевые» однозначно подтверждает сказанное. Начнем наш рассказ с истории боевых искусств.

Истоки боевых искусств землян теряются не в глубине веков, но в дали тысячелетий и даже миллионов лет существования человечества. Возраст Земли исчисляется миллиардами лет, время существования материального мира еще больше. Согласно антропологическим данным виду *homo sapiens* приблизительно 1,9 млн. лет. Я считаю, что предтечей понятия «боевые искусства» является «принцип выживания» (З. Фрейд) биологических систем. Этот принцип содержится в генетическом банке данных клеток любого человеческого организма. Я не буду пытаться определить время формирования в биологии нашей планеты указанного принципа, а начну со времен, известных нам из истории.

Зарождались и развивались боевые искусства в местах силы, особых местностях нашей планеты. Перечислю основные места силы, где изучались и совершенствовались законы ведения поединков.

Диринг-Дюра – местность в 140 км от г. Якутска (Россия), где при раскопках были обнаружены каменные орудия, в том числе предназначенные для ведения боя. Их возраст 1,8–3,2 млн. лет. Эта местность считается одним из районов зарождения человека разумного на нашей планете.

Олдовой – африканское урочище, где нашли орудия пригодные, в частности, для ведения боя. Их возраст 1,5 млн. лет¹.

Знамениты пещеры Жан-Бернар, внутри нее резко изменяется мировосприятие, Ляско («чудесный зверь»), Фон-де-Гом, Ле-Труа-Фрер, Альтамира (Франция и северная Испания), Сьерро-Гуасу (Парагвай), Родоп (Болгария). Их стены испещрены фигурками людей, в частности, с оружием в руках.

Остров Буян. Это место силы находилось в Алатырском (ныне Балтийском) море. Там, по преданиям, находился центр мира и «отец всех камней» – чудодейственный камень Алатырь. Остров Буян состоял из монолита спекшейся породы толщиной от одного до 30-ти метров. Остатки подобных монолитов обнаружены под Люберцами (Московская обл.); в Вологодской области (Синяя гора, притягивающая молнии); в Японии (Скала Смерти, куда отвозят для примирения ссорящихся супругов), Досоджины (огромные камни с изображениями мужского и женского божеств); в городе Аксум (южное побережье Красного моря, Эфиопия); в Чертовом городище под г. Козельском (Россия); на острове Булаван в море Банда (Индонезия); на острове Тонгатапу («Ворота Тонга», Полинезия); в Долине смерти (Калифорния), где полутонные камни катятся сами по себе против ветра, в Долине чудовищ в штате Юта и Звенящих скалах в округах Бакс, Франклин, в районе реки Делававер штата Пенсильвания (США); в Чехии (Каменички Шенова – скала естественного образования); на острове Мальта; на острове Пасхи и в некоторых других местах. Сюда же можно отнести пирамиды Египта, Мексики, Гватемалы, Гондураса, Перу, выполненные из фрагментов спекшихся монолитов, плато Наска, развалины оборонительного сооружения Саксуамана (Перу), Баальбекскую террасу (часть развалин древнего Гелиополя, XVIII век до н. э.).

На Соловецких островах до сих пор сохранились мегалиты, катакомбы и лабиринты, построенные более 4000 лет назад и до сих пор являющиеся местами силы.

Такие монолиты необходимы при занятиях по системе «Топот». Почему необходимы, я поясню на примере.

¹ Борейский термин «олдовый» неоднократно встречается в книге борцев «Борины» и обозначает одно из боевых посвящений 5-го уровня понимания мира в гиперборейской системе описания мира.

Однажды на тренинге по целостному движению мы со старшей группой изучали места, зоны, где сходятся ритмы окружающего мира. Такие зоны есть везде, мир наполнен ритмами. Пение птиц и шум трамвая это не просто разные звуки, это звуки, имеющие совершенно разные собственные ритмы существования, да еще насыщенные целой гаммой дополнительных вибраций. Существует и иерархия таких зон. Есть даже зоны планетарной, звездной, галактической значимости.

Если в окружающей природной среде есть хотя бы два отличающихся друг от друга звучащих ритма (а в жизни их гораздо больше), то существует место, где они сходятся, пересекаются. Его трудно, но можно отыскать. Это место обладает целым рядом специфических свойств. Такие зоны пересечения ритмов есть в любом помещении. Мы на тренинге учились находить их при помощи движений тела в режиме «телесная волна». Одна из девушек, стройная, изящная, симпатичная Таня Е. неожиданно для всех топнула ногой так, что вибрация от ее несильного движения прокатилась по монолиту бетонного пола и ощутимо встряхнула всех, кто был в помещении. Она нашла место пересечения ритмов. А мы занимались на первом этаже здания с мощным фундаментом. Пол в помещении был представлен, как минимум, 63-й строительной бетонной плитой, толщиной миллиметров двести. И вот эта толстая плита вдруг завибрировала под ногой хрупкой девушки, да так, что мы все это ощутили. Было такое впечатление, будто рядом с домом прокатился тяжелый танк. Событие было удивительным, можно сказать, невероятным, и все оценили его. Присутствующие захлопали в ладоши: все сказанное до этого мной подтвердилось, и это было здорово. Девушка нашла точку сингулярности, и воспользовалась ее свойствами.

Скоро все участники тренинга нашли место пересечения ритмов в этом помещении и топали ногами так, что от вибраций бетонного пола дух захватывало. Мы могли разрушить бетонный пол своим чрезмерным вмешательством в ритмы существования помещения, поэтому я пресек дальнейшие опыты. Известно, что солдатам, строем проходящим через мост, командиры приказывают идти не в ногу во избежание появления эффекта резонанса и поломки моста. Именно поэтому для упражнений в боевых искусствах древним барином были необходимы мощные каменные монолиты. Лишь они могли выдержать силу удара шага, топота этих древних богатырей, умеющих осознавать и использовать ритмы жизнедеятельности своего организма, а также подстраивать их под ритмы существования окружающего мира, в том числе под ритмы региональных и планетарных явлений.

Мегалиты и лабиринты на Кавказе, на острове Корсика, в Шотландии и так далее.

Аркаим – остатки древнего города-крепости ариев южнее г. Магнитогорска Челябинской обл. Ученые называют этот город Уральской Тройей, Русским Стоунхенджем, Городом Солнца Томмазо Кампанеллы. Судя по кольцевой, строго ориентированной по звездам планировке города, в которой просматривается геометрия свастики², его жители использовали в тренировках по боевым искусствам принцип восходяще-нисходящей спирали. Этот принцип является одним из основных в технике спирально-меандровой эпохи гиперборцев³.

Однажды на занятиях группа девушек, обучающихся искусству древних баринов и претендующих на чин боярынь (то есть женщин, умеющих «работать» со своим характером на уровне последовательности действий), попросила меня продемонстрировать что-нибудь на уровне намерения. Тест 5-го уровня был достаточно простым: суметь изменить погоду при помощи изменения структуры восходяще-нисходящих спиралей-потоков, существующих в окружающем мире. На первом этапе 5-го уровня это умение нарабатывалось за счет использования энергетических возможностей организма и определенных движений тела. Умение контролировать свое поведение в любой ситуации основа данного теста.

Этот тест боярыни прошли успешно: погода стояла солнечная, жаркая. Все они отлично справились со своим рефлексом плохой погоды, который «захватывает» людей при виде темных туч на небе. Мысли о дожде и испорченном дне в этом случае почти неизбежны, и именно эти мысли подтверждаются последующими событиями. Тест девушки выполнили, но им было мало познанного. Я предупредил их, что два раза менять направление течения процессов в окружающем пространстве на противоположное занятие неблагоприятное: может последовать реакция окружающего мира, и не всегда ее можно будет воспринять адекватно. Девушки настаивали... Им хотелось увидеть, как проделанное на уровне энергетики организма можно выполнить только на уровне намерения, без применения специальных движений, которые они уже выучили.

Техника безопасности для материальных систем гласит: «Любое вмешательство в окружающую среду приводит к ответной реакции окружающей среды». Я попытался убедить девушек в ненужности экспериментов с возможным негативным результатом действия такого уровня... Девушки настаивали... Женское любопытство сильнее страха наказания – в свое время в этом убедился даже Адам. Я согласился.

² Свастика – индийский символ Солнца и надежды.

³ Спирально-меандровой называется эпоха баринов в некоторых научных трудах. Техники спирально-меандровой эпохи или техники волновых процессов имеют неопределимое прикладное значение в любой области, особенно в боевых искусствах.

Через пять минут небо вокруг потемнело, откуда-то набежали облака. Собаки, мирно спавшие под окном, неожиданно проснулись и вцепились друг другу в горло. Визг и хрипение наполнили пространство. Бабушки, ведшие уже часа два подряд степенную беседу на скамеечке под окном, закричали друг на друга визгливыми голосами. Я хотел все повернуть вспять, но не успел, возмездие неумолимо приближалось. С пятого этажа дома, где мы проводили эксперимент, раздались звуки ужасной драки. «Это у П...вых, там сегодня отмечают день рождения», сказала хозяйка нашей квартиры. В маленьком городке все про всех знают, поэтому я не удивился такой осведомленности. Звуки драки постепенно, нагоняя страх, переместились вниз, на первый этаж, где находились мы. Пьяная драка ввалилась в квартиру нашей хозяйки, сметая все преграды на своем пути. Конечно, из трех комнат этой квартиры для продолжения драки они выбрали ту, где были мы, как я и ожидал.

Мы сидели спокойно, правда, по разным причинам. Девушки ничего не могли сделать и сказать от страха, целиком захватившего их сознание. Мне было все равно: что восходящая, что нисходящая спираль силы, жизнь одна, и прожить ее надо так, чтобы телу «не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы».

Лидер драки возмущился нашим спокойствием и «вычислил» меня как генератора этого спокойствия. Он подскочил ко мне, но, поняв, что «шутить» с ним я не буду, он довольно благоразумно перенес всю мощь своего воздействия на другой объект. Пока они, лидер и его оппонент, кричали друг на друга, я тихо спросил девушек: «Хватит»? (формально я должен был получить от них добро на прекращение эксперимента). «Да! Да!» – тихо сказала хозяйка. Это было как раз то, что нужно.

Я обратился ко всем присутствующим и сказал: «Для того, чтобы ситуация здесь изменилась, вам всем нужно будет сейчас сделать то, что я попрошу. Сделать, как бы тяжело ни было. Понятно?» Девушки покивали головами, двигательный ступор у них неожиданно прошел. Самое интересное, что покивали головами и незваные гости. Я выдержал паузу и произнес самые простые слова: «Пожалуйста! Улыбнитесь!» Девушки попытались улыбнуться. Они уже прошли неплохую школу в гиперборейской системе и доверяли мне. Улыбнуться, так улыбнуться. Улыбки их больше напоминали гримасы, но это уже ничего не значило. Я снова «закрутил» восходящую спираль. И ничто уже не могло остановить восходящий поток силы в этом помещении.

Реальность не замедлила откликнуться. Выглянуло солнышко. Собаки перестали грызть друг друга и весело завивали хвостами. Бабушки вернулись к мирной беседе. Драчуны тут же помирились и пошли к себе допивать алкоголь, спрятанная бутылка которого и была причиной конфликта. Ничто не напоминало о недавних событиях.

◆ **Аваллон** (от валлийского «яблоко, дарящее иллюзию бессмертия»)⁴. Аваллон – потусторонний мир, находящийся на далеком западе, мир, в котором, по мнению предков, остановлено само время. Позднейшие (XII века н. э.) легенды утверждали, что речь идет о Гластонберийском монастыре. Он расположен вблизи шотландской границы в Англии, то есть Британии. В этой стране в доисторические времена поселились бории и создали форпост борейской цивилизации. Туда феей Морганой был перенесен король Артур (Арий-Тур), смертельно раненый в битве при Калане.

◆ **Аменти** – священное место, обитель египетского, сокрытого, тайного бога Амона (Амена), состоящая из 14-ти частей, по числу знаков зодиака, каждая из которых предназначена для эзотерических целей, в том числе для отработки специфических психосоматических состояний организма в режиме выживания.

◆ **Абхоягири Васидах** – буддийская еретическая Школа Сокровенного Леса на Цейлоне. Абхоягири означает в переводе с санскрита Гора Бесстрашия. На этой горе мифический Вася обучал искусству пробуждать, будить чувства при помощи удара ногой, топота, равного по силе удару гирей.

◆ **На Соловецких островах** в России до сих пор сохранились мегалиты, катакомбы и лабиринты, построенные более 4000 лет назад. По некоторым их характеристикам можно сделать вывод о том, что там проводилось очень серьезное обучение людей, в частности, боевым искусствам. Многие из этих сооружений не потеряли для славян своего значения места силы до сих пор. Эти места при минимальной реконструкции, можно использовать для подготовки единоборцев соответствующего класса.

Все перечисленные места силы «помнят» о том, что происходило там много лет назад и готовы «проявить» свое знание в любой момент времени. Только стоит ли их «пробуждать»? Нужно помнить, что техника безопасности превыше всего.

Обратимся теперь к непосредственным упоминаниям о боевых искусствах древних.

Описание форм ведения рукопашного боя есть в материалах по Индии (стиль «Шива-

⁴ В кельтских мифах – Остров блаженных, Земля жизни и женщин. Женщины очень важны в вопросе боевых искусств – вспомним силу либидо. По З. Фрейду это основа всего.

ната», около 5000 лет назад), по Древнему Египту (около 4000 лет назад).

Первое упоминание о славянских боевых системах относится к XV веку до н. э. Название «славяне» происходит от слова «славь» (славить Богов, петь им гимны). Был у них и гимн и богу схватки. Он напоминал громкое «ура» и исполнялся в хороводе со многими специфическими деталями. Наши предки в древности активно использовали звуко-резонансные ряды (гимны) для создания, в частности, «потоков» боя, песен боя.

При ведении боевых действий наши предки умело использовали ландшафт – озера, реки, болота, горы, леса – ловушки, лабиринты, ветер, огонь, отравляющий дым и многое другое, что является характерной особенностью явинского (от слова «явь») и славянского стилей боя. Многие их технические действия опирались на интереснейшие, даже с современной точки зрения, психотехники. Именно отсюда пошло выражение «морочить голову», и в этом наши предки были большими мастерами. В 514-м году до н. э. одно из подразделений полководца Дария столкнулось с навинским (от слова «навь», то есть не-явь, мир не жизни) боевым искусством, являющимся разновидностью боринского или баринского (боярского) боевого искусства скифов (читай, России). Воины Дария, устав от происков изматывающего их «природными» способами противника, вызвали его на открытый бой. «Попробуйте тронуть могилы наших предков», – ответили скифы. Чужеземцы рискнули сделать это, и были уничтожены. Термин «наваждение» (ожидание нави) – это отголосок упоминания об одной из жесточайших боевых школ, что несколько тысячелетий существовали на территории современной России.

Формирование первых военных школ Восточной Азии происходило в период с XIV по XI века до н. э. В VII веке до н. э. в программу античных Олимпийских игр вошли борьба и кулачный бой. Победой считалось только физическое превосходство единоборца. Это был панкратион, кулачный бой. Примерно в это же время было написано произведение «Анахарис, или Об упражнении тела» (автор неизвестен).

В I–V веках н. э. на территории современного юга России были построены так называемые Змиевы валы для обороны от южного противника. Создание непреодолимой преграды для возможного агрессора было новым словом в боевых искусствах. Валы были высотой до 20 метров, шириной до 30 метров. В глубь территории они тянулись на 200 километров. По фронту они простирались больше, чем на 1000 километров. В них было большое количество оригинальных ловушек, лабиринтов и тому подобного (по данным Рыбакова).

О Великой китайской стене (высота до 10 метров, ширина до 6 метров и общая длина до 6000 километров) знают почти все люди в цивилизованном мире. О древнеросском сооружении, которое на порядок грандиознее китайского, не знает почти никто. О том, как были построены славянами эти сооружения, вообще нигде нет ни слова. Люди, строившие эти валы, обладали огромной силой (в чем ее истоки?). Даже при современной строительной технике ни одна страна мира не смогла бы позволить себе такое строительство.

В VI веке н. э. Бодхидхарма предложил стиль «Шаолинпай», в котором использовались 108 механически перемещающихся манекенов, наносящих различные удары на поражение обучающегося. Они служили для наработки реальных боевых навыков.

С IX века в России упоминаются кулачные бои стенка на стенку. Парные поединки в России получили название охотничьи бои. Это были бои с высокими открытыми стойками. Главным в них считалось умение держать удар. Удары ногами почти не использовались, только для подсечек⁵.

Приблизительно в то же время появляется стиль «Казачий спас» с его разновидностями («Морок характерника», «Морок пересмешника», «Стиль городского», «Болотная хлябь», «Камаринский», «Хоровод» и так далее). Эти стили варьируют принципы правлянского боя бореев. Впрочем, правлянский бой – это отдельный раздел учения гипербореев. Сейчас о нем практически ничего не известно, но все-таки его принципы сохранились в памяти россов. Сказания Руси содержат много упоминаний о носителях знания явинских и славянских боевых искусств. Это – Василий Буслаев, Илья Муромец, Добрыня Никитич, Александр Попович, Ян

⁵ В настоящий момент это – отличительная черта системы «Топот», которую я представляю не только как боевую, но и оздоровительную систему. Удары ногами не применяются в ней потому, что при ведении серьезной схватки в режиме вибрационного боя нет времени на «длинные» траектории ударов. На тех скоростях, которые применяются в «Топоте», и на двух-то ногах не всегда успеваешь удержать равновесие, а на одной – тем более. Тем не менее, в системе существует целая гамма оригинальных техник для изучения ударов ногами.

Усмарь, Никита Кожемяка, Евпатий Коловрат. Хотя основная книга боринов (гиперборцев) по боевым искусствам «Борины» считается утраченной, изложенные в ней знания хранятся в памяти славян.

Поговорим немного о Европе. В средневековой Европе на первое место в единоборствах ставилось умение владеть оружием – мечом, копьем, палицей, щитом и так далее. К числу рыцарских искусств относилась не только верховая езда, но и борьба в одежде и доспехах (XI–XIV века). Знали о борьбе и в Германии (Фабиан фон Ауэрсвальд в 1538 году создал книгу «Искусство борьбы. Восемьдесят пять приемов»). В XVIII веке в Англии объединили элементы техники фехтования и кулачного боя – так появился бокс. В XIX веке во Франции появляется сават (разновидность английского бокса, но с применением ударов локтями, ногами и головой). Огромный объем знаний по боевым искусствам содержится в восточных стилях у-шу, ци-гун, тайцы-цюань, айки-до, ниндзю-цу, каратэ-до, кэмпо и других. Основоположителем европейского дзю-до считается японец Г. Коизуми.

Первая печатная книга о боевых искусствах датируется 1511 годом. Ее выпустил в городе Ландегуте Ганс Вурм. Книга Альбрехта Дюрера на эту же тему увидела свет в 1512 году. Известны некоторые прикладные аспекты применения принципов боевых искусств. Они изложены, например, в книге «Подробное описание благородного искусства фехтования» Иоахима Мейера. Известна книга Николаса Петтера «Искусный борец», изданная в Голландии в 1674 году.

В 20-е годы в СССР Н. Ознобишин создал стиль НКВД, носивший сугубо прикладной характер. Это был очень жестокий стиль. Он являлся отголоском древнего навинского боя россос. К 1933 году в СССР В. Спиридонов на основе бокса, савата, дзю-до и американской борьбы кэтч разработал «Технику самозащиты». Элементы боевых систем В. Спиридонова и В. Ощепкова были объединены в 1940 году В. Волковым. Эта работа была продолжена А. Харлампиевым, который к 1949 году создал современную систему самбо (по книге С. Г. Гаголина).

Итак, упоминаний о боевых искусствах или о прикладных их формах в истории человеческой цивилизации немало. Все это – память нашей планеты о былых событиях, происшедших на ней, а также о том, как эти события связаны с традициями боевых искусств человечества. Они также помогают понять, на что нужно обратить внимание при исследовании оздоровительного воздействия приемов и принципов боевых искусств.

§ 2. Гиперборцы в истории цивилизаций Земли

Истоки боевых искусств кроются в прошлом нашей планеты, в верованиях различных народов, в религиозных и эзотерических системах⁶.

Как это ни странно, но практически все эзотерические и религиозные системы на определенном, достаточно высоком уровне своего развития приходят к осмыслению понятий «сила» и «тело». Древние же гиперборцы **начинали** свое познание мира именно с этих понятий.

История человеческой цивилизации – не единственная в прошлом планеты. Е. П. Блаватская, ссылаясь на халдейские и индийские памятники прошлого, писала, что в немыслимо древние времена (10 000 000 лет до н. э.) на Земле господствовала династия асуров (богов, титанов), правившая планетой после карликов (рост 1,3 метра, большой череп). Согласно Пуранам (например, книге «Великие войны в небе») и геологическим данным 25–30 тысяч лет назад на Земле произошла огненная катастрофа. По некоторым данным она произошла в результате войны титанов с Индрой (это отражено у Гесиода в «Войнах титанов», мифах Египта о войне Осириса против Тифона, в истории борьбы воинства Михаила Архангела против Дракона в Библии).

На смену титанам пришли атланты. Их рост был до 18 метров (фигуры атлантов у Эрмитажа и в других местах в Санкт-Петербурге имеют высоту до 8 метров). Огромные черепа и кости, имеющие возраст 30 тысяч лет, – не редкость на нашей планете. Согласно

⁶ Автор использует материалы замечательной книги *Козлова В. В., Майкова В. В.* «Основы трансперсональной психологии» [34].

Солону и позднейшим интерпретациям тех же данных у Платона, а также ведическим источникам, Атлантида – опорная база атлантов – погрузилась в пучину вод около 15 000 лет назад в результате противостояния с борейской цивилизацией.

Борейцы были тоже огромного роста (6–7 метров). Образные определения «семь пядей во лбу», «косая сажень (2,48 метра) в плечах», «кулак как буханка хлеба» (в древности хлеба пекли в виде караваев размером до полуметра), «ступни как лыжи» – все это отголоски описания внешности древних гиперборцев. Древнему народу имя дал древнегреческий историк Геродот. «Гипер» в данном случае означает «за пределами», «за пределами борей». Борей – северный ветер.

Упоминания о гиперборейской цивилизации, то есть о Древней Полярной Родине современной человеческой цивилизации встречаются в различных источниках.

В древнеиранском источнике *Авеста* говорится следующее: «О начале мира, ...где солнце никогда не заходит, а день – то, что является годом (белые ночи – *авт.*), ...там есть гора Высокая Хара».

Индийские источники:

Веды рассказывают: «Злой Вритра, или Вала, часто похищает солнце и прячет его в подземные твердыни, приставляя к нему страшных змей сторожить... Тогда солнце больше не поднимается (наступает полярная ночь, змей – северное сияние – *авт.*)... Здесь молочные воды океана (как известно, воды Северного Ледовитого океана очень светлые – *авт.*). В Меру Боги видят солнце восходящим только раз в году».

Махабхарата: «Здесь год – это сутки, делящиеся пополам на день и ночь. Над горой висит неподвижно Дхрува (Полярная Звезда – *авт.*), вокруг которой ходят звезды Семеро риш (Большая Медведица – *авт.*), Арундхати (Кассиопея – *авт.*) и другие».

Тайттирии-Брахманы: «...Солнце всходит и заходит раз в год, а год делится на один долгий день и одну долгую ночь (полярные день и ночь – *авт.*)».

Ригведы: «...гора Меру – вселенский символ доиндоевропейских и индоарийских народов».

Индийский ученый из касты потомственных брахманов Б. Г. Тилак в своем исследовании «Арктическая Родина в Ведах», ссылаясь на множество фактов, доказал, что Арктика и была родиной древних ариев.

В Библии мы также можем встретить упоминание о гиперборейцах. В Книге Исаяи говорится о создании мира, упоминается о богах, к которым иногда летали и которые живут на Севере, на горах, а также о полярных реминисценциях (Ис. 14, 13). В Книге Иова подробно описывается полярная ночь (Иов 3, 6–9). В Книге Иисуса Навина содержится ссылка на еще более древнюю книгу Праведного (Нав. 10, 13).

Пришлые народы, заселявшие Апеннинский полуостров, начиная с конца III тысячелетия до н. э., пользовались солнечным календарем, в котором было десять месяцев (декабрь означает «десятый»). Солнце на небе два месяца отсутствует только в Арктиде.

В тайных сказаниях Ордена тамплиеров о гибели Атлантиды упоминается гиперборейская раса людей, которые пришли с Севера в Эпоху Белого Солнца. Цикл легенд о священном Граале говорит о стране, где в неприступном замке хранится чудодейственный камень (камень Алатырь – *авт.*), дарующий бессмертие и знание.

Первобогом и прародителем германцев и скандинавов был Бури (согласно Старшей и Младшей Эдде), а его сыном – Бор, отец Одина.

Согласно Татищеву, в утраченной Иоакимовской летописи упоминается князь Буревой, отец легендарного Гостомысла, правивший в Новгороде до Рюрика и активно борющийся с варяжской агрессией [33].

Лучшим подтверждением факта существования Арктиды в качестве материка помимо геологических данных изучения дна Северного Ледовитого океана является то, что птицы ежегодно мигрируют на Север, на свою древнюю прародину.

Интересно, что на всех древних картах современный Северный Ледовитый океан называется Гиперборейским океаном. Много-много лет назад на Северном полюсе нашей планеты было довольно тепло. Об этом говорят многочисленные научные изыскания, археологические находки, разные письменные свидетельства. Царством света и тепла называли древние ушедший под воду и скрытый ныне подо льдами материк, в центре которого возвышалась легендарная гора Меру. Нынешние экспедиции на Северный полюс – это путешествия в царство гиперборцев, кратковременные погружения в историю планеты.

Геологические данные, ведические источники и Библия говорят о наводнении, случившемся на Земле 7,5 тысяч лет назад. Это наводнение, вызванное инверсией полюсов планеты, уничтожило форпост борейской цивилизации на Северном полюсе. В Арктике похолодало, и гиперборцы вынуждены были расселиться по другим континентам. Их потомки среди нас. Эра борцев закончилась 7,5 тысяч лет назад.

§ 3. Боевое искусство гиперборцев в свете традиционных систем описания мира

Шаманизм

Шаманизму и колдовству от 30 до 40 тысяч лет. Судя по наскальным изображениям, сочетающим в себе черты животного и человека, тогда применялись техники имитаций поведения животных и других органических и неорганических форм жизни. Это понятно единоборцам.

Верования тех времен говорят, что существует два мира, тесно прилегающие друг к другу: физический и управляющий им духовный. Взаимодействие с духами, или силами, имело огромную важность для победы в схватках за жизнь, за территорию, за пищу, за самку.

Для достижения такого контакта применялись вещества, вводящие человека в экзотические состояния, в транс и увеличивающие его силу на порядок. Мир в те времена воспринимался как арена непрекращающихся битв. Отсюда все то, что помогало выживать и побеждать противника, имело первостепенное значение. Имели значение ритмы боя (бубен, барабаны), специфические настройки и специфические движения телом. Шаманизм и колдовство «есть архетип встречи человека с неосознаваемым. Когда мы один на один с миром и нам надо выжить, в нас пробуждаются древние духи и они дают нам силы» (Минделл).

С точки зрения гиперборейской системы целостного движения, это самый важный уровень познания мира. Он определяется как контролирование сознанием процессов подсознания. Подсознательные процессы – это процессы реализации неосуществленных желаний, львиная доля которых «записана» в телесной организации в виде генетической памяти филогенетического развития. Этот уровень помогает определить взаимосвязи тела (практически на уровне ДНК) и сознания. Главная задача здесь – не превышать уровень допустимого для подсознания сигнала, то есть не вызывать эмоции ни у себя, ни у других. Символ – безупречность. Воин-кудесник, владеющий этим уровнем знания, безупречен в своих мыслях, эмоциях, поступках. Он способен быть равным любому оппоненту, представителю любого другого стиля потому, что погружение в свое генетическое прошлое для него не проблема.

Шумер, Египет, Греция, друиды, ацтеки, майя, ессеи

Необычные (измененные) состояния сознания играли огромную роль в древних ритуалах смерти и возрождения в различные эпохи. Шумер – Инанна и Тамуз; Египет – Исида и Осирис; Греция – Атис, Адонис, Вакх и Персефона; ацтеки – Кетцалькоатль и Близнецы-герои и другие. Элевсинские мистерии проводились почти 2000 лет, и один из военных лидеров – Алкивиад – принимал в них самое деятельное участие. Все это говорит о том, что соответствующие ритуалы имели огромное значение в боевых искусствах человеческой цивилизации. Для того чтобы претендент мог получить высшее воинское посвящение у ессеев, его погружали в воду, топили до смерти, а потом оживляли. Применялись и другие процедуры для вызова мистических переживаний: экстремальные нагрузки на тело и психику, изменение биохимического баланса организма, усиленное или остановленное дыхание, хороводы и песнопения, специфические кружения, сосредоточения и так далее.

С точки зрения гиперборейской системы целостного движения, это один из высоких уровней познания мира. Он определяется как расширение диапазона познания мира через расширение диапазона познания самого себя. На этом уровне подготовки доводится до совершенства умение использовать феномены своей инстинктивной телесности.

Индуизм

История индуизма насчитывает не менее 5000 лет (по некоторым данным – до 2 млн.). Рисунки и археологические находки, которым не менее 4000 лет, являются серьезными свидетельствами древнейшего происхождения индуизма и, в частности, йоги, являющейся одной из базовых составляющих индуизма. Вряд ли люди той далекой эпохи стали бы изображать что-то, чуждое культуре своего времени. Ригведа (гимны), Яджурведа (жертвенные формулы), Самаведа (напевы, мантры), Атхарва-веда (заклинания), 108 текстов Упанишад, оказавших огромное воздействие на учение Бхагаватгита, сутры, тантры – вот основные источники по индуизму. Индуизм изучал соотношение бытия и небытия (Яви и Нави у борцев). Нас интересует, прежде всего, одно из учений индуизма – йога.

Мы не будем полностью излагать учение йогов и остановимся лишь на военно-прикладном аспекте этой древней традиции. Индийский бог Шива традиционно рассматривается в ней как источник йоговских знаний. Одна из ипостасей бога Шивы – бог смерти, бог разрушения, бог войны. Танец Шивы – это поистине кладезь многоуровневых военно-прикладных техник, спроецированных на телесную организацию. В нем присутствуют строго регламентированные движения Силы многорукого Шивы. Почему он многорукий? Вибрационные боевые техники в режиме «Топот» дают возможность их участникам воспринимать мир фрагментарно. Это отмечено многими людьми, в первый раз сталкивающимися с этим видом ведения поединка. По моему мнению, именно это объясняет появление многорукости у древнего бога. Если двигать конечностями с большой скоростью, то глаз человека не успевает фиксировать их переходы из одного положения в другое.

В танце Шивы хорошо просматриваются техники, связанные с дыхательной, сердечно-сосудистой, нервной системами и специфическими физиологическими процессами в организме; сенсорные и перцептивные боевые техники, связанные с изменениями моделей мира; гамма психотехник; энергетические техники в рамках Кундалини-йоги и многое другое. Я изучал танец Шивы в исполнении индийских и российских мастеров танца по видеозаписям. Особенно в этом смысле интересны разработки выдающейся танцовщицы, исследовательницы, кандидата педагогических наук Ирины Курис (Санкт-Петербург). В движениях ее рук и тела хорошо видны все боевые элементы этого танца. Интересны в этом смысле также разработки Нины Андреевой (Санкт-Петербург) в Инсайт-Дансе которой хорошо просматриваются суггестивные и силовые боевые методики. Интересны также исследования Алексея Тыртова (Москва) с его интерпретациями Рустана (Русского Танца) и Евгения Белякова (Санкт-Петербург). А. Лаппа, украинский исследователь, в одной из своих книг пишет, что в танце Шивы хорошо видны техники, являющиеся проекцией техник со спирально-закрученной траекторией движения, как раз тех, на которых делается акцент в гиперборейской системе целостного движения. Именно ими воспользовался Бодхидхарма при создании своего стиля боевых искусств.

Рассмотрим основу йоговских практик сквозь призму Кундалини-йоги и определим их значение для боевых искусств. Чакры (энергетические центры) локализованы в позвоночном столбе человека. Они связаны, согласно традиции, с определенными положениями тела. На этом, по А. Сидерскому, основан принцип занятий в йоге. Чем неадекватнее обыденному положение тела человека в пространстве, тем многообразнее внутреннее соматическое и энергетическое состояние практикующего. Чакры связаны с системами жизнедеятельности тела. Они также «ассоциируются с мифологическими реальностями и архетипическими существами». Задача Кундалини-йоги – духовное пробуждение посредством телесных практик, медитаций, дыхательных техник, мантр и сутр. Традиция говорит, что во время духовного пробуждения энергия Кундалини или Змеиная Сила, находящаяся в районе копчика человека, устремляется вверх по позвоночнику. Двигаясь вверх, она очищает и просветляет чакры. Переживания человека зависят от того, в какой части позвоночника фокусируется процесс.

С точки зрения гиперборейской системы целостного движения, индуизм – одно из мощнейших учений человечества. Его разработки в области самоидентификации личности имеют огромное значение для цивилизации. В йоге проявлены интереснейшие военно-прикладные аспекты ведения схватки, прежде всего, схватки с самим собой. Эти аспекты связаны с понятием Сила, точнее Змеиная Сила, то есть та, которая повторяет в своем

развитии путь тела змеи. Речь идет, конечно, о спиральной траектории развития процессов в материальном мире. Этот принцип – основа и тайна многих борейских техник. Следует предупредить неопытных исследователей, что «прочистка» Силой Кундалини позвоночного столба и энергетики организма человека, как правило, находящейся не в самом лучшем состоянии, может превратиться без соблюдения правил техники безопасности и духовного наставничества в неуправляемую самоидентификацию инстинктивных программ жизни человека. В итоге же может привести к появлению серьезных негативных явлений в психике и соматике.

Сила Кундалини – прямой путь к достижению измененных состояний сознания боя. Особенно интересны при этом переживания человека, которые, напомним, зависят от того, в какой части позвоночника фокусируется внимание.

Буддизм

В буддизме особую роль играют моральные качества. Будда говорил: «Жизнь – это возможность предотвращения отрицательной кармы». По его мнению, в жизни дается возможность избавиться от расплаты за содеянное и прекратить возникновение череды страданий. В буддизме несколько учений: Хинаяна (не создавать осложнений для других), Махаяна (следить за своими намерениями), Ваджраяна (умение владеть «чистым» видением). Механизмами достижения на уровне тела являются сутры, на уровне энергии (то есть на уровне двигающегося тела) – тантры, на уровне ума (намерения) – Дзогчен. Воин жизни обязан обладать правильными пониманием мира, мышлением, речью, действиями, образом жизни, усилиями, вниманием, сосредоточением.

С точки зрения гиперборейской системы целостного движения, учение буддизма – это один из начальных (то есть самых главных) уровней познания мира. Он определяется как связь тела и чувств. Этот уровень подразумевает, что надо думать, говорить и делать только то, что намечено, что является истинным желанием человека. Как трудно это подчас сделать! Символ этого уровня – честность. Если указанный принцип соблюден, то к человеку приходит Сила. Сила человека способна помочь ему в достижении того, что в эзотерической литературе называется миссией земной жизни. Но могут быть и отклонения. Если у человека нет Силы, то есть человек слаб, это означает, что он может думать одно, а говорить другое, или думать одно, а делать другое, или говорить одно, а делать другое. Впрочем, существует и другой путь: он означает, что в жизни человек должен стать сказочником, хранителем мира⁷. В настоящее время ложь – это отличительная черта большинства средств массовой информации. Эта черта присуща многим людям. Что ж, с точки зрения древних гиперборцев, они оптимально поддерживают дуальные свойства мира.

Даосизм⁸

В даосизме (Лао-цзы, III–IV век до н. э.) рекомендуемые различными школами пути спасения и достижения физического бессмертия при помощи психотехник, приводящих к физическому и психическому здоровью, могли дополняться применением различных растений, трав, грибов, а также золота, серебра (их алхимически добывали из свинца, киновари, ртути), минералов и специальных лекарств. Для усиления действия «пилюль бессмертия» рекомендовались очищения, посты, уединения. После приема пилюль люди умирали, потом оживали и становились бессмертными. Омоложению способствовали также определенные дыхательные техники. В отличие от большинства техник и практик даосизм помимо души рассматривал и тело человека как некую субстанцию, необходимую для достижения бессмертия (например, поддерживались и укреплялись боги различных частей тела; пресекались попытки «трех червей» подавить и разрушить жизненные силы; существовали техники закрепления воздуха в теле; были разработаны упражнения для расслабленности и сбалансированности тела, для гибкости тела, для смягчения напряженных участков тела, то есть тех участков, где действуют «черви» – спирали страха и напряжения).

С точки зрения гиперборейской системы целостного движения, учение даосизма – это одна из первых (то есть самых главных) попыток обратиться к феноменальным возможностям тела. Боги различных частей тела ассоциируются у меня с ритмами существования органов

⁷ Сказка – ложь, да в ней намек...

⁸ Дао – путь Природы.

человека. «Три червя» – три основных «воронки» (три спирали Эриксона), спирали в теле и пространстве. Упражнения для гибкости – упражнения для овладения «телесной волной» и так далее. Подвиги даосов в боях достаточно известны и не требуют длительных комментариев (того и вам желаю, если это ваш Путь – *авт.*).

Суфизм

Как это ни странно, но самыми первыми истинными телесниками были суфии. Суфии – это «мудрецы, носящие шерстяные одежды». Суфизм – мистическое учение в исламе (как в шиизме, так и в суннизме), зародившееся в VIII веке н. э. на территории современного Ирака и Сирии. Это учение о постепенном приближении прозелита (мурид) через мистическую любовь под руководством наставника (муршид) к познанию Бога и конечному слиянию с ним. В процессе обучения применялось большое количество аскетических техник, активно устранялось чувство собственной важности.

Процесс, который следовал за подавлением обусловленности или автоматического, ассоциативного мышления, определялся как активизация тонкости восприятия мира и самого себя в тех местах тела, где это возможно (то есть в Латифа, в центрах реальности, в точках чистоты). В этих центрах Сила (Барака) проявляется оптимально. Активизация этих центров буквально рождает нового человека. Что же касается чувства собственной важности, то есть доминирующего в любом из перечисленных аспектов – чувственные удовольствия, материальные блага, власть, знание, вера – сигнала в головном мозге, то его, с точки зрения гиперборейской системы целостного движения, устранять нет необходимости. В противном случае может перестать стимулироваться дуальность материального мира и он перестанет существовать. Чувство собственной важности должно быть управляемым, и в этом тоже состоит особенность понимания мира древними гиперборцами.

Каббала

Эзотерика Каббалы также при описании мира использует понятия «сила» и «тело». Творец – это свет. Первый этап творения – кетэр, творение. Тело макрокосма и микрокосма человека – это сосуд, наполненный на первом этапе зарождения мира светом Творца. Второй этап – хохма, действие. На этом этапе существования мира тело-сосуд не хочет получать свет, а желает его отдавать, почувствовав свою силу от наполненности светом. Отдав, понимает, что без света жить невозможно, а другого взять негде, кроме как у Творца. Значит, считает «сосуд», надо взять 10% света или наслаждения ради Творца, а в остальном остаться неполучающим, автономным. Наименования частям творения даются аналогично частям тела человека. Путь – познание свойств Творца.

Как видим, понятия «сила» и «тело» активно разрабатываются в основных системах описания мира.

ГЛАВА 2.

Гиперборейская система целостного движения

§ 1. О теории колебаний и волновой функции тела применительно к боевым искусствам

Сила и скорость удара – вот параметры, которые разрабатываются в любой системе единоборств. Гиперборейская система объединяет эти параметры в рамках одной идеи и предлагает следующее. *Оба параметра, если их рассматривать под определенным углом зрения, зависят от того, в каком положении находится центр тяжести тела человека.* Выбор именно этой системы отсчета предопределен целым рядом моментов, но он, конечно, не единственный.

Положение центра тяжести биосистемы говорит о том, в каком состоянии она находится, и что необходимо сделать для того, чтобы изменить к лучшему стрессовую ситуацию (второй постулат системы). Это означает следующее. Чтобы быть неуязвимым в схватке, важно мгновенно и правильно оценить состояние, в котором находится противостоящая система, то есть, в конечном итоге, определить, в каком положении находится ее центр тяжести. Потом необходимо подстроиться под данную схему. Это поможет не только вам, но и вашему оппоненту избежать травмы.

Известно, что для неуязвимости в схватке не всегда оптимальным считается вариант прямолинейной сшибки (сила против силы). Это обычный «уличный» (его еще иногда называют спортивным) вариант, при котором сила обоих противников, как правило, достигших приблизительно одинакового уровня мастерства, в схватке требует немедленной реализации своего потенциала. Это вариант, когда партнеры равны друг другу по телесному и психическому напряжению, а экстремумы их возможностей спроецированы вовне, навстречу друг другу. Они как бы притягивают друг друга и уже не могут «обойтись» друг без друга, без схватки, без разрешения «конфликта».

Можно ли избежать сшибки? Да. Все в жизни имеет свою оборотную сторону. Выход из любой ситуации никогда не бывает единственным. О том, как избежать сшибки, хорошо осведомлены специалисты по дзю-до или айки-до. Они прекрасно знают, как сделать так, чтобы избежать прямого и энергозатратного столкновения. Нужно немного, буквально на несколько сантиметров, изменить свое положение относительно центра тяжести атакующей системы, и модель мира сразу изменится. При этом сила противника может быть перенаправлена в совсем иную сторону, даже на самого атакующего. И чем большей будет сила, тем значительнее будет эффект выполненного технического действия.

Для того чтобы пользоваться этим феноменом сознательно, а не интуитивно, следует изучить основные фазовые состояния динамики любой системы, то есть изучить двигательную телесную волну и способы ее проявления.

Тело человека – волна. Только выглядит она несколько необычно. Тело, как любая волна, подчиняется общим принципам, изложенным в теории колебаний.

Тело человека является перекрещивающимися под определенными углами волнообразными движениями окружающего пространства (И. Ранке). Это очень интересная формулировка. Современные определения более строгие. Вот что говорит, например, известный исследователь Бом по этому поводу: «Материя (а, значит, и тело – *авт.*) – это интерференция волновых паттернов⁹». Смысл этих определений приблизительно одинаков.

Тело является выражением суммы ритмических движений, вечно изменчивых и вечно новых волновых функций и их ритмов. Частицы движения, которые были вовлечены в эти ритмы, составляют восходящую и нисходящую части волн. В каждый миг состояние вещества, в котором течет волна, меняется. Внутренние процессы выступают на поверхность, а верхние слои обращаются к глубинам естества. Форма волны выражает сумму движения всего

⁹ Интерференция – это явление, наблюдающееся при пересечении, наложении различных волн, а слово «паттерн» обозначает определенный закон поведения системы, от которого она не может отклониться.

окружающего мира. Волны движутся одна за другой, сменяя друг друга с течением времени. Движение есть причина формообразования, в том числе причина формообразования тела человека. Тело человека есть «живая волна».

Сказанное подтверждается следующим. Астрологам хорошо известно, что собственные частоты вращения планет Солнечной системы относительно своей оси и вокруг Солнца определенным образом воздействуют на ведущие ритмы любой биологической системы, в том числе людей, живущих на Земле. Именно этот принцип положен в основу составления всех гороскопов. Поведение человека, согласованное с его звездным предназначением, помогает большинству людей избегать многих ошибок.

Наше материальное тело есть основа нашего представления об окружающем мире. Фраза «Осознай свое тело и законы его изменения, и ты познаешь весь мир» приобретает вполне конкретный характер. С этой точки зрения древние гиперборцы мир и рассматривали.

Здесь уместно сказать несколько слов о том, как рассматривается тело человека в иных системах знаний.

Современные медики выявили прямую зависимость между заболеваниями позвоночника и психическими отклонениями. Известно также, что конкретному психическому заболеванию или травме соответствует или гипертонус, или гипотонус мышечных групп и отдельных мышц. Это подтверждает, что выбранный в системе целостного движения путь способен привести к истине.

Все древние и современные эзотерические учения, так или иначе, обращались к понятию «тело». Обращались они и к понятию «сила», как следствию первого понятия. Понятие «тело», с точки зрения системы целостного движения, в определенном смысле имеет отношение к оздоровлению организма, а понятие «сила» относится уже к области его возможностей.

В **индуизме** тело человека рассматривалось как открытая система, содержащая в себе определенную энергетическую конструкцию. Сила, «дремлющая» в основании копчика человека (то есть его генетический код, сила жизни), при «пробуждении» специальными упражнениями и процедурами способна подниматься вверх, «высветляя» при этом локальные области энергетической системы человека, называемые чакрами. Мистические переживания человека при этом зависели от того, на какой части позвоночника концентрировалось внимание практикующего, а также от того, какой была концентрация его внимания. Таким образом, тело человека, а точнее его позвоночник, рассматривали как некую форму, обладающую скрытым содержанием. Содержание в этом случае – психические модели мира, доступ к которым возможен при соблюдении определенных условий.

Российский исследователь индийской традиции А. Сидерский на основе многолетних практик и наблюдений убедительно доказал, что тело человека – специфическое приемо-передающее устройство. В нем в качестве элементов, позволяющих «работать» в максимально широком диапазоне частот, используются ткани организма – кости, хрящи, фасции, связки, мышцы и другие ткани человека. Чем необычнее положение тела человека в пространстве, тем более широкий диапазон состояний сознания ему доступен. Этот вывод подтверждает правильность выбранного в системе целостного движения направления познания мира через тело.

В **буддизме** есть понятие «сомати» («самадхи»). Это состояние, когда тело человека находится в каменно неподвижном состоянии. Основные параметры этого состояния – холодное, твердое на ощупь, «каменное» тело, обмен веществ в котором снижен до нуля. В нем заблокирована активизация литических ферментов, приводящих к разрушению тканей. Тело не подвержено действию микробов. В нем соотношены свойства водных растворов, из которых состоит тело, с принципами существования спирально закрученных (их еще называют торсионными) процессами в окружающем мире¹⁰.

Затронутая тема интересовала и **современных ученых**. Известно, что основоположники телесно ориентированной терапии – Райх, Лоуэн и другие – диагностировали психические заболевания по физическим отклонениям. Знаменитый российский исследователь Н. М. Амосов утверждает, что «старение человеческого организма можно заменить физической нагрузкой». Это означает, что правильное воздействие на тело способно переориентировать процессы, текущие в организме на уровне клеток и даже на уровне его генома. Это прямо говорит о том, что в теле человека существуют механизмы, доступ к которым позволяет решать вопросы на клеточном и даже генетическом уровнях.

¹⁰ Речь идет о сингулярных фазах. Сингулярность – место, где сходятся волны мира. Таким местом может быть и тело.

Известно, что **голотропные дыхательные техники, психоделические и галлюциногенные вещества** изменяют биохимический баланс организма человека. Его нарушение приводит к «путешествиям» сознания, в которых перцептивная (чувственная), когнитивная (познающая), трехмерная, механистическая модель мира не является единственной. При приеме некоторых наркотиков у наркоманов возникает ощущение раскрепощенного, даже открытого тела. Внимание при этом фокусируется в области сексуального энергетического центра, расположенного на уровне лобка.

Эти ощущения настолько сильны и ярки, что наркотическая зависимость – что бы ни говорили по этому поводу исследователи – это, прежде всего, привязанность к этим ощущениям. Это «тайна» любого наркомана. Утрата остроты ощущений заставляет человека все время увеличивать дозу. Наркоман помнит о них и стремится их повторять до тех пор, пока не наступит процесс разрушения отделов головного мозга, отвечающих за двигательные модели осознаваемого тела. Срабатывают программы, пресекающие чрезмерное увлечение. Природа не пользуется альтруистической моделью мира: игнорирование ее законов приводит к распаду и гибели телесной организации того, кто этого не понял.

Гиперборейская система целостного движения включает в себя работу с сознанием. **Техника «пьятцы»**, например, – это техника, позволяющая эффективно и быстро достигать состояния раскрепощенного тела (того состояния, к которому стремятся любители острых ощущений, принимая всевозможные препараты). Пластичность телесной организации при этом – лишь способ идентификации специфического состояния пластичного сознания, обладающего в этот момент времени целым рядом специфических и уникальных свойств. В этом состоянии проявляются также и феноменальные возможности тела. Пальцы человека в это время находятся в тонусе. Они плавно перемещаются в пространстве, описывая красивые гармоничные траектории, тяготеющие к телесной символике и архетипам. Нарушение такой двигательной модели говорит о нарушениях в тонких планах структур мозга, отвечающих за экстрапирамидальные двигательные иерархические модели человека (то есть за изящные движения, напоминающие движения виртуозов игры в карты). Это хорошо видно по движениям пальцев рук наркоманов: они выписывают очень странные траектории в пространстве, называемые «пальцы веером» и «козы». А. Меньшиков, врач из Санкт-Петербурга, называет их героиновыми коммуникациями. Каждое из этих положений четко определяет, на какой стадии разрушения находятся определенные отделы головного мозга.

В серьезных **масонских источниках** говорится о соотношении частей тела человека с космическими телами.

Тело человека – микроскопическая модель мира. Этот вывод – основа предлагаемой телесно-ориентированной методики.

Что это дает человеку, изучающему боевые искусства? Достаточно много. Понятия «волновая функция тела» и «игры сознания» подразумевают достаточно интересные интерпретации.

Любая волновая функция применительно к проекции ее свойств в материальное тело, в частности, относительно его центра тяжести, может быть описана двумя основными состояниями равновесия любой системы. Для телесной организации это состояния устойчивого и неустойчивого равновесия. В этом проявляется двойственность мира в отношении тела и его свойств в материальном мире. Единоборцы прорабатывают эти состояния на своих тренировках почти каждый день, без них не обходится ни одна система единоборств. При этом они порой и не подозревают, что в рамках динамической модели мира они открывают для себя доступ к очень интересным «играм» сознания. Двигательную телесную волну мы сейчас и рассмотрим. **Тело находится в равновесии, если его центр тяжести не выходит за границы его площади опоры.** Это закон для систем, на которые действуют гравитационные силы, то есть любых систем материального мира.

Неустойчивое равновесие – это положение тела, любое отклонение от которого приводит к немедленному поиску положения устойчивого равновесия, если этому ничто не препятствует (рис. 1).

Устойчивое равновесие – это положение тела, любое отклонение от которого приводит к немедленному восстановлению исходной ситуации, если этому ничто не препятствует (рис. 2).

Если эти два состояния тела объединить одной функцией, то получится синусоида или

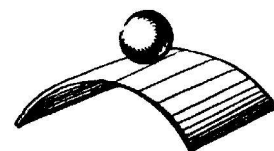


Рис. 1

волна (рис. 3). Это означает, что любое материальное тело может находиться как минимум в двух возможных противоположных состояниях (см., например, рис. 4). Но таких состояний много больше (рис. 5) и знание их отличительных свойств поможет любому единоборцу оптимальнее решать поставленные в схватке задачи. Эти знания полезны и для человека, озабоченного оздоровлением своего организма.

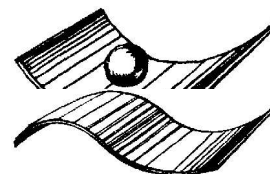


Рис. 3

На одном из крупных соревнований по боксу я заметил, что тела тех, кто наносил в схватках победоносные удары, были расположены в пространстве каким-то совершенно определенным образом. Замедленный просмотр видеозаписей боксерских боев убедил меня в правильности догадки. И боковые удары, и удары снизу – а это совершенно разные удары в боксе – выглядели подобными, так как положение тел боксеров перед ударом явно было продиктовано единым принципом.

Прежде всего важно положение центра тяжести боксеров в момент удара. Хорошо было видно, что почти всегда он располагался чуть ниже своего обычного положения в динамике тела. Центр тяжести тела победителя в момент времени, предшествующий нокаутирующему удару, всегда или двигался вниз, или находился в нижнем своем положении, а это значит, что тело либо находилось в положении устойчивого равновесия, либо стремилось к нему. Соперничество боксеров можно назвать «игрой» центров тяжести. Устойчивое равновесие – вот то, что предшествует удачному удару или сопровождает его.

Этот аспект привлек мое внимание, и я решил провести ряд исследований. Удивительным оказалось то, что положение центра тяжести тела человека относительно его опоры прямо влияет на состояние устойчивости человека, а также на состояние его вестибулярного аппарата, а значит, и на здоровье. Интересно, что все это непосредственно связано с дыханием человека. Дыхание и положение центра тяжести тела человека взаимосвязаны. Кто об этом когда-нибудь задумывался?

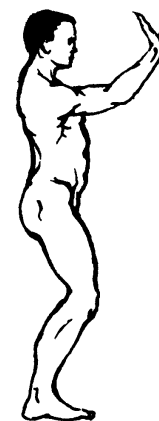


Рис. 5

У любой системы, находящейся в фазовом состоянии неустойчивого равновесия, есть два возможных пути: левозакрученный способ движения и правозакрученный способ движения. Выбор определяется психотипом человека. Все люди, что известно специалистам по торсионным полям (Шипов, Акимов), делятся на лево- и правозакрученных. Если вы попытаетесь с завязанными глазами делать два шага вперед и два назад, то вы неизбежно будете поворачиваться вокруг своей оси вправо или влево (наша планета всегда движется в одну сторону). Спираль, нарисованная в воздухе рукой, у каждого из нас будет закручиваться по-разному: вправо или влево. Эти эксперименты подтверждают постулируемый принцип о право- и левозакрученности как о ведущем ритме существования человека.

Материальный мир структурно выстроен в соответствии с принципом существования и распространения торсионных, то есть спирально-закрученных, волн. Эти волны или вибрации за счет интерференции, то есть за счет наложения друг на друга, создают различные полевые образования, подчиняющиеся законам турбулентных структур и являющиеся «базой» образования материи. Спирально-закрученные явления – вот основа существования материального мира. Тот, кто изучает законы существования и распространения торсионных полей, практически изучает законы построения и существования материального мира.

В гиперборейской системе целостного движения эти законы изучаются применительно к телу. Приверженцы этой системы, изучая спирально-закрученные процессы в своем теле и законы управления этими процессами, обнаруживают, что способны активно вмешиваться в процессы, протекающие в окружающем мире. И тогда понятие «тело сознания» превращается в не просто постулируемый принцип познания мира, но в механизм, достаточный для реализации подобного замысла. В связи со сказанным на первое место выступают практики осознания тела.

В измененном состоянии сознания, называемом имаго¹¹, появляется возможность запоминать большое количество информации, задерживать дыхание так, что можно не ощущать боли и не получать ожогов. Чтобы приблизиться к этому состоянию, нужно закрыть глаза, затаить дыхание, прислушаться к биению сердца, ощутить, как в пальцах струится кровь, выявить самую теплую часть тела и самую холодную, найти беспокоящий или больной орган, мысленно приказать, чтобы по рукам, ногам и телу полилось тепло. Вы начинаете чувствовать,

¹¹ В этом состоянии происходит осознание динамического образа тела. Человек ощущает свое тело каждое мгновение времени и через призму этих ощущений воспринимает окружающий мир.

что ваше тело наливается приятной тяжестью (это рефлекторно расширились и наполнились кровью сосуды), вы начинаете чувствовать самого себя.

Сознательное уменьшение глубины дыхания повышает концентрацию углекислого газа в крови, вызывает рефлекторное расширение сосудов. Гемоглобин начинает лучше отдавать кислород, клетки тела получают его в несколько раз больше, чем в обычном состоянии. Прекращаются спазмы сосудов головного мозга, сердца и других органов, ощущается прилив сил, резко повышается умственная и физическая работоспособность. Большие дозы углекислоты действуют на организм подобно «веселящему» газу, который обычно используется для обезболивания.

Тело – генератор ультразвуковых колебаний, что доказано целым рядом экспериментов, проделанных академиками Ю. Кобзарем и Ю. Гуляевым. Человек способен излучать акустические импульсы с частотой несколько тысяч колебаний в секунду. Этого недостаточно для телекинеза и прочих феноменальных явлений. Но при возбуждении частота и мощность излучения возрастают многократно и уподобляются по мощности генератору ультразвука. У человека в этом случае появляются различные феноменальные способности. Научившись менять свое эмоциональное состояние, можно научиться менять частоту ультразвука тела.

Излучаемые любым генератором акустические колебания, отражаясь от наших ладоней, создают неподвижные, так называемые стоячие волны. Перемещая между источником ультразвука и ладонями предмет, можно найти положение, когда он окажется как бы на гребне стоячей волны. При этом он испытывает снизу большее давление воздуха, чем сверху. Легкий предмет может зависать в пространстве: его вес компенсируется разницей давлений. На гребне этой стоячей волны молекулы воздуха колеблются с максимальной амплитудой и способны изменять ритмы окружающего пространства (например, увеличивать частоту сокращения сердца). Там, где амплитуда колебаний мала, действие ультразвука практически равно нулю, и процессы текут в естественном ритме.

Более сильное влияние на ритмы окружающего мира оказывает не стоячая, а бегущая или затухающая волна. Такая волна свободно может распространяться от ладони человека, если не встречает на своем пути экрана – другой ладони. И внешним ребром ладони, и кончиками пальцев можно наносить ультразвуковой удар.

В клетках нашего тела каждое мгновение происходит огромное количество химических реакций, которые сопровождаются, в частности, звуковыми колебаниями. Источником акустических колебаний являются сложные превращения в активированной воде. Общеизвестно, что человеческий организм на две трети состоит из воды. Отражаясь от костей и других тканей, звуковые колебания накладываются друг на друга и образуют стоячие акустические волны. Там, где эти волны выходят на поверхность тела, расположены энергетические меридианы, а в местах их пересечений наблюдаются эффекты интерференции, проявленные в качестве биологически активных точек (акупунктура). Ультразвук не воспринимается ухом, но наш организм постоянно звучит как орган с фрактальным насыщением частот.

Тело – это волновод с высокой степенью свободы. Организм человека излучает электромагнитные волны широкого спектра. Тепловое излучение порождается колебаниями 10^7 Гц. Такова частота колебаний заряженных клеточных мембран всех внутренних органов – сердца, легких, почек и так далее.

Вселенная – это волна. Материальный мир может быть представлен сочетанием волновых функций и их последовательностей. Эти сочетания описаны в научной литературе как агрегатные состояния вещества (стихии): плазма (огонь), газообразное (воздух, пар), жидкое (вода), твердое (земля). Так как тело тоже волна, то и оно может быть представлено агрегатными состояниями. Освоение и осознание волновой функции тела и ее фрактальных составляющих – основа предлагаемого способа рассмотрения отдельных двигательных характеристик человека, его опорно-двигательного аппарата и организма в целом.

Двигательная телесная волна рассматривается в гиперборейской системе целостного движения как управляемый генератор инфракрасного излучения. Эти функции могут быть использованы при нанесении удара в учебной и боевой схватке. Более того, именно наличие волновой функции тела при нанесении удара обеспечивает ему все необходимые в схватке параметры – скорость, силу, точность, цикличность, ритмичность и так далее.

То, что движение физического тела есть, по сути, движение «телесной волны», неразрывно с ним связанной и составляющей глубинную его основу, люди еще только начинают понимать, хотя во все времена они активно эксплуатировали этот принцип и даже делали попытки описать его. Специалисты-единоборцы в полной мере осознали ценность такого подхода.

О спиральных и волнах телесного движения упоминается в древних египетских, индийских, китайских, античных и других источниках. Об этих волнах увлекательно пишет профессор медицины XIX века И. Ранке: «Пересекая друг друга в известных определенных направлениях и взаимно действуя одна на другую, эти простейшие волны дают, как результат первоначальных двигательных толчков, тот удивительный вид живой волны, который мы называем телом. В его движение постоянно вовлекается новая материя; она закономерным образом меняет в нем свое место и, наконец, выступая из общности его формы и движения, возвращается во внешний мир. Тело человека ни на мгновение не остается одинаковым по форме и содержанию».

Все, что было сказано выше, убедительно доказывает единство тела и волны. Но это очевидное единство не такое простое, и многие не понимают его. Когда я первый раз увидел, как движется Мастер Телесной Волны, носитель знания древней системы «Хора», используя принципы движения волны, то был поражен мягкостью и легкостью его движений. Было удивительно то, как гармония Вселенной преобразует во времени свою малую частичку – организм человека. Я не понял тогда, как это происходит, но был сражен тем образом, в котором передо мной неожиданно предстала Сила.

Она напомнила мне волну прибоя, потому что была также пластична, изменчива и непрерывна. Но, как и волна, накатывающаяся на берег, она была неумолима и естественна в своем продолжении, развитии и повторении. Это было удивительно красиво.

У Мастера Александра я начал заниматься в 1989 году. Занятия проходили в городе Пушкине под Санкт-Петербургом. Занимаясь у Мастера системы «Хора» несколько лет, я получил столько информации, сколько не получил бы, наверное, за целую жизнь самостоятельных исследований. Я стал понимать в первом приближении, что такое Сила.

Как это ни странно, но о некоторых принципах силы нужно просто знать. Силу определяют многие фрагменты тела человека, множество моментов являются ее составляющими. Любое отклонение в силообразующей системе ведет к исчезновению или «затуханию» силы в организме. Об этом хорошо знают те, кто сталкивался с синдромом хронической усталости – одной из болезней нашего века. Я утверждаю, что для получения соответствующих знаний путем самостоятельного изучения многочисленных традиций нужно потратить время, соизмеримое со временем жизни человека. Я называю сейчас тонкие детали, являющиеся составляющими Силы, двенадцать параметрами Силы тела. С некоторыми из них я познакомился, когда занимался по системе «Хора» у Мастера Александра. Я никогда не забуду об этом опыте.

– Я правильно делаю движение? – спросил как-то нас, учащихся старшей группы, Мастер Александр, выполнив красивое и мощное движение.

– Да, – ответили мы почти хором.

Движение выглядело завершенным и точным. Казалось, будто в его теле «разлилась» безудержность Природной Силы Волны. Таким движением он мог, наверное, сдвинуть с места тяжелую машину. Мы сразу поняли это: не раз испытывали его силу на себе.

– Делайте так же! – скомандовал он.

Принцип обучения гласил. «Делай как я». Спорить было нельзя. Мастер без сожаления расставался с теми, кто, по его мнению, недостаточно уделял внимания занятиям и не делал необходимого.

Сразу, конечно, не получилось. Все старались, кряхтели от усердия и двигались, как могли.

– Делайте движение так, будто наносите удар всем телом, – посоветовал Мастер, критически глядя на то, как мы дружно нарушаем основные принципы движения, принятые в его системе.

Старшая группа упорно пыталась понять и сделать то, что ей было доступно. Пройдет немало времени, прежде чем я, познакомившись с традицией гиперборцев, пойму, чего же хотел добиться от нас Мастер. Пойму, что было скрыто за восточной изощренностью формулировок. Пока же мы шли по неизведанному пути познания своего тела, пользуясь только интуицией.

Я двигался, пытаюсь следить за распределением усилий в малом тазу, бедрах и животе. Это было, с моей точки зрения, главным из того, что показал Мастер. Как только я останавливал свое внимание на какой-то одной группе мышц, в тот же самый миг ускользал из-под контроля какой-нибудь другой параметр. Это была борьба с самим собой, со своей инстинктивной, неосознаваемой телесностью. Это было самое благодарное занятие в материальной жизни, как я понял позже. Гиперборейская система укажет мне впоследствии более совершенный путь следить за развитием «телесной волны», а не за изменениями в конкретных мышцах.

– Это ваши неосознаваемые блоки держат вас в жизни, – утешил нас Мастер, – пройдет. Только запомните сейчас то, что не можете сделать, потом пригодится, когда будете вспоминать себя.

Ох, как я сейчас благодарен Мастеру за эти слова. Да, с тех пор я научился многому, но первое приближение к истине случилось в уже далеком 1989 году.

Есть несколько уровней понимания того, что такое сила.

Сила есть произведение массы тела на его ускорение. Это закон физики, и многие люди хорошо его помнят.

Сила – это красота и гармония движения, это выразительность природного способа осмысления самого себя. Так определяется сила в гиперборейской системе целостного движения. Эта формулировка, на самом деле, отражает только первый уровень понимания явления. Но и она, как показывает опыт, большинству людей непонятна.

Это определение выявляет связь понятия «сила» с понятием «телесная волна». Принцип «телесной волны» – один из главных принципов существования Силы, явленный в материальном мире и в материальном теле. Лишь на первый взгляд эти понятия несопоставимы, но реальность говорит о том, что они взаимовписаны друг в друга.

Я приведу несколько высказываний тех, кто, как и я когда-то, пораженный постижением глубинного смысла наблюдаемого движения, смог передать словами увиденное.

А н а т о л и й: «Это непонятно, но очень красиво. Движение завораживает, невозможно оторвать взгляд от человека, движущегося в „телесной волне“. Я даже почувствовал себя легче: прошла головная боль, успокоилась давно ноющая поясница».

В л а д и м и р: «Наконец-то я понял, что такое силовое движение Это движение волны. Здорово, что есть такие люди, которые помнят свою генетическую предназначенность и помогают вспомнить другим. У меня пока так не получается, но я надеюсь, что все будет в норме».

П ё т р: «Я понимаю, что научиться так двигаться – это большая ответственность перед самим собой. Но я сделаю все, чтобы принять эту ответственность на себя».

Примерно то же самое в свое время я говорил о системе «Хора». Многие начальные принципы системы «Хора» и борецов похожи почти как близнецы, но есть и различия, причем довольно существенные. Обе системы разрабатывают понятие «сила», но делают это почти с диаметрально противоположных точек зрения. Это вовсе не означает, что принципы и понятия системы «Хора» не верны. **Мир един: взгляд с иной, даже противоположной, точки зрения способен существенно расширить понимание проблемы, обогатить его деталями.** Это основной принцип гиперборейской системы на пятом уровне ее развития. Принимать мир таким, какой он есть – это работа со своим характером Предпочтение, отдаваемое мною принципам гиперборцев, – не что иное, как дань моей генетической памяти. «Игры» сознания на всей планете одинаковы, поэтому не важно, по каким законам вам хочется «играть». Важно соблюдать общие принципы и правила.

Ко мне на занятия пришел специалист по каратэ-до и попросил показать несколько проверочных силовых упражнений гиперборейской системы целостного движения Он слышал обо мне, слышал и о принципах движения, которых я придерживаюсь, и поэтому хотел проверить все сам.

Внимательно просмотрев тестовые упражнения для проверки движений силы, взятые из традиционных боевых искусств и из системы «Хора» и видоизмененные на основе данных гиперборейской системы, он сказал, что ему непонятно, для чего нужны эти видоизменения. «Если речь идет только о силе, то все можно сделать гораздо проще, оставаясь в рамках традиционных боевых искусств», – сказал он напоследок и ушел, пообещав прийти еще раз и показать очень интересные упражнения.

Он пришел на следующее занятие и показал одну из основных стоек системы каратэ-до – киба дачи (рис 6). Киба дачи (поза всадника) применяется для концентрации силы. Он сказал, что это классическая силовая стойка, и не надо придумывать экзотические названия типа «гиперборейская система» и «телесная волна» для давно известных людям вещей. Он был очень уверен в том, что говорил и делал.

Я предложил ему выяснить, какое горизонтальное усилие он сможет выдержать в этой стойке (рис. 7). Мы по горизонтали, очень медленно увеличивая нагрузку, надавили ему через динамометр на его вытянутую вперед и сжатую в кулак руку. Оказалось, что он сможет выдержать усилие в шестьдесят килограммов. После того, как динамометр показал усилие шестьдесят один килограмм, его тело в верхней части позвоночника чуть опрокинулось назад и

прогнулось в поясничном отделе. Потом он чуть выпрямился. Динамометр показал усилие 50 килограмм-сил. Мы продолжили увеличивать давление, и тело мастера по каратэ-до опять отклонилось назад (рис. 8), при этом стрелка на динамометре пошла назад и показала усилие 30 килограмм-сил. Для сохранения равновесия он был вынужден сделать шаг назад. В момент начала его движения стрелка на динамометре показала нулевое усилие.

В самом начале эксперимента, когда возрастало усилие горизонтального давления, его тело стремилось наклониться вперед, к положению «телесной волны», показанному на правильно с моей точки зрения и с точки зрения подкреплена строгими расчетами равнодействующих сил. Однако при этом у увеличился прогиб в поясничном отделе правильным. Этот момент, кстати, активно Более того, когда я вижу изображение силы (по-индийски этот центр называется на рисунках даосов в виде увеличенного понимаю, в результате чего такой живот образовался. Все это признаки силы в другой модели мира, которая в системе гиперборцев на первых этапах подготовки не рассматривается.

Я показал гостю, что рекомендуют древние гиперборцы. Положение, которое я продемонстрировал, есть телесный звукорезонансный контур. В этом положении я выдержал усилие в триста килограммов. Я мог выдержать и большее усилие, но динамометр не был на это рассчитан. Выбранное мной положение основано на принципах правильной осанки, рекомендуемых гиперборейской системой (рис. 10 – начальное положение, рис. 11 – одно из возможных).

Тогда специалист по каратэ-до сказал, что аналог продемонстрированной мной стойки есть и в его системе, и показал мне один из вариантов базовой стойки каратэ – кибя дачи с боковым поворотом (рис. 12). Эта стойка по конструктивным особенностям была уже ближе к базовой стойке гиперборцев. Став в эту стойку, гость выдержал большее усилие. Это еще раз доказало правильность выработанных древними гиперборцами и мною принципов и подтвердило точность расчетов.

Описанный здесь случай убедил меня в том, что специалисты по традиционным боевым искусствам на первых уровнях обучения были тренированы в рамках иной, чем у гиперборцев, системы описания мира. Чтобы разобраться, в чем тут дело, я просмотрел много книг по боевым искусствам и выбрал три: Р. Хаберзетцера «Кунг-фу (Ву-шу). Техника китайского бокса»¹², А. А. Долина и Г. В. Попова «Кэмпо – традиция воинских искусств» и С. Г. Гаголина «Спортивно-боевые единоборства» (см. список литературы).

Многие рисунки в этих книгах достаточно точно описывают принятые в гиперборейской системе «Топот» и древней системе «Хора» принципы построения стоек и нанесения ударов для первого уровня обучения боевым искусствам. Но были в книгах и рисунки, которые с позиции биомеханики не совсем правильны. Изображения, заимствованные из древних источников (см. рис. 10, 11), абсолютно точны в демонстрации выбранных и пропагандируемых древними борцами, Мастером Александром и мною принципов. Это означает, что гиперборейская, атлантическая, шумерская, египетская, ассирийская, тибетская (обобщенно западная и восточная) системы описания мира в аспекте воинских искусств раньше идеально совпадали в ключевых звеньях и основных подходах к принципам биомеханики тела человека в стрессовых ситуациях.

На древних гравюрах многих народов хорошо видно, что максимальное усилие удара человека измерялось очень просто: единоборец должен был выдержать давление на его руку в горизонтальной плоскости от 3-х до 10-ти человек, в зависимости от его подготовки. Только после этого поднимался вопрос о скорости его перемещения в пространстве, то есть о скорости его



Рис. 7



Рис. 8



Рис. 9

рис 9. Это было абсолютно зрения древних гиперборцев. Эта векторной геометрии специалиста по каратэ-до позвоночника. Я не считаю это используется в системе «Хора». действия энергетического центра живота, я

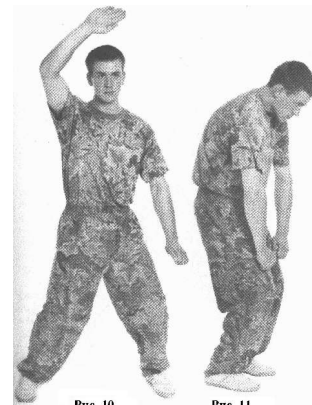


Рис. 10

Рис. 11

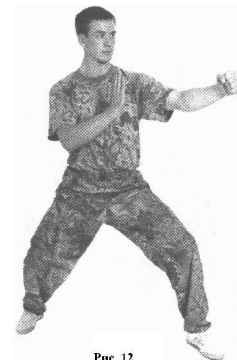


Рис. 12

¹² Книга написана по материалам известного на весь мир мастера Брюса Ли.

удара.

Почти все традиционные системы единоборств соглашаются с тем, что удар должен начинаться от стопы или от любой другой опоры тела, соприкасающейся с поверхностью земли. Только в этом случае он может обладать силой, может нести силу земли. Когда я смотрю, как наносится удар в системе каратэ-до из стойки киба-даци, я вижу, что прямая «телесная волна» при таком ударе в лучшем случае начинается от бедер, в худшем – от плеч. Невозможно полноценно передать силу в сторону своего противника под прямым углом, который образуют рука и тело практикующего такой удар единоборца (рис. 8). Это подтверждают все источники по теоретической механике, сопротивлению материалов и теории колебаний.

Мастер Александр, хоть и использовал в основном именно такие стойки, все-таки огромное значение уделял естественному положению тела человека. Особое внимание он уделял стопам, которые являются основной опорой, соприкасающейся с землей. С точки зрения гиперборцев, это те опоры, которые задают алгоритм последующих изменений «телесной волны», начиная от первоначального толчка и заканчивая организацией окружающего пространства.

– Ваши стопы не готовы к пониманию Силы, – как-то сказал Мастер Александр, покачивая головой. Потом задумался и потратил не менее двадцати минут на каждого из нас, своими руками выравнявая мышечные и костные напряжения в стопах.

Его руки, мягкие и теплые, ласково скользили по поверхности кожи, чутко определяя места зажимов и блоков, снимая их при помощи определенных упражнений и движений.

– Ну, вот, так лучше, – сказал он, закончив свою благодарную работу.

Потом я понял, что тогда мы проходили самое серьезное телесное посвящение в таинство через стопы. Почему-то в тот миг, когда его руки коснулись моих стоп, я вспомнил об Иисусе Христе, омывающем ноги своим ученикам. Какой уровень посвящения давал Он им?

Несколько упрощенные и частично измененные рисунки из перечисленных книг я предлагаю вашему вниманию в данной книге. Естественно, они интерпретированы в соответствии с принципами гиперборейской системы целостного движения «Топот».

§ 2. Принцип «телесной волны» и его практическое применение

В процессе обучения единоборцев воинскому искусству в гиперборейской системе целостного движения «Топот» есть **три основных этапа**: начальный, когда обучающийся знакомится с силовыми свойствами организма и основными траекториями движения тела, знакомится с «телесной волной» и ее свойствами; средний, когда обучающийся становится мастером и выбирает индивидуальную схему ведения поединков; высший, когда значение схватки как способа выражения своей инстинктивной сущности несущественно, а сама схватка используется только в обучающих целях. Я представляю вниманию читателя рекомендации только для первого (начального) уровня обучения.

Прежде, чем рассказать о принципе «телесной волны», несколько слов о свойствах волны, известных механикам. Тем, кто проектирует корабли, хорошо знаком феномен гребня волны. Он используется, например, когда маленькому буксиру нужно транспортировать огромную, тяжело груженую баржу. Посмотрите на рис. 14. Баржа спроектирована так, чтобы ее тупой нос при движении, обеспеченном первым толчком буксира, создавал перед ней водный вал. Этот вал очертаниями напоминает синусоиду рис. 15. Маленький буксир «забирается» на гребень этого вала и чуть смещается вперед так, чтобы все время как бы «катиться» вниз с него. При этом он тратит совсем немного «сил» на то, чтобы транспортировать огромную баржу. Это могут подтвердить механики и капитаны буксиров.

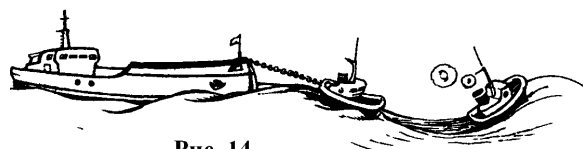


Рис. 14

Почему бы человеку не использовать этот принцип? Знание законов волновой функции и применение их в прикладных целях, в том числе в боевых искусствах, может существенно облегчить решение многих задач. Любое тело, как уже говорилось, может находиться в двух состояниях – неустойчивом равновесии и устойчивом равновесии. На рис. 14 видно, что у волновой функции помимо двух основных фаз – неустойчивого (гребень волны) и устойчивого равновесия (впадина волны) – есть еще вниз с гребня и движение вверх из впадины.

Об этих вариантах использования волновой функции тела хорошо осведомлены специалисты по айкидо. Они прекрасно немного, буквально на несколько сантиметров, положение относительно центра тяжести атакующей противника может быть перенаправлена, на него самого. Глядя на рис. 14, представьте себе, все время вверх, к гребню водной волны, тяжести и еще ряд других помех. Представляете, нужно затратить для этого! И чем большей будет эта значительнее будет эффект технического действия до, сумевшего перенаправить эту силу, сместив из «неудобных» фазовых состояний. Сила вашего травмировать его самого, если вы ее смогли использовать. Нетрудно представить, что произойдет, на который будет «взбираться» буксир (в нашем развернуть ему навстречу: буксир опрокинется и 14, правое крайнее изображение). Этой силой можно управлять. Нужно только правильно пользоваться законами волны. Это тоже одна из тайн древних гиперборцев.

Теперь о принципе «телесной волны», с которым знакомится обучаемый на начальном этапе.

Рассмотрите рис. 16 и 17. Выберите тот рисунок, который, на ваш взгляд, наиболее полно демонстрирует возможность реализации принципов боевых искусств. Если ни один из них вам не понравился, это означает либо то, что вы являетесь приверженцем какой-то другой системы единоборств, либо, что единоборства вообще вам не по душе. Многим людям совсем не интересна тема боевых искусств: у них другая модель мира.

Если вы выбрали рис. 16, то ваша генетическая «память» предрасположена к «воспоминаниям» о восточных системах единоборств. На рис. 16 специалист по у-шу демонстрирует позицию, благоприятную дан защиты от прямого удара и в лицо, и в корпус одновременно (многие технические действия в боевых искусствах выполняют сразу несколько функций). В данном случае, помимо указанных, эта позиция может выполнять функцию устрашения посредством гипнотического воздействия на человека махом руки чуть вверх. Правая рука с напряженными пальцами может существенным образом влиять на психику атакующего противника: сбивать его с толку и маскировать ответные или упреждающие действия специалиста по у-шу.

Если вы выбрали рис. 17, то ваша генетическая «память» предрасположена к «воспоминаниям» о гиперборейской системе целостного движения «Топот». В этом случае вам будет интересна эта книга. Станьте в эту стойку. Учтите, что, следуя гиперборейской системе, левую руку нужно чуть согнуть в локте и отвести немного в сторону от корпуса, перераспределив при этом вес тела на обе ноги. Попробуйте сделать несколько движений в этой стойке. Например, медленно переносите вес тела с ноги на ногу. Вы сможете ощутить всю прелесть движения, соотношенного с центром тяжести человека. Вы почувствуете, как по вашему телу начинает разливаться сила сначала слабыми толчками, а потом, спустя некоторое время, все более сильными. Запомните это ощущение – это истина. Этим

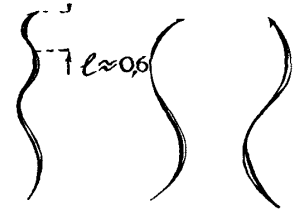


Рис. 15

две фазы движение

функции тела хорошо знают, что стоит изменить свое системы, и сила перенаправлена даже что буксир «ползет» преодолевая силу сколько сил ему сила, тем специалиста по айки-центр тяжести в одно противника может правильно если гребень волны, случае, единоборец) может упасть (рис.



Рис. 16



Рис. 17

нужно уметь пользоваться. Выполняя это упражнение, вы практически приступили к тренировкам по системе «Топот». Удачи вам!

Чтобы телесная волна в этой стойке была вам более доступна, предварительно выполните дополнительное упражнение. Попробуйте, сгибая коленные суставы в определенном ритме, добиться необходимых фазовых состояний волны в теле (рис. 18). После того, как волна «оживет» в вашем теле при переходе из положения 18а в положение 18б, вам нужно будет только «прислушиваться» к ней, используя ее феноменальные возможности

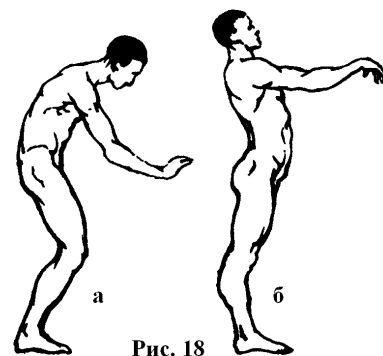


Рис. 18

Теперь из рис. 19 и 20 выберите тот, наиболее полно демонстрирует боевых искусств. Если вы выбрали рис. 19, «память» предрасположена к восточных системах единоборств. На рис. демонстрирует позицию, благоприятную от прямого удара по голове сверху (удар в сторону) и от удара в корпус. позволяет также готовиться к атаке на положения можно произвести захват сбивающий его с ног, либо просто нанести равновесие противнику. О том, что позиция отставленная назад прямая левая нога прочего эта позиция может выполнять



Рис. 19

посредством гипнотического воздействия на человека. Правая рука с напряженными пальцами отвлекает внимание нападающего вверх за счет эффекта «белого пятна» в визуальной сфере восприятия мира. Это благоприятно для проведения атаки на его горло.

Если вы выбрали рис. 20, то ваша генетическая «память» предрасположена к «воспоминаниям» о гиперборейской системе целостного движения, и вы готовы принять рекомендации системы «Топот». Чтобы полностью выполнить рекомендации этой системы, вы должны, находясь в позиции, изображенной на рис. 20, левую руку немного согнуть в локте и отвести чуть в сторону от корпуса, колени слегка согнуть. Рекомендуется также несколько наклонить вперед голову, подставляя под возможный удар лобную зону. Перечисленные уточнения немногочисленны, но их соблюдение избавит вас от ряда проблем в схватке.

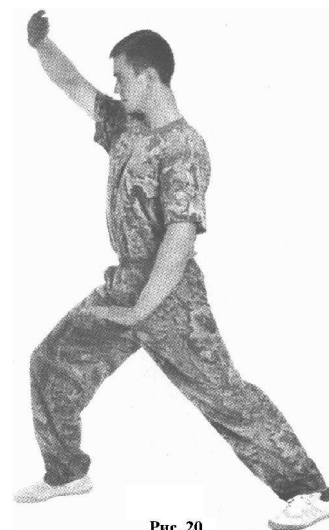


Рис. 20

Став в указанную стойку, попробуйте сделать несколько движений, сгибая коленные суставы, и вы ощутите всю прелесть движения, учитывающего «телесную волну» в ее так называемой инстинктивной форме. Отдайтесь волнообразному движению, наполнившему ваше тело, осознайте его, почувствуйте разливающуюся по телу силу – в этом залог вашего будущего успеха.

Теперь вам предстоит выбрать наиболее близкую вам, как единоборцу, позицию из изображенных на рис 21 и 22.

Если вы остановили свой выбор на позиции рис. 21, то ваша генетическая «память» предрасположена к «воспоминаниям» о восточных системах единоборств. На этом рисунке специалист по у-шу демонстрирует позицию, благоприятную одновременно и для защиты от прямого удара в корпус (он уже отбил левой рукой влево мнимый удар в сердце или в печень), и для атаки головы нападающего (он правой рукой наносит удар вперед). Из этой позиции удобно также подбить ноги противника, поэтому правая нога единоборца выставлена вперед и согнута в колене. Такое положение позволяет максимально эффективно использовать ее для атаки на ногу противника. Левая нога готова к дальнейшему скоростному удару вперед.

Если вы выбрали рис. 22, то ваша генетическая «память» предрасположена к гиперборейской системе целостного. Для первого уровня обучения в этой уточнить, что в данной позиции левая рука согнута в локте и защищать голову от сбоку. Это предполагает возможность противника на сердце и печень левой руки в его голову. Чтобы ваша

соответствовала требованиям гиперборейской системы, необходимо еще наклониться вперед так, чтобы сформировать округлую поясницу. Это позволяет избежать излишнего лордоза (функционального прогиба) поясничного отдела позвоночника. Это принципиальная и очень значимая деталь, так как она отличает гиперборейскую систему боя от системы «Хора» и многих других боевых систем. Это необходимо для того, чтобы устранить возможный прогиб в пояснице при возрастающем сопротивлении противника (см. описанный в разделе 1 данной главы случай и рис. 6). Рекомендуется также чуть наклонить вперед голову, подставляя под возможный удар лобную зону головы, которая в этом случае напоминает пик «восходящего гребня телесной волны» (см. рис. 18а).

Попробуйте сделать несколько волнообразных движений в этой стойке, и вы убедитесь, что «телесная волна» все более подчиняется вам, и вы уже можете направлять свою силу в любую часть тела. Напомню, что для этого надо уметь медленно переносить вес тела с ноги на ногу, каждый раз обеспечивая такое перенесение дополнительным сгибом ноги в колене и ощущая в своем теле волну движения. Теперь вам предстоит выбор между рис. 23 и 24. Если вы выбрали рис. 23, то ваша генетическая «память» предрасположена к «воспоминаниям» о восточных системах единоборств. На указанном рисунке специалист по у-шу демонстрирует позицию, благоприятную одновременно и для защиты от удара в голову сверху (он уже отбил левой рукой, точнее, левым локтем, влево мнимый удар в голову), и для атаки в корпус нападающего (он правой рукой, блокируя удар противника, наносит удар вперед). Обратите внимание на разворот левого бедра единоборца: так он защищает свой пах от возможного удара ногой или рукой. При таком развороте он может также атаковать коленом нижние конечности противника.

Выбор рис. 24 говорит о том, что ваша генетическая «память» предрасположена к «воспоминаниям» о гиперборейской системе. В системе «Топот» для первого уровня обучения в данной позиции вводятся следующие уточнения: левую руку нужно немного согнуть в локте и отвести чуть в сторону от корпуса, прикрывая голову локтевым суставом от возможного удара, правую руку несильно согнуть в локте; правую ногу чуть больше согнуть в колене; голову наклонить вперед.

Такое подробное описание волновой функции тела в сравнении с другими

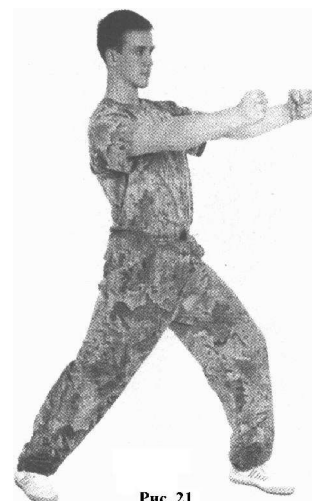


Рис. 21



Рис. 22

«воспоминаниям» о движения «Топот». системе необходимо должно быть немного возможного удара пресечения атаки упреждающим ударом позиция точно



Рис. 23



Рис. 24

двигательными моделями мира сделано не случайно. Это описание позволяет наглядно убедиться, что корректировки, вводимые гиперборейской системой целостного движения совсем незначительны и не могут быть решительно отвергнуты ни одним серьезным мастером боевых искусств. Специалисты по у-шу и по каратэ-до могут, конечно, возразить против наклона головы вперед и против сгиба спины в поясничном отделе даже на первом уровне обучения, мотивируя это опасностью поражения головы неожиданным ударом снизу или чем-то иным. Возражения также может вызвать согнутая в колене опорная нога.

Теоретически такие возражения мотивированы. Однако гиперборейская система рассматривает только реальные ситуации. Это ее отличительная черта. К тому же, рекомендации системы «Топот» ориентированы на ведение вибрационного боя. Необходимо, чтобы на первом уровне обучения указанные моменты (колени согнуты, спина прогнута, лоб наклонен вперед) стали неотъемлемыми составляющими стойки (см. рис 25, 26, 27). В дальнейшем в стойку можно ввести ряд компенсаторных мышечных реакций и не так явно демонстрировать описанные принципы.

В самом начале обучения в гиперборейской системе целостного движения «Топот» человеку предлагается симитировать свое телесное поведение в стрессовых ситуациях. Один из секретов описываемой системы – имитация поведения тела при стрессе и использование феноменов такого движения в оздоровительных целях. Выработанные таким образом навыки позволяют избежать травмы, так как человек заранее подготовлен к стрессовому воздействию. Это почти то же самое, что профилактический или лечебный курс. Обо всех принципах древней двигательной системы я, конечно, не смогу рассказать на страницах этой книги, скажу лишь о самых главных, необходимых для ведения вибрационного метаболя «Топот».

Посмотрите внимательно на рис. 28, 29, 30, 31, 32, 33. В каждом из них, я думаю, вы

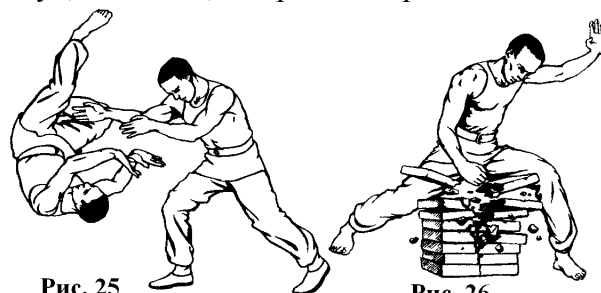


Рис. 25

Рис. 26

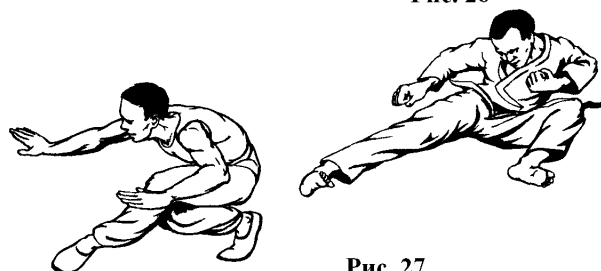


Рис. 27

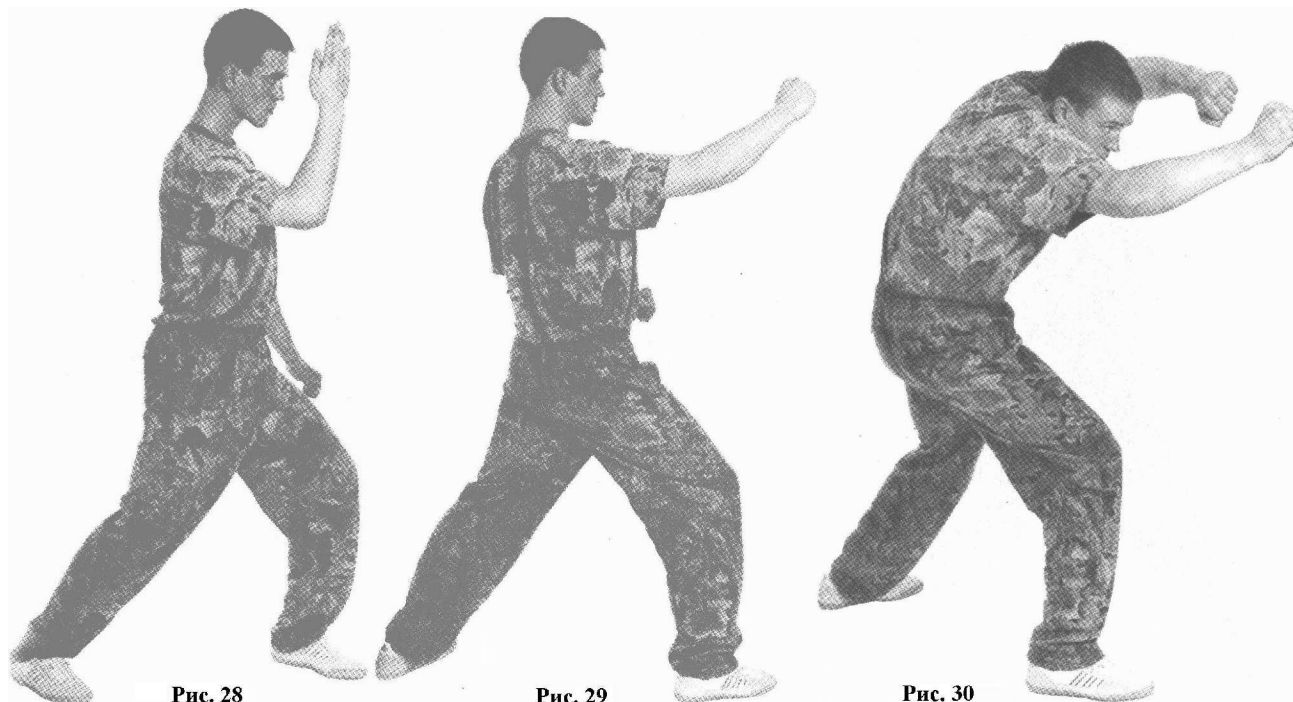


Рис. 28

Рис. 29

Рис. 30

без особого труда определите те особенности, которые отличают стойки гиперборейской системы целостного движения «Топот» первого уровня обучения от соответствующих позиций, принятых в традиционных системах единоборств. Эти особенности как раз и показывают, что гиперборейская система на начальном этапе обучения единоборцев активно использует «телесную волну» и ее проекции на различные части опорно-двигательного аппарата.

Общий вид «телесной волны» представлен на рис. 34 и 35.

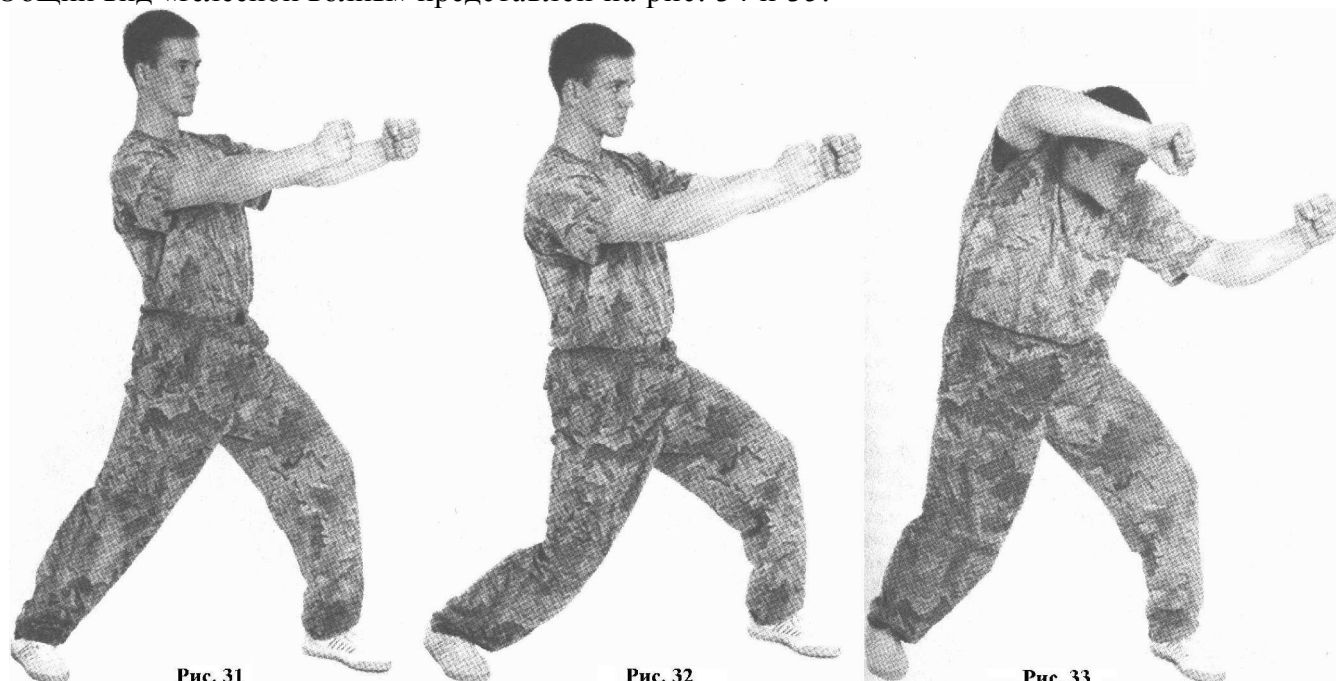


Рис. 31

Рис. 32

Рис. 33

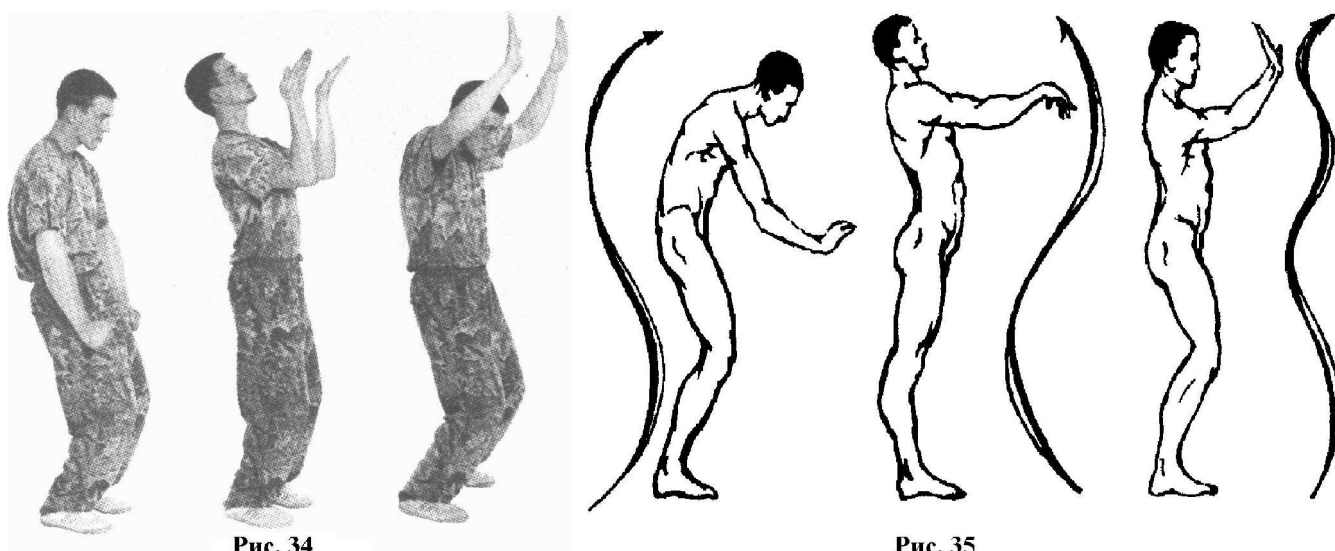


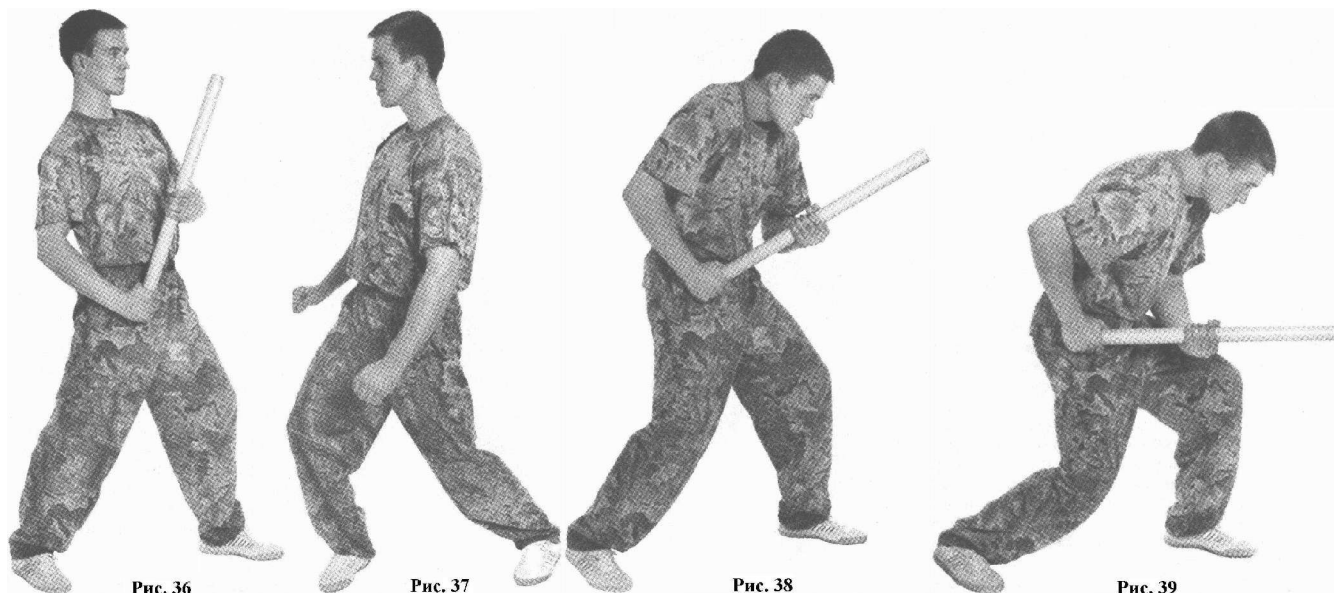
Рис. 34

Рис. 35

Чтобы стать профессиональным единоборцем, нужно посвятить много лет изнурительным ежедневным тренировкам, без которых знание секрета (или секретов) не даст результата. Знать секрет, конечно, немало, но нужно учесть, что общая «конструкция» секрета имеет большое количество «конструктивных» особенностей, нюансов. Опускание любого из них ведет к тому, что главный результат остается недостижимым.

Многие направления боевых искусств изучают техники применения всевозможного оружия, в частности, спортивной палки. Не являются исключением и гиперборейская система «Топот», и система «Хора». На занятиях я прошу специалистов-единоборцев, владеющих прикладными методами ведения боя, продемонстрировать, в каком положении их спортивная палка может выдержать максимальную вертикальную нагрузку на кончик. В положении, выбираемом большинством (рис. 36), как правило, фиксируется максимальная нагрузка в 50 килограмм-сил. Это происходит в том случае, если не выполнены рекомендации, касающиеся основной стойки гиперборейской системы (рис. 37). После того, как единоборец учитывает в своей стойке принципы «телесной волны», нагрузка, которую он может выдержать, возрастает до 100 килограмм-сил (рис. 38). Таким образом, знание секрета увеличивает «полезную мощность» специалиста как минимум в два раза. Но даже знание секрета «телесной волны» не может помочь единоборцу выдержать такую же нагрузку в положении, показанном на рис. 39.

Держать свою злость на кончике штыка требовал от солдат перед рукопашной схваткой А. В. Суворов. Того же требовали от воинов во времена Гражданской и Отечественной войн. Мне понятно, о чем в данном случае идет речь: умение



проецировать экстремум «телесной волны» в любую часть пространства – один из секретов гиперборейской системы целостного движения. Чтобы уметь это делать, нужно знать все о волновой функции тела.

Владеющим боевыми искусствами известно, что чем ближе конечности к телу, тем большей силой они «наполнены». Этот факт подтверждают расчеты по сопротивлению материалов. Если рассматривать конечности человека как некие «заделки» (а в случае демонстрации силы это именно так), то график распределения усилий при вертикальной нагрузке однозначен. Максимальное усилие приходится на места «заделки» (то есть кисти), а минимальное – на конец, то есть на конец палки.

Гиперборейская система целостного движения не противоречит этому физическому закону (см. рис. 39). Учитывая, что на конец палки выведено усилие в 100 килограмм-сил, представьте, каково должно быть усилие в кистях эксперта. Из этого следует, что знания законов «телесной волны» для выполнения этого упражнения явно недостаточно. Понимание указанных законов – только часть знания, способного помочь в достижении таких феноменальных результатов. В положении, изображенном на рис. 39, тренированный по обычным методикам единоборец может выдержать давление усилием не более 50-ти килограмм-сил. В большинстве же случаев это усилие равняется всего 20–30-ти килограмм-сил.

Соблюдение законов «телесной волны» поможет вам быстро овладеть любыми упражнениями гиперборейской системы, а также со временем и секретами боевых искусств на высоких уровнях. Для того чтобы понять, как руки, а точнее, позвоночник, могут выдерживать соответствующее усилие, необходимо разобраться, как работает двигательный сегмент позвоночника. Этот механизм скрывает одну из главных тайн создания материи – отвердевание по мере компенсации внешнего усилия, направленного по определенному закону на сжатие вещества. Не об этом ли феномене писал Дандарон в «Черной тетради»?

Двигательный сегмент – это два соседних позвонка, межпозвоночный хрящевой диск между ними, связки и прилежащие мышцы. Наименьшую нагрузку, направленную на сжатие, испытывают два позвонка, когда человек лежит. Когда он встает, нагрузка возрастает в два раза. Если человек поднимает на вытянутой руке тяжесть, нагрузка на двигательный сегмент возрастает многократно, так как позвоночник работает по принципу рычага первого рода. Одно плечо рычага – длина руки, поднимающей тяжесть, другое – поперечный диаметр позвонка. Если человек поднимает груз весом 20 килограммов на вытянутой руке, то на позвоночник действует сила от 200 до 400 килограммов. Это – предел возможностей обычного человека. При давлении с усилием примерно в одну тонну происходит деформация межпозвоночного диска.

Упражнения, направленные на развитие психосоматической устойчивости к различного рода воздействиям, в системе целостного движения предусматривают использование механизмов реализации резервных возможностей организма посредством специфического использования компрессионных функций межпозвоночных дисков при прохождении по позвоночнику волн спин-контрспиновых закруток, возникающих при нарушении пространственно-временного динамического баланса. Возмущение происходит всякий раз, когда мы выполняем какое-либо физическое действие.

Позвоночник – основа двигательной модели нашего тела. Он состоит из позвонков и межпозвоночных дисков. Рассмотрим устройство межпозвоночного диска в контексте его возможностей.

Каждый диск обладает чудесными свойствами прослойки, сохраняющей определенное расстояние между позвонками, и амортизатора, не позволяющего сократить это расстояние. Диск представляет собой белковое кольцо, удерживающее внутри себя студенистое, упругое ядро. В ядре содержатся гликозамингликаны, обеспечивающие изменение упругости диска за счет быстрого впитывания и отдавания воды. Когда давление на позвоночник возрастает, эти вещества компенсируют нагрузку за счет впитывания воды, которая связывается гликозамингликанами до тех пор, пока не уравниваются внешнее и внутреннее давления. Процесс связывания воды в более упругие структуры основан на спирально закрученном взаимодействии контактирующих сред. Когда нагрузка на позвоночник снижается, процесс идет в обратном порядке: гликозамингликаны отдают воду, упругость ядра снижается до необходимой величины. Доминирует контрспиновая спиральная закрутка процесса.

Излишние динамические стрессовые нагрузки на позвоночник, вызванные отклонением его от формы «телесной волны», ухудшают работу гликозамингликанов, в результате чего они со временем утрачивают свои чудесные свойства. Диск теряет свою упругость, прогибается, «разрывается», тело диска выпячивается, начинает давить на близлежащие нервы и сосуды. Патологический процесс распространяется на весь двигательный сегмент: в костной структуре позвонков появляются ребра, шипы, края их перестают быть гладкими, прилегающие мышцы вследствие постоянного раздражения могут блокировать двигательный сегмент и вызвать целый ряд осложнений. Ни о каком использовании феноменальных возможностей тела в этом случае и речи быть не может. Поэтому неукоснительное выполнение рекомендаций системы целостного движения на первом уровне обучения боевым искусствам принципиально важно, особенно в отношении позвоночника и его частей.

Итак, чтобы стать единоборцем по духу, нужно посвятить много лет тренировкам. Зачем нужен такой длительный срок? Обычно новичков боевым искусствам обучали мудрецы. Им приходилось затрачивать годы на то, чтобы не только научить новичка бою, но и перенаправить потенциал его внутренней агрессии на познание самого себя. Обучение велось с полным погружением: все функции организма подчинялись достижению высшего уровня боевого мастерства. Огромные длительные физические нагрузки способствовали приобретению единоборцем возможностей, которые могут показаться обычному человеку невообразимыми. Но они – реальность! В процессе тренировок преодолевались многие блоки человека – и психические, и физические. Преодолевался, например, страх смерти – тормоз, удерживающий силу и энергию бойца в нераскрытом состоянии. Для его преодоления существовало множество методик. Но начинать всегда нужно было с малого, с культуры движения, скажем. Во всех системах при освоении техники ударов и блоков акцент вначале делается не на силовые и скоростные качества, а на культуру движения, на достижение устойчивости и спорности, на достижение состояния устойчивого здоровья и повышенной мобильности, на великолепную биологическую активность. Часто не победа, а наслаждение от движения, от возможности использовать резервные возможности организма, возможности обучить противника терпению и выдержке являются основными задачами схватки. Обучение противника терпению и выдержке – центральная задача, которая решается в гиперборейской системе целостного движения «Топот».

Однажды на одну из наших тренировок пришел боксер. Он понаблюдал за поединком, проводимым по правилам системы целостного движения гиперборцев, между инструкторами системы «Топот» и попросил разрешения прокомментировать его.

– Пожалуйста, – ответил я, уже догадываясь, что он хочет сказать.

– Ты, Николай, в поединке совсем открыт. Я видел несколько раз, как у тебя в момент атаки оставались незащищенными челюсть, солнечное сплетение, печень и так далее. Это неправильно.

Сам того не подозревая, он высказал мудрые мысли.

– Не всегда человек защищен в тот момент, когда думает, что он неуязвим, – ответил я. – И наоборот. Это закон жизни. Но ты не учишься скорости выполняемых нами движений, и поэтому думаешь, что корпус или лицо в момент атаки открыты. На самом деле, они защищены и довольно прилично. Защита эта основана на принципе стремительности перемещения. Противнику некогда разглядывать, что уязвимо, а что нет – у него в этот момент времени слишком много проблем с собственной безопасностью. Твой взгляд успеваешь оценивать отдельные недочеты наших перемещений, и это здорово. Никто не говорит, что их нет. Более того, их не может не быть. Но

взгляни на проблему с иных позиций. Хорошо известно, что скорость зрительного восприятия намного больше, чем скорость передвижения тела, поэтому ты можешь видеть то, что не сможешь почувствовать в момент боя, а тем более, выполнить. Вообще же, твои слова я воспринимаю как комплимент системе.

Боксер продолжал посещать наши занятия и всякий раз возвращался к теме «открытых» участков тела. Меня это не трогало, но несколько моих коллег, разгоряченных вибрационными боями, в которых им досталось на орехи, бросали на меня выразительные взгляды, остро реагируя на замечания нашего гостя. Они не понимали, почему я не настаиваю на своем.

Я же не отстаивал свою точку зрения потому, что хорошо знаю бесполезность этого если человек сразу не осознал сказанного ему по поводу скорости и других нюансов, то это означает, что его модель мира единоборств либо более совершенна, либо его сознание не воспринимает предложенную мною модель мира. И в том, и в другом случае объяснения бесполезны – человек сам решает, менять свой способ описания мира или нет, принимать новое знание или нет. Принуждать его нет смысла.

– Если хочешь что-то доказать себе, а не нам, встань и проведи спарринг с Николаем, – сказал, не выдержав, один из моих коллег.

– С удовольствием, – согласился боксер, предвкушая легкую победу. Он был мастером высокого класса и был уверен в ней. Я сказал, что не буду наносить ему удары по голове, только обозначу. Ему же я предложил попробовать «вырубить» меня, то есть наносить удары в полную силу, применяя все известные ему приемы. Мы встали на татами и по команде «бой» начали схватку. Бой, длившийся секунд пять, закончился его возгласом: «Так его голову вообще не видно!»

Мои коллеги захлопали в ладоши – столько изумления было в этом восклицании. Человек, не готовый к восприятию увеличенного объема информации, что предполагает вибрационный метаболизм «Топот», не всегда способен адекватно реагировать на ситуацию. Специалист понял это. На то он и специалист...

Схватка, проводимая по законам вибрационного метаболизма «Топот», внешне кажется невыразительной. В ней мало изолированных технических действий, движения просты и легко идентифицируются глазом. В ней нет узнаваемых приемов самбо, дзю-до, джиу-джитсу, каратэ или других экзотических признаков того, что проведено действие на поражение.

Все силы в такой поединке направлены на скорейшее достижение результата, на минимизацию так называемых лишних движений – каждое действие строго регламентировано, имеет свой, непонятный непосвященному смысл. Этот смысл «навязан» тестовыми упражнениями более высоких уровней ведения поединка. В специалиста системы «Топот» более высокого уровня подготовки, например, невозможно попасть из пневматического пистолета даже с трех метров, потому что он умеет «качать маятник», то есть совершать оптимальные движения, препятствующие попаданию. Это искусство было известно древним славянским воинам, умевшим телом исполнять тайную мелодию, оно известно профессионалам рукопашного боя, представителям силовых структур. Даже положения тела при этом в той или иной фазе схватки строго мотивированы, отклонения от них весьма нежелательны. Именно поэтому эксперты гиперборейской системы целостного движения «Топот», хорошо владеющие множеством «мелочей», на первом уровне обучения проводят свои схватки не как подавляющие, а как обучающие. Они стараются не травмировать ни психику, ни тело оппонента. Они дают ему возможность осознать необычные принципы ведения боя, попробовать повторить движения, подстроиться под предлагаемые принципы ведения боя, основным из которых является принцип «не навреди». Опыт показывает, что большинство ищущих истину единоборцев легко воспринимают эту информацию и в дальнейшем используют ее в своих тренировках. Такой подход отличает систему «Топот» от любой другой сходно ориентированной системы на первом уровне обучения.

Как-то один из интереснейших специалистов Санкт-Петербурга по айки-до продемонстрировал нам неплохой арсенал высокоточных (я назвал их интеллектуальными) приемов. Каждый раз, когда мои коллеги просили повторить показанный прием в надежде запомнить изящное движение, лежащее в его основе, Сергей Курников (так его звали) проводил его, видоизменяя, добавляя всякий раз что-нибудь новое. Это мешало запомнить понравившееся упражнение. Специально он это делал или нет, я не понял, но никто из моих экспертов не смог зафиксировать ни одного технического действия хоть сколько-нибудь достоверно даже после часа демонстраций. В какой-то момент, поняв, что запомнить ничего не удастся, я перестал акцентировать внимание на том, что именно Сергей делает, а просто мысленно попросил свое тело запомнить все, что ему понравится. Вернувшись домой, я решил проверить, что же «запомнило» мое тело. Дома кроме жены никого не было, а она, конечно же, не согласилась бы на эксперимент, связанный с боевыми искусствами. Какая женщина

согласится на это? Дел у нее в тот день было не меньше, чем обычно, и всякие глупости (с ее точки зрения) только помешали бы заниматься хозяйством. И я придумал.

– Хочешь, я покажу тебе новый комплекс для снятия болей в спине и мышцах? – спросил я жену.

– А что это за комплекс? – заинтересовалась она, сразу перестав заниматься делами. У нее были проблемы с поясницей.

– Это совершенно новый оздоровительный комплекс, основанный на скручивании различных суставов. Он почти мгновенно снимает боли в позвоночнике и суставах.

Ловушка сработала. Если бы женщинам все было неинтересно, разве продолжилась бы жизнь? Любопытство – вот двигатель прогресса!

Мы приступили к упражнениям. Тело с удовольствием «вспомнило» все, что мне было нужно, более того, оно легко выстроило приемы в некую последовательность, создав стройную схему, и с блеском продемонстрировало свои феноменальные возможности. Казалось, будто бы я знал все эти приемы всегда.

Весь комплекс занял не более пяти минут. Моя жена была мне очень благодарна: боли в позвоночнике и мышцах неведомым образом исчезли, успокоилась даже «трещавшая» до этого голова. Тем самым я еще раз нашел подтверждение тому, что упражнения боевых искусств несут оздоровление организму. Именно поэтому многие технические действия в гиперборейской системе целостного движения проверяются на оздоровительную их значимость.

Так родилась уникальная методика, основанная на последовательном (фаланговые, лучезапястные, локтевые, плечевые суставы, шейный, грудной, поясничный, крестцовый отделы позвоночника, тазобедренный, коленный, голеностопный суставы) скручивании определенным образом – по схеме приемов айки-до – суставов и отделов позвоночного столба и опорно-двигательного аппарата человека.

Базовые рекомендации первого уровня обучения гиперборейской системы целостного движения разработаны на основе древней системы психосоматической подготовки человека к единоборству. Хочется отметить, что эти рекомендации существенно меняют отношение любого человека к боевым искусствам, а во многих случаях противоречат основным принципам традиционного подхода к единоборствам.

В некоторых системах карате-до, например, постулируется положение «Через боль к физическому совершенству». Не всякий человек способен выполнить это требование. Здравомыслящий индивидуум может заподозрить в этой декларации скрытое желание травмировать его тело и психику. Этому в большой степени способствуют негативные факторы, присущие тренировкам единоборцев традиционных систем. Один из них – принцип бесконтактного удара, меняющий координаты боевого психического настроя на миролюбивые.

Неоднократно я просил специалистов по каратэ-до поразить меня боковым ударом ноги в голову. Многих из них сначала приходилось уговаривать нанести такой удар. Они, будучи уверенными в своих силовых и технических возможностях, мотивировали свой отказ тем, что боятся серьезно травмировать меня. Уговорить их удается, как правило, после того, как я обещаю поставить защиту рукой от их удара.

После дискуссии специалист по каратэ-до все-таки пытается нанести мне удар в голову ногой (рис. 40), но промахивается: его нога не «долетает» до меня иногда на сантиметр, иногда больше. Хотя, если бы, находясь в указанном положении, он смог бы повернуть пятку еще на 90° , то наверняка попал бы по моей голове, и мне пришлось бы защищаться руками. Я же, увидев, что пятка развернута под углом 90° к плоскости моего тела, даже не побеспокоюсь, поскольку сильного удара все равно не будет: единоборец уже нарушил золотые правила биомеханики.



Рис. 40

Нарушил он также один из постулатов гиперборейской системы целостного движения: стопа указывает направление течения силы. Нарушил он и один из постулатов правильного удара: согнутое колено обеспечивает оптимальное течение силы. Все это – результат так называемых бесконтактных методов тренировки¹³.

Один раз я был свидетелем одной весьма поучительной сцены. Идя по улице, я увидел, что впереди переходит улицу знакомый сенсей системы каратэ-до, имеющий 3-й дан (это предполагает высокий уровень подготовки). Вдруг на него в буквальном смысле слова налетели трое хулиганов. Я обрадовался: появилась возможность посмотреть, как он дерется в реальной

¹³ Видимо, наставники этих единоборцев заранее вымаливают себе прощение у Всевышнего, ведь при такой подготовке их ученики не смогут принести вреда людям. Конечно, это шутка.

ситуации. Про него ходили легенды, будто бы он в прыжке высоким ударом ноги легко сбивал вывески на автобусных остановках. Сенсей мгновенно отреагировал на нападение. Он стремительно и красиво ушел от первого удара так, что первый нападающий – видимо, лидер – по инерции пролетел мимо него и, споткнувшись о его ногу, упал. Вторым ударом он встретил блокирующим движением руки и одновременно подсек опорную ногу третьему нападавшему. Оба нападавших тотчас упали. Но тут первый напал на него сзади и попытался нанести удар ногой. Сенсей встретил удар ногой блоком руки, отбросил ногу нападающего в сторону и нанес ему стандартный в таких случаях боковой удар рукой (рикен-цки). Я подумал, что уж с этим-то «клиентом» все кончено. Может быть, навсегда. От такого удара даже вспотеть от страха не успеешь, не то что икнуть или сильно испугаться. Однако тот, как ни в чем не бывало, сильно ударил каратиста головой в нос. От такого удара любой «поплывет». «Поплыл» и сенсей. Ни секунды не медля, подбежала команда этого лидера и давай избивать парня ногами, пытаюсь окончательно лишить его способности к сопротивлению. Но сенсей не падал. Он продолжал держаться на ногах. Видимо, это входило в правила боя, которые он знал. Нужно было выручать коллегу. Я громко рыкнул, привлекая внимание к себе, и быстро побежал вперед в надежде отходить как следует кулаком хулиганов по спине. Бить людей по лицу у меня с детства не могу. Я использовал стандартную для славянского боя схему: с криком «ура», частотно повышающим уровень моих вибраций на порядок. Славянский бой – один из гиперборейских боев, он мне хорошо знаком. Кроме того, я кричал «Вовка, обходи справа, гони их на меня». Это должно было испугать нападавших на сенсея парней. Довольно скоро их нервы не выдержали, да и парень, отбивавшийся от ударов, стал приходить в себя. Хулиганы, бросив жертву, попытались разбежаться кто куда. Одного я поймал, уложил подсечкой на землю, поучил слегка кулаком по загривку, обездвигив его руки, и сдал подъехавшему наряду милиции. В отделении внутренних дел я смог переговорить с сенсеем и выяснил причину его поражения. Оказывается, парень не довел свой разящий удар до лица нападавшего. Его подвел рефлекс бесконтактности, он только обозначил удар, но не нанес его. Вот так-то!

Все феноменальные явления в нашем мире в той или иной степени имеют отношение к телесным рефлексиям. Эти рефлексии многообразны, но подчиняются единым законам. Мастера каратэ-до, о котором я вам рассказал, подвел рефлекс.

Принципы метабоя «Топот» несколько иные. Чтобы лучше понять их, приведу высказывания тех, кто знаком с вибрационным боем системы «Топот».

Д м и т р и й: «Когда Николай стал двигаться, я перестал видеть его. Была видна только смутная тень».

Б о р и с: «Было такое ощущение, что на меня «наехала» какая-то гора. Я ничего не успел сообразить и был опрокинут стремительным натиском».

Г е н н а д и й: «Это какое-то фрагментарное восприятие мира: вот я вижу, что Николай на расстоянии трех метров от меня, и думаю, что у меня еще есть время предпринять определенные шаги для атаки или для защиты, и вдруг он уже рядом, на расстоянии вытянутой руки, и его перчатки у моего лица. Потом – подсечка и все, я обезоружен».

В и к т о р: «Ничего не мог понять. Что происходит? Кто я? Какое-то мельтешение рук... Я ничего не успевал, меня всегда опережали. Хорошо, что Николай не наносил удары по голове, иначе это закончилось бы печально».

Д м и т р и й: «Я давно занимаюсь боевыми искусствами, но никогда не думал, что в них есть другие, скрытые от меня, стороны. И вот я узнал о них».

Т а т ь я н а: «Я вдруг почувствовала этого человека, почувствовала именно как женщина. Вибрационный бой – это высшая мистичность того, что с нами происходит, это новый мир ощущений, в том числе сексуальных. Секс – это тоже почти бой, только мотивы другие. Это новый "бой" в сексе».

М а р и н а: «Я увидела себя в далеком прошлом: меч в руках, сеча вокруг, падают боевые друзья, я ранена, но не побеждена. Вибрационный бой – это мой способ знакомства с прошлым человечества».

Ю р и й: «Ускорения, которые возникают в теле во время движения в режиме «Топот» находятся за пределами понимания и осознания. Это дает о себе знать инстинкт выживания, проявленный в динамике телесной формы».

Нечто похожее говорят до 30% людей, которые впервые столкнулись с вибрационным боем.

Действительно, во время вибрационного боя возникают колоссальные ускорения, сжимающие тело в тугие узлы скрученной в спираль энергии. Цзин-гун (спиральная скрученная сила) называется этот принцип в китайских боевых техниках. Чтобы при этом человек не получил травмы, нужно определить единственно возможное положение

позвонок позвоночного столба, равномерно распределить усилия, приходящиеся на межпозвоночные диски, на суставы опорно-двигательного аппарата, кости и мышцы. На первом уровне обучения в системе «Топот» особое внимание уделяется именно этим моментам. Главное – научиться не травмировать самого себя своим же движением. В первую очередь обучаемый должен научиться соблюдать все рекомендации техники безопасности вибрационного боя. Исходный набор элементов техники безопасности для стойки продемонстрирован на рис. 41, дополнения к нему смотри на рис. 42. Невыполнение любой из рекомендаций системы «Топот» может привести к серьезным деформациям межпозвоночных дисков, позвонков, суставов, костей и мышц. Именно поэтому в гиперборейской системе целостного движения существуют жесткие тесты, оценивающие на каждом уровне готовность организма человека к соответствующим нагрузкам. Важно подчеркнуть, что те же самые принципы легли в основу оздоровительных упражнений. Две противоположности – оздоровление (восстановление) и бой (разрушение) – сошлись в единстве принципов. Мир дуален.

Чтобы ознакомиться с некоторыми из этих принципов, выполните несколько простых заданий.

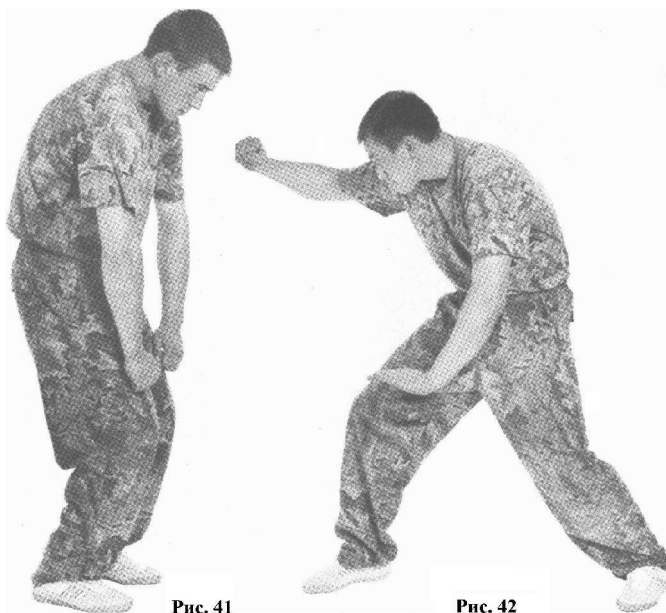


Рис. 41

Рис. 42

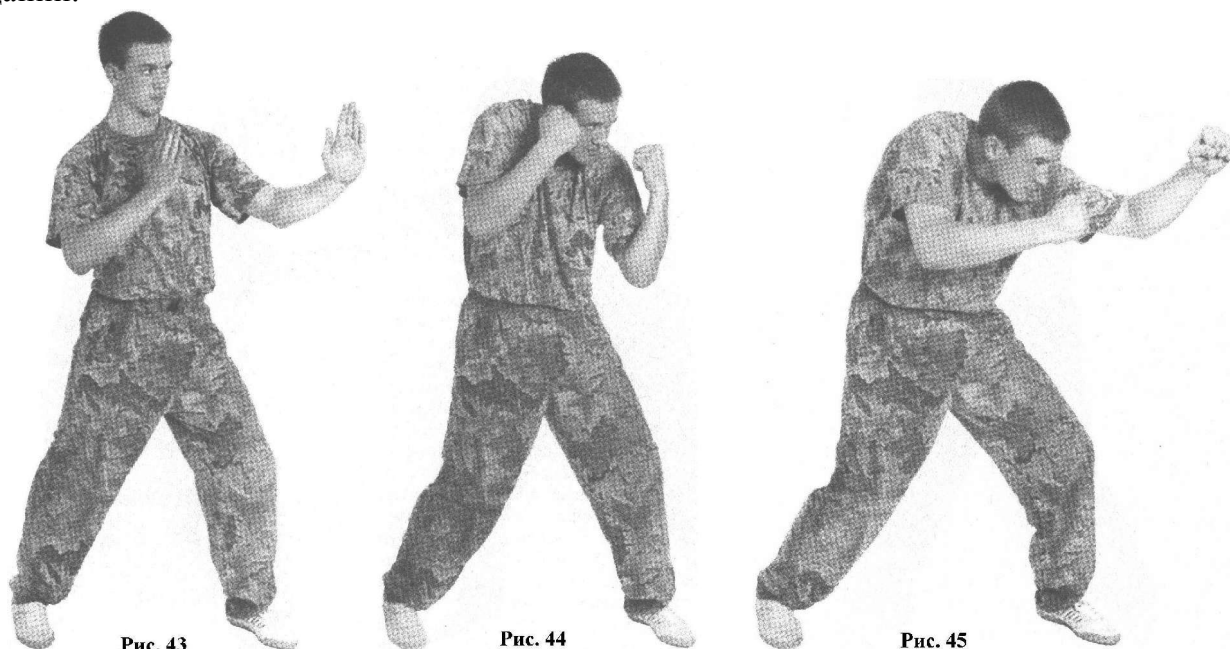


Рис. 43

Рис. 44

Рис. 45

Выберите из трех изображений рис. 43, 44, 45 тот, который, с вашей точки зрения, наиболее правильно показывает положение тела человека перед схваткой. Если вы выбрали позицию 43, то это означает, что вашему телу и сознанию больше по душе система каратэ-до. У этой системы и, в частности, у этой стойки действительно есть значимые преимущества. Эта стойка обеспечивает хороший обзор (сенсорное восприятие информации об окружающем мире), неплохую спорность (пятки прижаты к земле, а опорная нога прямая). К сожалению, такая стойка дает хорошую устойчивость только в одном направлении. Находясь в этом положении, вы готовы к многошаговым комбинациям с применением жестких действий руками и ногами (конечности подготовлены многочисленными техниками набивания, вы знаете восточные ката – оптимальные для определенных ситуаций последовательности действий). Вы готовы к действиям с неожиданными поворотами, перемещениями, круговыми подсечками, ударами в прыжках, готовы к ударам в самых невероятных направлениях, под самыми невероятными углами. Вы умеете блокировать удары руками и ногами, пересекая

траекторию развития удара в самом уязвимом месте или корректируя ее за счет толчка, направление которого перпендикулярно траектории атакующего удара. В общем, у вас много преимуществ. Система каратэ-до хорошо зарекомендовала себя в схватках. Однако в ней присутствуют некоторые моменты, которые требуют корректировки. 1 – на больших скоростях вы все-таки вынуждены будете оторвать пятки от земли. 2 – под ударами многочисленных противников, наносимых с разных сторон (только в кинофильмах атакуют по одному и так, чтобы защищающийся видел начало удара), вам придется либо закрыть голову руками, либо наклонить ее так, чтобы защитить хотя бы плечами челюсти и избежать прямолинейных ударов в нос и в глаза. 3 – вам придется использовать локти и колени для активной защиты и мгновенной, неожиданной для противников атаки в ближнем бою. Может быть лучше с самого начала предусмотреть все эти моменты?

Если вы выбрали позицию 44, то это означает, "что вашему телу и сознанию больше по душе система бокса. У этой системы и, в частности, у этой стойки тоже есть свои преимущества. Ваши челюсти заранее защищены плечами, так как подбородок прижат к груди, а плечи чуть приподняты. Одна рука, сжатая в кулак, слегка прижата к челюсти, что улучшает защиту от возможного неожиданного удара, способного привести к нокауту или даже к нокауту. Руки напряжены, локти, опущенные вниз, прекрасно защищают от опаснейших, сбивающих дыхание и сердечную деятельность ударов в корпус, они способны эффективно отражать даже удары ногами. Вес тела перераспределен на подушечки стоп, что позволяет, без сомнения, легко перемещаться в пространстве в любом направлении – уходить от ударов, применяя нырки, отклонения и другие элементы, связанные с «игрой» ног боксера. Голова наклонена вперед, что позволяет под некоторые удары подставлять лобную кость, которая считается самой сильной костью человеческого организма. Если вы сумели в бою подставить под удар противника лобную кость, считайте, что смогли вывести из строя кисть противника, сами не получив при этом повреждений. У вас много преимуществ.

Но и в этой системе есть моменты, требующие корректировки. 1 – вас можно поразить на дальней дистанции неожиданным хлестким ударом. 2 – ваше тело не совсем верно расположено в пространстве с точки зрения теории распределения усилий. Можно указать и еще на некоторые моменты.

Однажды к нам на занятия пришел мастер спорта СССР по боксу. Он был мощным, хорошо сложенным мужчиной весом свыше 100 килограммов. Из бесед с ним я узнал, что он может одним ударом кулака в печень «укладывать» даже профессиональных охранников.

Он с интересом просмотрел все наши упражнения и предложил мне провести с ним спарринг. Он поставил лишь одно условие: не наносить ему удары по голове. Такое условие меня устраивало. Всем, кто хочет провести со мной спарринг, я обычно говорю, что по голове во время боя бить не буду. Бить по голове я могу только «своих», тех, кто овладел искусством «телесных лат» и знает, что такое силовые линии головы. Они могут выдерживать мощнейшие удары в голову, в самую уязвимую часть тела, применяя специальную технику, основанную на умении мгновенно выравнивать внутричерепные давления (техника вибрационной контактной крианотерапии).

Боксер неплохо атаковал. Я лишь «огрызался», нанося удары по его рукам. Он двигался быстро и к корпусу не давал возможности даже приблизиться. Я также успешно уходил от его ударов. Ни один из них так и не достиг цели, то есть он ни разу не зацепил меня. Это был неплохой результат, потому что боксеров специально учат «игре» ног, умению оценивать расстояние до противника и умению наносить сокрушающие удары типа хук и апперкот на поражение.

– Значит, я могу двигаться чуть быстрее и точнее оцениваю ситуацию, – подумал я тогда.

Вспомнился еще один случай. Ситуация была такой же. Я проводил спарринг с мастером спорта по боксу. Согласно уговору я не мог наносить удары по голове, но мне разрешили делать подсечки. Сразу после начала боя я провел одну из них, подсек опорную ногу противника в момент начала атаки. Мой противник, не ожидавший этого, упал, да так неловко, что серьезно повредил себе руку.

Бокс – система сильная, в ней много интереснейших наработок, но не надо забывать про возможность атаки ног в реальной схватке и про многие другие нюансы уличного боя.

Если вы выбрали позицию 45, то это означает, что вашему телу и сознанию больше по душе система «Топот». У этой системы и, в частности, у этой стойки действительно есть большие преимущества для обучения боевым искусствам на начальном уровне. Она не похожа на позиции 43 и 44. Более того, я сказал бы, что эти позы по уровню функциональной значимости интереснее, чем поза 45. Однако они хороши только на высоких

уровнях ведения боя. Поза 45 хороша для организации окружающего пространства на уровне намерений. Поза 44 хороша в ситуации, когда вам необходимо сохранить жизненные силы. Она великолепна для ситуаций «выживания». И все-таки на первых этапах ознакомления с гиперборейской системой целостного движения я порекомендовал бы позу 45. Именно эта стойка учитывает, прежде всего, эмпирически выработанные принципы ведения вибрационного или пульсационного метаболя.

§ 3. Осанка в гиперборейской системе целостного движения

Основной стойкой в системе целостного движения является осанка. Чрезвычайно важно овладеть ею. Это необходимо для выполнения других упражнений системы.

Сначала я остановлюсь на рекомендациях по выполнению упражнений для правильной осанки.

1. Перенесите вес тела на подушечки стоп, не отрывая пяток от опоры.

При этом вес тела равномерно распределяется на своды стоп, подушечки стоп и своды пальцев ног. В этом случае при движении, например, при перенесении веса тела с ноги на ногу, полноценно работают все составляющие стопы, энергетические каналы, спроецированные на пальцы ног, правильно распределены мышечно-суставные усилия.

2. Согните колени, устранили поясничный лордоз, сформируйте округлую поясницу.

У вас задействованы рессорные функции коленных суставов, функции вестибулярного аппарата.

3. Приведите мышцы живота, таза и другие в тонус.

Ваши мышцы стимулируют деятельность органов живота, таза и др.

4. Освободите легкие и сердце от излишнего давления грудной клетки.

При этом стабилизируется деятельность центральной и вегетативной нервных систем.

5. Выпрямите шейный отдел позвоночника. Вы сформировали полноценную волну позвоночника.

Перед тем, как выполнить эти рекомендации, сделайте комплекс «Четыре Кошкины протяжки» (рис. 46). Они помогут вам быстрее достигнуть желаемого результата. Каждый элемент можно выполнять от 3 секунд до 5 минут.

Наличие округлой поясницы (в пределах – антилордоз поясничного отдела позвоночника) – основной момент, который оценивает эксперт системы целостного движения при выполнении этих упражнений.

Качественно выполнить упражнения для осанки поможет также приседание на носках ног. Это вспомогательное упражнение. Выполнять приседания нужно с опорой на носки ног. В нижней фазе движения обратите внимание на поясничный прогиб позвоночника. Вставая, попробуйте распределить мышечные нагрузки так, чтобы удержать позвоночник в этом положении. Голову при этом старайтесь держать прямо, а плечи развернутыми.

Сделав несколько приседаний, остановитесь в среднем положении. Ваш позвоночник имеет дугообразную форму. Убедитесь в том, что любое вертикальное (сверху вниз) усилие не вызывает деформации позвоночника. Ноги, а точнее коленные суставы и стопы, как пружинки принимают нагрузку на себя, рефлекторно и циклично напрягаются разгибатели спины.

Небольшие напряжения в областях гребешковой паховой мышцы, среднем квадрицепсе бедра, внешних и внутренних мышцах голени, трехглавой мышце бедра, портняжной мышце при выполнении этих упражнений со временем исчезнут, и тело приобретет необходимый для

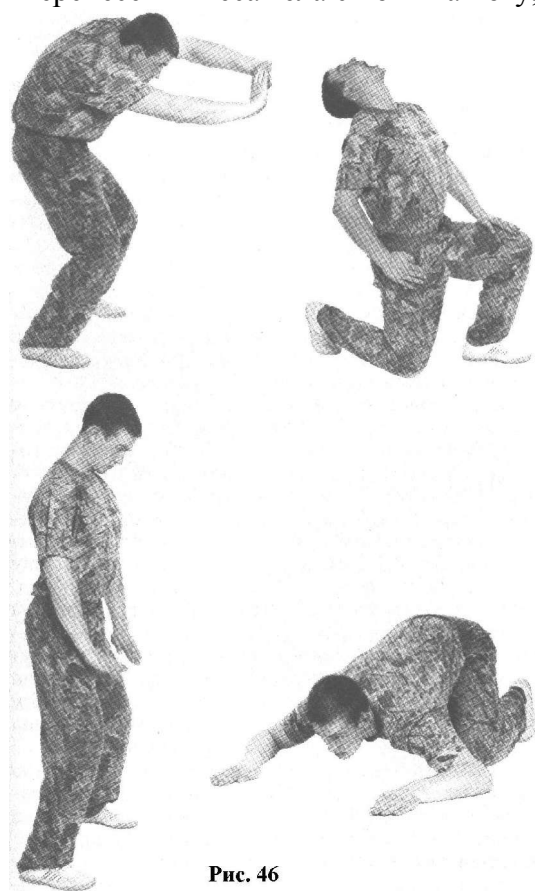


Рис. 46

дальнейших занятий опыт.

Для проверки правильности осанки подойдите к стене и попробуйте прижаться к ней всеми частями позвоночника. Для облегчения задачи чуть согните колени. Но лучше для проверки выполнить упражнение «Поза ямщика с вращением позвоночника» (рис. 47, 48). Для выполнения этого упражнения необходимо сесть на край стула, согнуть спину, опереться локтями о бедра, наклонить голову вперед, одну ногу отставить немного назад так, чтобы подъем стопы совпадал с осью, проходящей через центр тяжести тела. Это нужно, чтобы убедиться в том, что вы сможете подняться со стула, не меняя положения тела в пространстве. Если это не так, то надо еще немного отставить стопу назад, при этом ось стопы должна быть наклонена к поверхности опоры не больше, чем на 45°.



Рис. 47



Рис. 48

Подтяните слегка мышцы живота и медленно переносите вес тела с ноги на ногу, слегка раскачиваясь в пространстве и наклоняя голову вперед и вниз. 5–10 минут отдыха в такой позе прекрасно откорректируют ваш позвоночник.

Когда вы находитесь в этом положении, позвоночный столб освобождается от излишней закрепошенности позвонков и мышц спины. Здесь используется лишь естественное свойство крестцового отдела позвоночника наклоняться вперед-вниз. Организм человека при этом находится в расслабленном состоянии, что оптимально для физиологических процессов они текут плавно, циклично и соответствуют индивидуальному ритму человека.

Расслабление мышц помогает решить многие психологические проблемы человека (например, избавиться от их перенапряжения, от так называемых мышц-камней). Упражнение имеет ярко выраженный отставленный эффект при минимальной двигательной экспрессии, оно оказывает чрезвычайно позитивное воздействие на человека. Внешне оно не отличается от упражнения "Поза ямщика".

Какова же польза от этого упражнения? Эксперты гиперборейской системы, делая восьмеркообразные движения, вращают ваши плечи по определенной траектории и равномерно загружают все позвонки тела спиральной нагрузкой. Это помогает выровнять функциональную динамику позвоночника относительно его оси, а, значит, помогает выровнять функциональную асимметрию мозга и восстановить подвижность позвонков и межпозвоночных дисков крестцового, поясничного и грудного отделов позвоночника. В свою очередь это благоприятно сказывается на иннервации внутренних органов и дает оздоровительный эффект. Для того чтобы привести в порядок шейный отдел позвоночника, нужно добиться восьмеркообразного движения головы, синхронного с движением позвоночника и всего тела. Это избавляет человека от болей в шейном отделе, головной боли и некоторых других болевых синдромов. Эти упражнения выполняются для того, чтобы вы запомнили положение поясничного и шейного отделов позвоночника. Теперь, перераспределив усилия мышечных групп, попробуйте сохранить его при ходьбе. Обратите внимание на грудной отдел позвоночника ни в коем случае не должно быть кифоза грудного отдела и возвратного лордоза шейного отделов. За этим нужно внимательно следить в течение двух недель. После этого тело запомнит требуемое положение «телесной волны», а информация об этом будет храниться на уровне подсознания. Чтобы правильно и с пользой выполнить описанные упражнения, необходима помощь специалиста гиперборейской системы целостного движения. Он уже обладает знанием и умением, позволяющим ему загружать полностью и равномерно всю «телесную волну» человека от стоп до макушки. Он способен при помощи движений рук и тела перераспределить мышечные усилия в организме подопечного так, чтобы в нем не было концентраторов энергии, а тело двигалось бы строго по определенным, спирально закрученным траекториям без рывков и циклично. Тем самым достигается максимально возможная компенсация функциональной асимметрии мозга человека. Чтобы лучше уяснить преимущества осанки, принятой в

гиперборейской системе целостного движения, остановимся на всех возможных отклонениях, представленных в осанке обычного человека (рис 35).

1. Вес тела перенесен на пятки.

Результатом такого перенесения является отсутствие полноценной массажной нагрузки на своды стоп и на своды пальцев ног. Это значит, что отсутствует их компрессия. Правильная полноценная загрузка сводов стоп и сводов пальцев ног позволяет им вести себя подобно сжимаемой спирали, то есть уплощаться. Создается компрессия межкостных и внутримышечных связей сводов стопы и пальцев ног и нагрузка распределяется спирально по их периферии. Это позволяет использовать функциональные возможности стопы в более широком диапазоне, например, на уровне энергообеспечения организма. Подпитка энергией организма в целом, а также всех его систем обеспечивается работой каналов наиболее благоприятного течения многоуровневых процессов, называемых энергетическими каналами или меридианами. Гармоничность и ритмичность их работы зависит от ряда планетарных, солнечных, зодиакальных, вселенских и иных циклов. Отсутствие циклических нагрузок на своды и пальцы ног, неиспользование их компрессионно-декомпрессионных свойств приводит к неполноценной работе энергетических каналов и, как следствие, к изменениям в вегетативной системе.

Перераспределение веса тела человека на пятки нежелательно и по другой причине. Рессорные функции сводов стопы и пальцев ног в этом случае принимают на себя другие суставы нижних конечностей, а также позвонки и межпозвоночные диски. Это приводит к преждевременному износу суставов и дисков, а также к нарушениям иннервации внутренних органов и к сбоям в функционировании всех систем жизнедеятельности.

Однажды я видел, как специалист по каратэ-до играл в футбол. Его попросили сыграть за одну из команд для уравнивания количества игроков в командах.

Он резко отличался от других футболистов своими угловатыми движениями. Казалось, ему необходимо некоторое время, чтобы принять решение, прежде, чем он начинал двигаться.

Я быстро понял причину: чтобы начать бег, ему нужно было перераспределить вес тела со всей стопы на подушечку, а на это нужно время.

В любой схватке присутствуют два взаимоисключающих момента: 1) удар должен обладать максимальной спорностью; 2) тело должно быть готово к выполнению скоростных перемещений в пространстве. Этот конфликт снимается в вибрационном бое "Топот".

Следствием перенесения веса тела на пятки является перераспределение мышечных связей нижних конечностей таким образом, что рефлексорный сгиб коленных суставов исчезает.

2. Отсутствует сгиб коленных суставов.

В результате этого не задействуется рессорная функция коленных суставов, основных суставов, компенсирующих вертикальные нагрузки. Нагрузка перераспределяется на голеностопные, тазобедренные суставы и, частично, на позвоночный столб. Дополнительные нагрузки на эти суставы ведут к преждевременному изнашиванию костей.

При этом и мышцы нижних конечностей загружены неправильно. Это приводит к нарушению мышечно-суставного пространственного баланса, искажениям в работе мышечно-суставного анализатора (дробного анализатора пространственно-временных связей по Сеченову). Негативно это отражается на вестибулярном аппарате.

3. Зафиксирована в определенном положении коленная чашечка.

Такая фиксация приводит к включению рефлексорного механизма. В итоге сохраняется поза с расслаблением косых и прямых мышц живота. При этом возможно также расслабление трехглавых мышц бедер, мышц малого таза и разгибателей спины. Результатом такого расслабления становится рефлексорно возникающий излишний поясничный лордоз.

4. Излишний поясничный лордоз.

Он деформирует межпозвоночные диски, выпячивая их в сторону. Позвонки сдвигаются друг относительно друга и передавливают нервы, идущие к печени, селезенке, почкам, кишечнику и другим органам. Так создается угроза негативного воздействия на вегетативную систему, нарушения трофики. В результате может развиваться остеохондроз, аллергия, возможны головные боли и так далее.

Излишний поясничный лордоз создает условия для формирования излишнего S-образного изгиба всего позвоночного столба. S-образная функция позвоночника способна лишь частично компенсировать вертикальные нагрузки. Она должна просчитываться с учетом индивидуальных параметров волновой гармонии позвоночника, а амплитуда волны

позвоночника (см. рис. 15) должна быть ограничена таким образом, чтобы исключить взаимное негативное воздействие позвонков друг на друга, на межпозвоночные диски и на иннервацию органов. Результатом в этом случае является также тяжелая походка.

5. Выпячивание живота.

При этом возникает трудно восстанавливаемое до исходного состояния растяжение косых и прямых мышц живота. Со временем появляются излишние жировые отложения, растет живот. Отрицательно это отражается и на работе внутренних органов, лишенных ритмичной тонусной стимуляции перечисленных мышц. Ослабевает антигравитационное воздействие этих мышц, заключающееся в противодействии опусканию органов, расположенных в полостях таза и живота, под действием силы тяжести.

6. Впалая грудь.

При длительном нахождении грудного отдела позвоночника в указанном положении возможно образование излишних костных образований, в частности, горба. Принудительное сдавливание костями легких – также неблагоприятный фактор для жизнедеятельности организма. У людей со впалой грудью могут развиваться болезни сердца, бронхит, астма, гипертония или гипотония.

7. Излишний шейный лордоз.

Результатом этого отклонения могут стать головные боли, боли в мышцах шеи, нарушения в деятельности центральной и вегетативной нервных систем.

§ 4. Особенности вибрационного боя

В гиперборейской системе целостного движения и в системе «Хора» вибрации – это рефлекторные низкочастотные (от 5 до 25 Гц) колебания телесной организации. Боевая вибрация – это осознаваемое использование ведущего ритма тела в том же диапазоне частот. Этот ритм обычно не подконтролен сознанию. И все-таки, ключом к победе в гиперборейской системе целостного движения «Топот» является полный контроль сознания за ритмическим «пространством» организма.

На рис. 49 показан трехшаговый комплекс вибраций, то есть трехшаговое перенесение веса тела с ноги на ногу при общем движении тела вперед. Мастер системы «Хора» советовал на своих занятиях бить всем телом. Такой способ перемещения в наибольшей степени способствует этому.

Схватка, проводимая по законам вибрационного боя, помогает мгновенно выявить готовность партнеров к серьезным физическим и психическим нагрузкам. Выяснить, например, кто из партнеров способен обрабатывать большие объемы информации. Почему это необходимо? Обработка больших объемов информации, которую невозможно адекватно воспринять при помощи сенсорных систем ввода-вывода данных, предшествует стрессу. Поэтому умение мгновенно расширять диапазон восприятия информационных потоков – одна из основных задач, стоящих перед современным человечеством. Такая способность определяется в первую очередь состоянием сенсорных систем человека. Умение в любой момент времени адекватно воспринимать увеличенные объемы данных об окружающем мире частично достигается возвратом к заблокированным системам древнего природного способа восприятия мира человеком.

Упражнение, с которого начинается подготовка к вибрационному бою, вы сможете выполнить самостоятельно. Станьте, соблюдая правильную осанку (см. предыдущий раздел и рис. 37). Затем одну ногу немного выставьте вперед. Попробуйте переносить вес тела с ноги на ногу сначала медленно, потом все быстрее и быстрее. Наступит момент, когда вы почувствуете, что тело начинает само достаточно быстро переносить вес с ноги на ногу. При скорости пульсаций¹⁴ 5–7 действий в секунду можно считать, что вы овладели начальной фазой вибрационного боя.

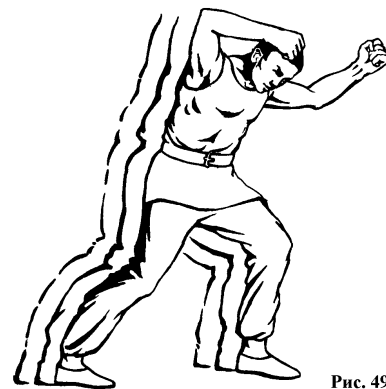


Рис. 49

¹⁴ Пульсация – это циклическое движение, включающее в себя зарождение «телесной волны», ее развитие и завершение.

В дальнейшем вы должны будете научиться вибрировать с гораздо большей скоростью, перемещаясь в пространстве при помощи этих вибраций в любом направлении. Лишь после этого эксперты гиперборейской системы целостного движения «Топот» или инструкторы системы «Хора» будут учить вас прикладному их применению.

Вибрации имеют большое значение в жизнедеятельности человеческого организма. Известно, что дрожь возникает в необычных для человека ситуациях, она может быть мелкой и крупной, то есть частота вибраций тела может меняться в зависимости от обстоятельств. Чтобы появились вибрации, нужны определенные причины, например, сильный испуг или сильное сексуальное желание. Человек не всегда может контролировать вибрации (вызывать дрожь или прекращать ее), хотя есть определенные движения, которые способствуют как возникновению, так и прекращению вибраций. Человек способен предчувствовать их возникновение.

Врачи знают о таком явлении, как тремор (дрожание). Вибрации могут помешать лечению больного (например, при проведении процедур), но могут и помочь – все зависит от того, как их использовать.

Танцоры, исполняющие народные танцы, умеют лихо отбивать дробь, часто попеременно ударяя ногами об землю. Все знают, что такое степ. В этом случае весь танец состоит из частых ударов разных частей подошвы о покрытие сцены. Качественные параметры вибраций в степе просто превосходны.

Человек начинает дрожать от холода. В этом случае организм реагирует на переохлаждение, заставляя клетки тела работать в наиболее благоприятном для него режиме разогрева. Стоит человеку согреться, и дрожь прекращается. Интересно, что в сексуальных взаимоотношениях мужчин и женщин при определенных условиях также присутствуют вибрации. Очень значимое для жизнедеятельности человека свойство организма!

Конечно, все дело в энергии. Вибрации – это новый способ ее использования. Они являются предвестниками перехода тела и сознания в иное состояние. Трансформация касается не только тела в целом, но и его анатомических представительства – органов, костей, связок, мышц и так далее.

В гиперборейской системе целостного движения вибрации используются для управляемого сознанием регламентированного перемещения тела в пространстве, а также для нанесения высокоскоростных ударов в интервалах времени от 0,2 до 0,05 секунды (в секунду получается от 5 до 20 ударов). Это, конечно, не означает, что начинающий единоборец способен нанести указанное количество ударов за одну секунду, но это значит, что, используя вибрации, он может нанести удар в любой из указанных интервалов. Параметры такого удара будут соответствовать всем принципам распространения "телесной волны".

Однажды меня попросили продемонстрировать вибрационное перемещение в пространстве со скоростью 10 импульсов в секунду. Замечу, что тренированный спортсмен способен наносить 5–7 ударов в секунду (частота его вибраций 5–7 Гц). Это очень высокий показатель. Мне же предлагалось превзойти этот параметр почти вдвое. Для двигающегося в вибрациях человека удары специалиста, разящего противника со скоростью 5 ударов в секунду, кажутся чуть более замедленными, чем его собственные. Удары же обычного человека выглядят сильно замедленными. Я начал двигаться в вибрациях со скоростью 10 действий в секунду, и зрители застыли в изумлении. Когда я просмотрел видеозапись этого фрагмента, стало понятно, почему. Даже мне показалось, что мое тело скользит над землей. Зрители, не владеющие этим поистине превосходным способом перемещения в пространстве, были шокированы. Удивительный способ движения!

Нужно учесть, что при вибрационном перемещении тело человека в целом и его отдельные части испытывают огромные перегрузки, поэтому вибрационному бою нет смысла обучать человека, который не знаком с осанкой, принятой в гиперборейской системе целостного движения. Не выполнив рекомендаций, касающихся осанки, вы можете ненароком свернуть себе шею или спину, повредить суставы и мышцы. После того, как вы овладеете вибрациями тела, нужно будет пересмотреть свое отношение к понятию "удар".

§ 5. Удар и его составляющие

Удар должен «проноситься» по всему телу человека, от стопы до места контакта с окружающим миром, как ураган, как торнадо. Он пронесется волной, начинаясь с напряжения мышц опорной поверхности тела, контактирующей с землей (стопы), и заканчиваясь концентрацией окружающего пространства. Центр тяжести тела человека при этом, смещаясь вниз, плавно переносится на одну из ног и обеспечивает компенсаторные мышечные и костные реакции тела для ударной поверхности. Стопа, обеспеченная притоком напряжения, распределенного по закону волны, начинает вжиматься в землю и сжиматься, то есть сокращаться в объеме. В этом заключается причина возникновения последующего напряжения, выраженного "телесной волной".

Тренировка удара в гиперборейской системе целостного движения «Топот» начинается с разработки пальцев рук и ног, лучезапястных и голеностопных суставов. Затем тренируют мышцы, отвечающие за разгибание и сгибание локтевых и коленных суставов. И далее по траектории течения "телесной волны".

Тело в любой его части – это составляющая телесной волны и волновой функции окружающего мира. Как и вся волна опорно-двигательного аппарата, тело способно нанести удар любой своей частью. Обязательно нужно действие рассчитать так, чтобы экстремум внутренней «телесной волны» совпадал с местом контакта. Это бессознательно делает любой специалист по боевым искусствам, демонстрируя умение выдерживать сильные удары по телу. Техника эта называется «железная рубашка». Этот принцип лег в основу уникальной техники «телесных лат» в гиперборейской системе целостного движения. Телесная волна напрямую связана с изменением центра тяжести человека, поэтому техникой «телесных лат» овладевают, прежде всего, работая над перемещением центра тяжести. Изменение центра тяжести тела должно быть соотнесено с динамикой изменения стоп, то есть с изменением пространственных координат опор тела. При смещении центра тяжести тела создается определенная сила, или «телесная волна», способная течь в том направлении, которое ей укажет волевым усилием и изменением телесной организации человек (принцип телесной робототехники). Угол наклона силовой волны тела должен быть соотнесен с углом наклона силовой линии магнитного поля Земли. Это хорошо известно специалистам восточных боевых систем.

Физические процессы, протекающие в организме человека, имеют самую разную мотивацию. Мотивы эти, прежде всего, связаны с изменением энергетики организма. Изменения энергетики изменяют состояние анатомических представительства энергетических систем жизнедеятельности – нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной. Под влиянием начальной энергии изменения того или иного внешнего физического фактора путем последовательного включения отдельных функциональных систем (вплоть до клеточного и субклеточного уровня) организм человека переходит из одного устойчивого состояния в другое (совершает триггерные переходы). Жара, холод, страх, психическое перенапряжение – все это мотивы перехода из одного психосоматического состояния в другое. В боевых искусствах такие изменения используются для достижения успеха в схватке.

В бою организму человека все время надо работать, изменяться, отслеживать ситуацию. Уже до первого контакта с противником надо вести себя так, как будто контакт уже состоялся, не давать себе ни доли секунды передышки. Профессионал знает, чего стоит работа на пределе взрывной готовности использовать нужную сенсорную стратегию описания мира. Такая работа необходима не только в настоящем, но и учебном бою. Чувства единоборца обострены, мозг просчитывает оптимальные программы мышечных сокращений, идеальные последовательности биохимических взаимодействий, вырванных из покоя стремительностью еще неоформленной сознанием мысли. В этом, и только в этом смысл схватки.

Профессионалы знают, сколько сил отнимает такая работа, сколько энергии необходимо извлечь из тела тем, кто ее выполняет. Двигаясь к первому контакту, который в схватке наступает очень быстро, единоборец действует оптимально, на пределе сил и болевой чувствительности, не допуская никаких лишних, необоснованных движений. Действия на пределе болевой чувствительности помогают уходить за границы возможностей обычного человека. При этом изменяется и расширяется сенсорное восприятие материального мира.

Профессионал, «человек силы» знает, что всегда приходится возвращаться назад, к естественной телесности. Иногда так не хочется это делать, не хочется уходить оттуда, откуда слышится вечный зов генетической «памяти» воина, жаждущего риска землянина. Путь воина – возвращение в жизнь, если не достоин смерти. Схватка, бой – это всегда возможная смерть.

Профессионалу знаком тот восторг, который ощущает организм, находясь в слитном, скоростном потоке движения всех групп мышц, где роль каждой из них строго определена. Не важно, каковы возможности противника – восторг тела сильнее всяких предупреждений об опасности, сильнее всякого наркотика. Эти ощущения побуждают старого профессионала, решившего уйти на покой, вернуться в «дело» и двигаться вперед. Вначале нужно создать ударную волну успеха. Мышцы перед схваткой должны вибрировать синхронно с теплой волной силы, заполняющей их. Это один из признаков телесной включенности в гиперборейской системе рукопашного боя «Топот». Взгляд должен быть суровым, зрачки сужены. Это взгляд воина, охотника, отличный от расфокусированного взгляда потенциальной жертвы. Состояние воина должно быть безупречным даже тогда, когда он обучает оппонента. Это состояние заставляет его обратиться к генетической «памяти» выживания – и уже неважно, какой отдел генетического кода задействован первым. Важно то, что этот код можно «раскрутить» до любой персонификации, сплести состояние боя в психике, сплести «ловушку» телесных страстей. Это способ преодолеть сопротивление окружающей действительности, способ преодолеть сопротивление своей ужасающей телесности. Занятия по гиперборейской системе целостного движения «Топот» помогут вам достичь вершин.

Пяти минут достаточно, чтобы тело единоборца, разминающегося по гиперборейской системе целостного движения первого уровня обучения, приобрело необходимую для занятий гибкость. Потом нужно в волне выбросить руку вперед. Скорость ударов рукой при таком способе движения сразу возрастает. Гибкость всегда предтеча скорости. Единоборцы об этом знают и спокойно ожидают первых признаков силы в своих ударах. Скоро послышится свист, одежда станет закручиваться в спиральные складки. Это означает, что сила потекла по «телесному волноводу», по каналам тела. Стопы в момент удара вжимаются в землю. Сейчас единоборец составляет единое целое с силовой структурой Земли. Это один из законов боя: волна тела, связанная с волной Земли, должна течь по «телесному волноводу». Скорость и гибкость – Путь Успеха. Большинство ударов единоборца теперь может сопровождать не просто свист, а шелестящий свист, издаваемый одеждой, скручиваемой при ударе в спиральные складки. Воздух, сжимаемый такими складками, вырывается из замкнутого пространства материала с новой силой, усиливая динамический эфирный поток. Этим невидимым потоком, состоящим из большого количества малых потоков, нужно научиться пользоваться. Наличие шелестящего звука – один из критериев, по которому оценивается качество действий в гиперборейской системе целостного движения «Топот». Система целостного движения гиперборцев на первом уровне обучения помогает освоить траектории фрикционных движений. Человек при этом возвращается к истокам своего мировосприятия – фрикционные движения совершает младенец в период внутриутробного развития.

Удар должен обладать силой и скоростью. На определенном этапе обучения параметры этих показателей находятся в тесной зависимости от лишних движений. Я называю их дополнительными двигательными программами. Тело человека, в определенном смысле, можно уподобить компьютеру, в который «вселена» частица Божественного Духа и который призван выполнять поставленные перед ним задачи. В обычном компьютере есть системный блок с процессором и другими составляющими, обеспечивающими долговременную память, оперативную память, быстрое действие, программное обеспечение, системы энергообеспечения, определен дизайн машины, присутствуют и другие моменты. Эти фрагменты можно уподобить в телесной организации человека анатомическим представительствам – системам жизнеобеспечения. Они взаимосвязаны и по принципу голограммы несут информацию о любом модуле биосистемы «человек». Все в человеке содержит информацию обо всем. Тело не имеет внутри своего заданного динамического образа, отличного от образа Вселенной (Гуссерль). Об этом говорили и древние мыслители: «Человек – это микрокосм» (Гермес Трисмегист). По малейшей детали, например, поведения, можно узнать не только о проблемах самого человека и его модели мира (Бхагарата), но и о том, как устроен мир в одном из вариантов его идентификации.

На этом принципе базируются методы диагностирования человеческого организма. Как известно, заболевание можно распознать не только по анализам крови и выделений. Диагностика может быть проведена по форме черепа, по форме лица, по состоянию языка, по ушной раковине, по разрезу глаз, по зрачкам, по пульсу, по дыханию, по

капиллярным линиям пальцев, по тому, как отзываются органы при легком простукивании их пальцами. В гиперборейской системе целостного движения диагностирование проводится по состоянию позвоночного столба в целом, по положению отделов опорно-двигательного аппарата в пространстве, по динамике человека и по многим другим параметрам двигательной активности. При этом необходимо учитывать, что всякая информация варьирует на разных уровнях прочтения. При обучении боевым искусствам в первую очередь выясняется иерархия приоритетов обучаемого. Какова его цель? Что для него важнее всего в будущей схватке? Что он хотел бы отработать в первую очередь?

Система энергообеспечения у всех людей практически одинакова: Вселенная, галактика, Солнечная система, планета, регион, местность, тело, системы организма, органы, клетки, молекулы. На уровне энергетике, конечно, можно многое скорректировать, приведя в состояние повышенной работоспособности. Но это, хоть и благодарный, но долгий путь. Для этого хороши все техники, расширяющие диапазон познания мира: танатотерапия (лечение имитацией смерти с точки зрения расширенного состояния сознания, а не необратимого угасания телесных функций или кодирования психики), голотропное дыхание, ребефинг, рефлексотерапия, техники цигун, медитации, техники безопасного использования психотропных и галлюциногенных препаратов и так далее.

Можно усовершенствовать и «дизайн» телесной организации, попробовав изменить пропорции тела. Это поможет сделать тело не только красивым, но и функциональным: улучшая «экстерьер», можно повлиять и на «интерьер». Многие виды спорта формируют достаточно красивую осанку. Это тоже долгий путь (2–3 года как минимум). Гиперборейская система целостного движения предлагает свой подход к решению этой проблемы. Многолетняя практика доказала, что сами по себе физические усилия дают положительные результаты, оздоравливают организм. Движение – это жизнь. Если при этом ваши усилия подчинены определенной целевой программе, то результат будет еще лучше.

Следует, впрочем, заметить, что нужно избегать травмирующих моментов. Физические перегрузки в некоторых видах спорта приводят к негативным изменениям в организме, к профессиональным болезням: бокс – к энцефалопатии и болезни Паркинсона, большой теннис – к сколиозу и остеохондрозу, легкая атлетика, гимнастика, фигурное катание – к остеохондрозу и вторичному радикулиту, штанга – к грыже и болезням позвоночника, марафонский бег – к варикозному расширению вен на ногах. Этот список можно продолжить. Когда я присутствую на тренировках спортсменов, занимающихся разными видами спорта, то вижу, какие моменты приводят к упомянутым заболеваниям. Все эти моменты – следствие различных отклонений от динамики «телесной волны».

Часто я сравниваю движения спортсменов с движениями специалистов гиперборейской системы, и первое, что бросается в глаза, – лишние движения. Эти движения не позволяют человеку производить сложно координированные, гармоничные действия. С моей точки зрения, они мешают тем, что загружают «процессор» тела решением достаточно сложных задач. Представьте себе, какое количество информации нужно обработать мозгу – анатомическому представителю «процессора», – чтобы соотнести все движения в рамках единой двигательной системы человек, обеспечив устойчивость организма, работу вестибулярного аппарата, равновесие, целевую динамику и многое другое. Интерпретация лишних движений в двигательной парадигме системы целостного движения может показаться парадоксальной, как, впрочем, многое, о чем уже было сказано выше. Лишние движения – это набор дополнительных двигательных актов, которые представляют собой механизм, ощутимо сужающий диапазон сенсорного восприятия мира человеком.

Я уже много говорил о том, что познание своего тела есть познание мира. Может быть, познавать самого себя нужно именно в расширенном диапазоне характеристик? Что же этому способствует, а что мешает? На данном этапе уже можно сказать, что мешает, прежде всего, перегруженность «телесного процессора», то есть перегруженность нервной системы информацией. Многолетний опыт занятий по системе целостного движения подтверждает, что перед человеком, двигающимся в пространстве абсолютно оптимально, открываются новые горизонты восприятия мира. Потoki информации, которые ранее он обрабатывал с трудом, после усвоения принципов «телесной волны» не представляют проблем для восприятия.

Расширение диапазона восприятия мира – это, прежде всего, освобождение «телесного

процессора» от лишних движений, от излишних двигательных программ, чрезмерно перегружающих его и мешающих познавать новые горизонты. Эта перегрузка часто является причиной травм спортсменов. Лишние, то есть необоснованные с точки зрения «телесной волны», двигательные акты, в конечном итоге, приводят к профессиональным заболеваниям.

В гиперборейской системе целостного движения предусмотрен целый ряд упражнений, которые помогают решить указанную задачу. Новизна подхода к телесной организации, разработанная в этой системе, состоит в уподоблении тела волне и использовании новых возможностей в постижении мира¹⁵.

Не прошедшие подготовку по гиперборейской системе целостного движения единоборцы, как правило, не знают, что такое «телесная волна».

Они не видят телесной волны, которая обязательно сопровождает удар и любое другое движение человека. Но даже если знание о «телесной волне» присутствует, единоборцы не всегда понимают, что использование ее ведет к увеличению силы и скорости удара. Поэтому на первом уровне обучения в гиперборейской системе на эту связь обращается особое внимание.

Скорость физического тела – это его способность проходить определенное расстояние за определенное время. Лишние движения для скорости удара весьма значимы. Любое отклонение от оптимальной (то есть спирально закрученной) траектории, приводит к снижению скорости потому, что расстояние и энергетические затраты при этом увеличиваются.

Самую большую скорость, которую развило человеческое тело, приборы зафиксировали при разбивании специалистом по боевым искусствам твердого предмета (рис. 26). Эта скорость равнялась первой космической скорости. Телесная волна – предтеча такой скорости! Для сравнения скажу, что при чихании скорость вылетающих изо рта человека частиц равна 400 м в секунду.

Определение скорости предполагает, что она зависит от расстояния и времени. Расстояние между двумя точками для боевых искусств – это расстояние, разделяющее ударную и ударяемую поверхности. Оно не всегда преодолевается по кратчайшей траектории. Оказывается, прямолинейный удар, с точки зрения гиперборейской системы, напоминает движение бороздящего водные просторы крейсера. Он сильный и мощный, но не маневренный. Таков силовой удар начинающих единоборцев. Опытные единоборцы знают, что преимущество на стороне того, кто владеет не силовым, а скоростным силовым ударом.

Один мой знакомый «обнаружил», используя некоторые рекомендации гиперборейской системы, «новый» удар и попытался описать его мне.

– Такое ощущение, что рука ищет ходы в пространстве, как будто она знает, что существуют какие-то тоннели в «муравейнике» окружающей среды. Интересно, что ходы идут не по прямой, а изгибаются.

Наблюдения его были абсолютно правильными. Эти изгибы есть пространственная спираль.

В гиперборейской системе целостного движения «Топот» говорится, что **траектория любого удара – спиральная. Это оптимальный путь движения, любого движения.** Развитие процессов по спирали постулировал еще Гегель, утверждая, что все развивается от простого к сложному именно по спирали.

Обращаясь к понятию «время», нужно, прежде всего, сказать, что понимание эмпирических разработок специалистов гиперборейской системы затруднено, так как трактовка динамики движений сопровождается комментариями о замедлении или ускорении течения временных процессов при оптимальной реализации динамики «телесной волны». Чтобы понять положения системы, нужно отвлечься от мысли о прямолинейности и непрерывности течения времени. Это тоже один из секретов гиперборейской системы целостного движения «Топот».

Теперь вернемся к понятию «сила». В начале данной главы приводилось определение, гласящее, что сила – это красота и гармония движения, это выразительность природного способа осмысления самого себя. Это понятие может быть определено и иначе. Сила – это, в частности, целостное восприятие мира (К. Кастанеда). Формулировка указывает на то, что сила человека непосредственно связана с осознанием законов существования

¹⁵ Отсылаю заинтересованного читателя к книге Н. Г. Андреевой «Секреты здорового позвоночника».

материального мира. Неслучайно сложились словосочетания «сила мысли», «сила слова», «сила духа». Сила – это безупречность поведения исследователя. Сила – это «умение остановить внутренний диалог» (К. Кастанеда). С позиций нейролингвистического программирования, сила – это возможность «перехода из одной модели мира в другую» (А. Вовк). **С точки зрения гиперборейской системы целостного движения, сила – это явление материального мира, которому предшествует синхронизация векторов намерения, действия и результата действия.** (Смысл действия выявляется по его результатам – «По плодам его узнаете его...», – сказано в Писании).

Итак, наличие силы способствует достижению результата, то есть переходу к новой модели мира. Действие, обеспечивающее такой переход, должно иметь план развития и быть обеспечено энергией. Слово «энергия» означает «проявленное бытие». В гиперборейской системе целостного движения понятие «энергия» соотносится с понятием «движение тела». Лакуна между планом действия (намерением) и результатом действия (событием) заполняется движением материального тела, то есть энергией. **Энергия – это результат и свойство движения.** Это тоже одна из тайн гиперборейской системы целостного движения.

При ударе в системе «Топот» огромное значение имеет равновесие тела. Посмотрите на три



Рис. 50



Рис. 51



Рис. 52

изображения рис. 50, 51, 52. Выберите ту из стоек, которая, по вашему мнению, является самой оптимальной для нанесения удара в конечной фазе его развития.

Если вы выбрали первую стойку (рис. 50), то это означает, что вы подсознательно стремитесь нанести удар в глубь тела человека, практически, по его энергетике. Удар заранее «настроен» на преодоление телесного сопротивления. Так бьет большинство людей, занимающихся традиционными боевыми искусствами.

Если вы остановили свой выбор на второй стойке (рис. 51), то это означает, что вы подсознательно стремитесь нанести удар по поверхности тела человека, практически, по его полевой структуре, по его ауре. Это преимущественно шокирующее энергетическое воздействие, направленное на травмирование психики противника.

И тот, и другой удар достаточно уязвимы с точки зрения равновесности тела человека и равной прочности отделов его опорно-двигательного аппарата.

Если вы выбрали третью позицию (рис. 52), то вам следует продолжать обучение в системе «Топот». В этой позиции соблюдены все принципы равновесности «телесной волны». Нижняя и верхняя «телесные волны» симметричны относительно центра тяжести человека. Соблюден характерный изгиб «телесной волны» в частях тела, то есть присутствует так называемая *оптимальная инстинктивная форма*. Отсутствуют места концентрации физической нагрузки (изломы), поэтому волна силы самым благоприятным образом течет от поверхности опоры (стоп) до ударной поверхности (кулака). Все суставы полусогнуты, что предполагает возможность продолжения циклической траектории движения. Такое положение тела – фиксированная фаза

циклической траектории движения тела.

Все вышеперечисленное показывает, что такая поза удовлетворяет многим физическим константам, применяемым при расчетах устойчивости и износостойкости конструкций в практических разработках по сопротивлению материалов и в теории колебаний.

Все стойки системы выбираются таким образом, чтобы принцип равновесности и равной прочности отделов опорно-двигательного аппарата был неукоснительно соблюден в соответствии с вихревым способом распределения энергии-вещества в материальном мире (рис. 53). Гиперборейская система целостного движения не единственная, которая пришла к этому.

Новая телесная концепция, предлагаемая вниманию читателя, базируется на понимании единства причинно-следственных связей в организме человека и окружающем его мире. Природа физических процессов, определяющих развитие Вселенной, галактик, звездно-планетарных систем, звезд, планет, их спутников, всех биологических систем и всех элементов телесной организации, едина. Все перечисленные иерархические структурные образования представляют, по сути, единую космологическую последовательность, а потому алгоритм развития названных структур определяется едиными физическими законами. На протяжении многих тысячелетий человечество стремилось понять онтологические (бытийные) законы мирового пространства. Однако, несмотря на успехи, достигнутые как в теоретических, так и практических изысканиях, в настоящий момент исследователи не смогли получить масштабной, концептуально правильной картины устройства и развития мироздания. Неизвестны до сих пор причина появления и закономерности развития Солнечной системы в контексте взаимосвязей этого процесса с телесной организацией. Разработка такой концепции, на мой взгляд, помогла бы человечеству избежать ошибок в выборе направления развития.



Рис. 53

Концепция «телесной волны» принципиально отличается от всех ранее предложенных телесно-ориентированных концепций. Она основана на уподоблении динамики телесной организации человека особенностям строения и динамике развития нашей галактики, Солнечной системы и других метаструктур по спирали. Принципиально важно, что предлагаемая концепция базируется на строгих законах физики.

Именно этим мотивирован интерес специалистов системы целостного движения к спирально закрученным процессам и их статическим интерпретациям в виде стоек.

Рассмотрим основные стойки разных направлений боевых искусств (рис. 54, 55, 56).

Киба-дачи (рис. 54). Ступни ног широко расставлены и параллельны (есть варианты, когда они разведены в стороны или вовнутрь), вес тела распределен на обе ноги равномерно, колени согнуты (желательно максимально, под прямым углом), туловище находится в вертикальном положении. Мышцы ягодиц и ануса напряжены, подтянуты, сила ощущается в брюшной полости. Позиция удобна для нанесения прямых ударов попеременно правым и левым кулаком. Если правая рука наносит удар, то левая, компенсируя импульс, возвращается к бедру, что необходимо для устойчивости.

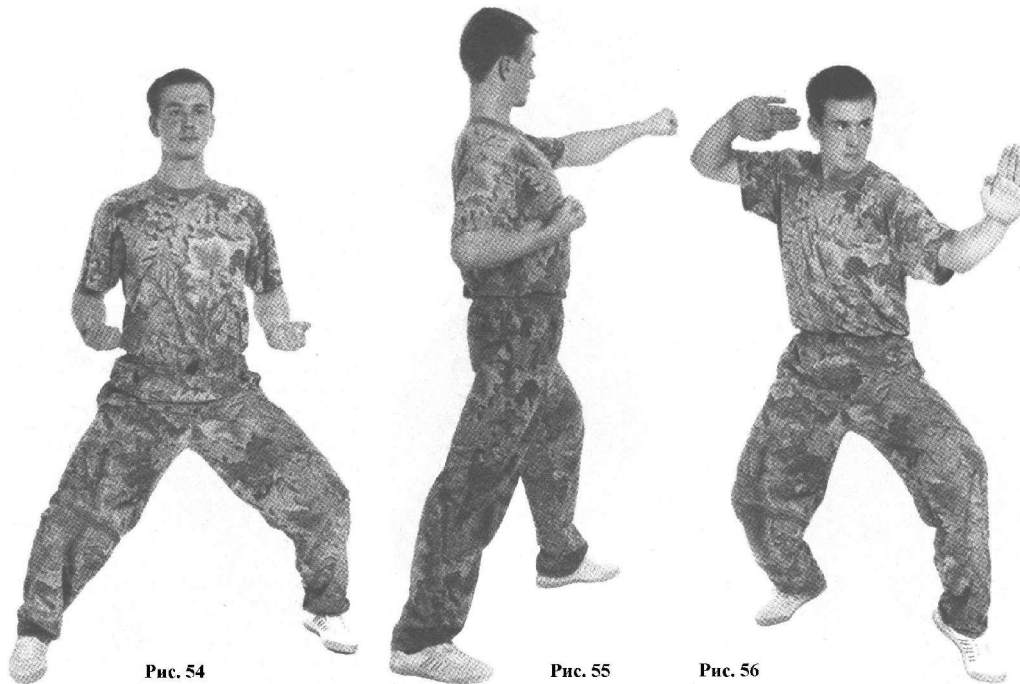


Рис. 54

Рис. 55

Рис. 56

Дзенкутсу-дачи (рис. 55). Центр тяжести (до 70%) переносится на выдвинутую вперед и максимально согнутую ногу (стопа развернута немного внутрь). Бедро почти параллельно поверхности земли. Эта опорная нога представляет собой своего рода лук, стреле которого уподобляется прямая отставленная нога, используемая для упора в землю (ее стопа развернута под углом 45°). Расстояние между ногами равно ширине плеч. Позиция удобна для фронтальных атак.

Некоаши-дачи («Стойка кота», рис. 56). Центр тяжести перенесен на отставленную назад ногу, колено которой максимально согнуто. Выдвинутая вперед нога с согнутым коленом держится почти на весу, она чуть касается земли подушечками пальцев. Центр тяжести тела смещен вниз, что обеспечивает великолепную спорность. Вариант этой стойки предполагает, что неопорная нога (стрела лука) вытянута вперед, в сторону противника, и касается земли пяткой.

Все перечисленные стойки существенно отличаются от стоек гиперборейской системы целостного движения первого уровня обучения (см. раздел 3 данной главы, а также рис. 37 и 53). Но есть в них и то, что сближает их с базовыми стойками описываемой системы. Какой бы ни была двигательная модель человека, все ее статические положения (стойки) имеют единую базу – человеческое тело. Человек, как вид, мало изменился с начала своей эволюции: у него все те же две ноги, две руки, туловище и голова. Поэтому все стойки изначально объединяет единый принцип формообразования телесной организации в соответствии со спирально закрученными процессами создания иерархических космологических структур. Можно сказать, что они объединены законом устойчивого положения тела в пространстве.

Для боевых искусств характерна также равная загруженность всех отделов опорно-двигательного аппарата. Этот аспект важен потому, что единоборец должен уметь в любой момент времени легко переместиться в пространстве в любом направлении. Это означает, что в его теле не должно быть концентраторов мышечного и психического напряжения. При необходимости он должен также успеть перераспределить мышечные усилия так, чтобы суметь отразить удар любой частью тела. Эти требования лежат в основе стоек гиперборейской системы «Топот».

Взгляните на рис. 57. На нем изображена динамика перехода единоборца из стойки кибя-дачи в стойку дзенкутсу-дачи, некоаши-дачи и обратно.

Динамика перехода из одной стойки в другую основана на принципе «телесной волны».

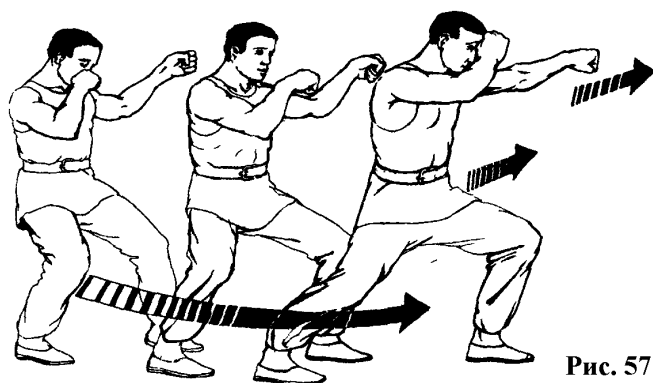


Рис. 57

Предлагаемая динамическая модель уникальна, но я думаю, что большинство тренеров по боевым искусствам все-таки согласятся с нею. В том, что все эти стойки связаны между собой принципом развития «телесной волны», вы легко сможете убедиться, если начнете плавно, по волновой циклической траектории переходить из стойки в стойку. Проверьте это сами! Если посмотреть на эту проблему с другой стороны, то окажется, что телесная волна – это и есть предтеча всех стоек боевых искусств.

§ 6. Понятие «форма» в боевых искусствах

Базовым ощущением при выполнении любых движений древние борейцы называли ощущение потока, выходящего из пупка, распространяющегося по телу и заставляющего его двигаться совершенно по-особому, буквально вместе с окружающим его пространством. Особое внимание при этом они уделяли правильной осанке, которая предполагала определенное положение всех отделов опорно-двигательного аппарата в так называемой «телесной волне» (рис 58, 59). Если вы соблюдаете такую осанку, то ваша стопа при ходьбе как бы перекачивается с пятки на носок, и в ногах возникает чувство непрерывно двигающегося колеса, связанного с центром тяжести человека и с мотивом его движения. На этом «колесе» можно превосходно «кататься» по любой местности, даже по пересеченной.

Потом к динамике непрерывно перекачивающихся стоп борейцы подключали двигающиеся в «телесной волне» руки. Получалось очень красиво. Все это напоминало волнообразную динамику гармоничных природных форм. Эти движения напоминали пассы мастера по тайцзы-цюань, древней китайской двигательной-энергетической системы, а некоторые движения – отдельные формы.

Понятие «форма» в боевых искусствах имеет два смысла: *форма – стиль, направление рукопашного боя* и *форма – строго регламентированное движение или поза* (рис. 60, 61, 62). На территории Китая еще в начале XX века насчитывалось несколько сотен школ цюань-шу, где изучали различные формы. Изучаемых в этих школах стилей и форм рукопашного боя было очень много. Школы эти разделялись на религиозно-сектантские, с жесточайшими принципами обучения и имперско-орденскими тенденциями, и светские – их показывают иногда по телевидению и в кинофильмах. Формы, как способ движения, приводящий к победе в определенной ситуации, использовались во всех школах.

Известно, что во «внешних» (открытых) восточных школах изучают конкретные приемы и доводят их применение до автоматизма. Во «внутренних» (закрытых) школах в центре внимания был не автоматизм действий, а понимание их, развитие энергетических способностей организма, умение управлять биоэнергией ци, позволяющей многократно усиливать мощность и скорость изошренных приемов рукопашного боя. При этом внимание обучающихся обращалось к генетической «памяти» клеток, к их способности выживать в любых условиях, к «файлам генетической цепи» эволюционного развития телесной организации.

На Востоке существовали целые школы боя, имитирующие повадки животных, птиц, рептилий, насекомых и так далее. В школе Багуа-чжан, например, изучали двенадцать таких стилей, соответствующих знакам Зодиака. Школы, соответствующие тринадцатому и четырнадцатому знакам Зодиака – созвездиям Молниеносца (Змееносца) и Орла – были строго засекречены, любое упоминание о них грозило смертью. Этого требовали принципы закрытого знания, своеобразная техника безопасности. Слишком легко человек, получивший доступ к соответствующим знаниям, мог понять законы построения мира, и, не умея



Рис. 58



Рис. 59



Рис. 60



Рис. 61



Рис. 62

предвидеть результаты своего вмешательства, попробовать что-нибудь изменить в нем во вред, прежде всего, самому себе. Отдельные звериные и другие стили иногда обособлялись и выделялись в целые школы. Такое деление объяснялось нарастанием степени сложности техники боя.

Надо признать, что восточные мастера боевых искусств – профессионалы высокого класса. Все серьезные восточные школы обучали не только ведению боя, там преподавали религиозно-философские, исторические, культурные и медико-биологические основы бытия. Таким образом максимально эффективно реализовывалась популярная на Востоке концепция единства микрокосма человеческой личности и макрокосма. Идя этим путем, человек мог достигнуть гармонии с миром и с самим собой.

Концептуальное осмысление спиральных и волнообразных движений, о которых говорят гиперборцы в своих легендах и сказках, тоже не ново для восточного образа мышления. Эта концепция разрабатывалась в одной из восточных школ – в школе Змеи.

Волнообразные движения, о которых постоянно говорили гиперборцы, изучались в древней боевой школе Змеи. Наиболее сложной формой движения на высших уровнях подготовки в этой школе, например, считаются движения, имитирующие стремительное раскручивание змеиных колец, когда она из засады нападает на добычу. В школе Змеи этот элемент называется «лепесток» и состоит из нескольких движений типа вращения ваджры от основания тела. В индийской мифологии зона от ног до пупа («тайный круг ваджры») – круг махового движения ногами и руками попеременно. Вот он-то и раскручивается специалистами как кольца змей!

В школе Змеи есть два типа ударов: «ядовитый» удар, наносимый по точкам акупунктуры рукой-копьем и «оглушающий», наносимый как выхлест «телесной волны» и имитирующий удар хвостом или головой змеи. Во втором случае основное оружие – кулак, разящий противника подобно голове питона, обладающего огромной силой. Следует отметить, что при такой динамике может применяться любая часть тела. Поэтому в школе Змеи основное внимание уделяется силовой подготовке, и многие стойки, которые рекомендованы в ней, очень напоминают движения змеи, а также движения, которые проделывали борейцы при выполнении своих динамических комплексов.

Принципы выполнения волнообразных движений – основа в учении гиперборцев. Змееногими иногда называли борцев те, кто знакомился с их культурой. Видимо, на каком-то уровне рассмотрения спиральные и волнообразные движения борейцев и «раскрутки колец» школы Змеи есть одно и то же. Древние борейцы хорошо знали повадки зверей, птиц, рептилий, насекомых, различных биологических форм, внимательно наблюдали за их поведением. Их интересовали не только характерные внешние признаки поведения животного, но и внутренние, проявляющиеся в схватках с противником или при ухаживании за самкой, интересовали его походка, способ ориентации в пространстве, ритм и другие составляющие движения. Особое значение

придавалось дыханию при выслеживании жертвы или сексуальной партнерши (сексуального партнера). Бореи анализировали, какие энергетические телесные контуры и для чего используют звери, как они увязаны с энергетикой ритмов окружающего мира. Поэтому вполне возможно, что движения школы Змеи и волнообразная динамика гиперборцев суть ветви одного и того же дерева – Древа Жизни.

Основа любого удара в школе Змеи (да и в любой другой) – мах бедрами, резкое перенесение веса тела с ноги на ногу по спирали. Выполняя упражнение «Восьмерка» или «Качание маятника», вы сможете увидеть и ощутить, как надо правильно выполнять это действие. Кулак, бьющий от бедра с подкручиванием, уподобленный змеиной голове, тело и ноги, уподобленные волне тела змеи – не это ли секрет секретов, тщательно скрывааемый любой школой боевых искусств?

В плане взаимодействия атаки и защиты в восточных школах наиболее эффективным считался образ старинной, легендарной Чаньшаньской Змеи. Сунь-цзы писал: «Когда атакуют ее голову, она ударяет хвостом. Когда ее бьют по хвосту, она бьет головой. Когда ее ударяют посередине, она бьет и головой, и хвостом». Наверняка удержать оборону значит обеспечить невозможность нападения. Уметь нападать значит при нападении изменяться так, что противник не сможет понять, где твоя сердцевина и где сосредоточено твое дыхание. Эти моменты обеспечивает спираль или телесная ротационная волна.

Известно, что любой предмет, которым наносится удар, попадая в нисходящую спираль потока силы, соскальзывает в землю. Человек при этом падает. Если удар попадает в восходящий поток силы «телесной волны», то возносится вверх так, что наносящий его теряет равновесие, и любой удар или толчок травмирующе действует на него. Чжуан-цзы говорил: «Из волнообразного движения возникает вся тьма вещей».

В боевых искусствах тщательно изучались и изучаются основные движения телом, которые предполагают наибольшее количество возможных вариантов развития траекторий ударов. **Движения, оптимально приспособленные для проведения определенных ударов или других целенаправленных действий, называются формой.** В разных школах боевых искусств разное количество форм. Есть школы, утверждающие, что форм всего 108. Некоторые школы говорят о 36 формах. Оптимизируя разные двигательные стереотипы, традиционные школы исчисляют 24 или 16 основных форм. Есть разработки, ограничивающие количество форм числом 8. За каждую из форм, точнее за знание, определяющее принадлежность конкретного движения к понятию «форма», ведется непрекращающееся тысячелетиями сражение школ между собой.

В двигательной системе гиперборцев изучались три базовые формы рук, исходящие из двух основных. Количество основных положений соответствует количеству принципиальных направлений течения энергии в теле – вдох и выдох (рис. 63, нижнее и среднее положение). Существует три уровня вертикальной развертки этих двух форм (нижнее, среднее и верхнее положения). Все многообразие разверток в горизонтальных плоскостях обеспечивают тазобедренные и плечевые суставы. Вертикальную развертку обеспечивает волна от стоп и от позвоночника. Эти три принципа и разворот кистей вокруг своей оси обеспечивают любое положение тела и рук, описывают любую форму в классификации восточных боевых искусств.

Гиперборцы изучали природные движения, поэтому расхождений между их разработками и разработками серьезных школ боевых искусств не может быть, особенно в том случае, если изучаются принципы проявления динамики развития торсионных полей посредством тела человека. Тело человеческое за многие тысячи лет существенно не изменилось: основных суставов у каждого человека двенадцать, позвонков тридцать три, их функции строго регламентированы, вписаны в возможные волнообразные движения тела.

Каждое из предлагаемых системой гиперборцев движений подтверждается тестированием на пяти уровнях. Движения проверяются на соответствие принципам (1) спиральной закрученности, (2) равновесности, (3) силовой значимости, (4) звездно-телесной символичности и (5) суггестивности. В этом отличие гиперборцевой системы от подобных систем.

На первом этапе обучения усваиваются принципы первых двух уровней, то есть изучаются гармоничные движения (волнообразные, спиралеобразные) и равновесность

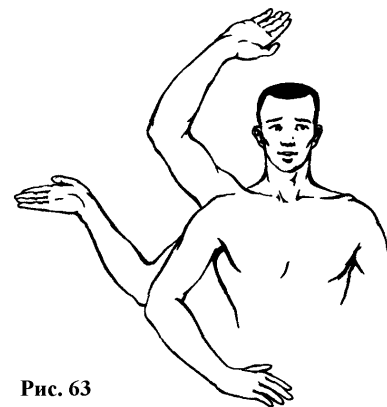
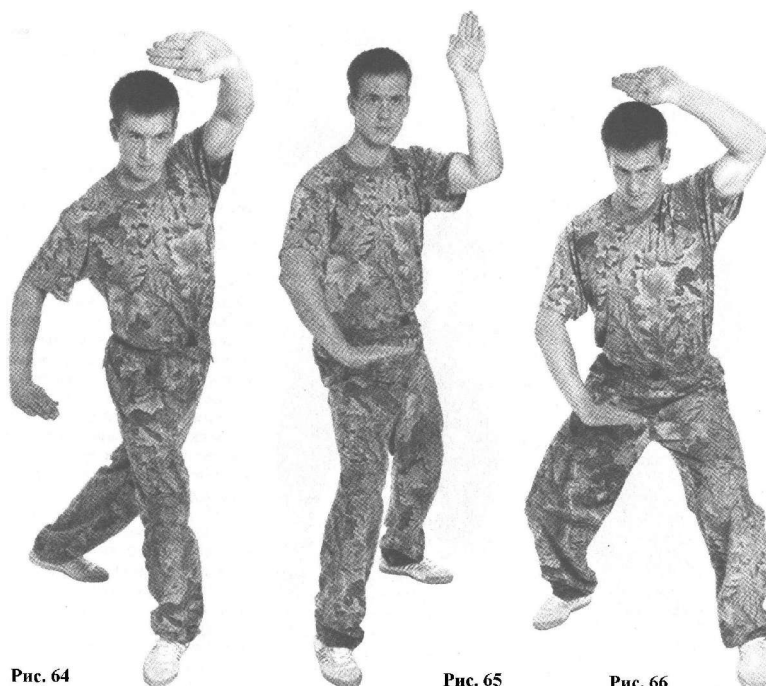


Рис. 63

движений в рамках форм. Упомянутые движения напоминают движения человека, перемещающегося в плотной среде (скажем, в толще прозрачных вод). Пространство вокруг двигающегося соответствующим образом человека ощутимо густеет, становится плотнее, время изменяет свой ход. В любой момент времени человек может остановить свое движение, застыть в определенной позе. Эта поза или стойка будет максимально равновесна и устойчива по отношению к внешним нагрузкам. Человек может двигаться при помощи мелких точных изменений всего тела, как бы медленно вибрируя, и при этом может застывать в любом причудливом положении «телесной волны», в определенной позе, очень гармоничной и равновесной (рис. 64). Все позы очень красивы и не имеют изъянов с точки зрения равновесности (рис. 65, 66). Эти позы обладают целым рядом чудесных свойств.



Следует обратить внимание, что это только внешние формы. Внутреннее их содержание является тайным знанием закрытых боевых школ. Известны слова одного китайского философа:

«Многие могут запомнить и повторить телом ту форму, при помощи которой я победил, но они не догадываются о той форме, при помощи которой я организовал победу».

§ 7. Оздоровительные аспекты системы целостного движения

Все рекомендации гиперборцев направлены на оздоровление организма. Выполнение разработанных в гиперборейской системе рекомендаций избавит вас от многих трудностей, связанных с различными заболеваниями позвоночника, костей, суставов, связок, мышц, психики. Это особенно важно для тех, кто занимается боевыми искусствами, этим престижным, но чрезвычайно травматичным спортом. Единоборцы должны быть готовыми к специфическим и предельным физическим и психическим нагрузкам.

Почему единоборцы столь подвержены травмам? На этот вопрос можно ответить по-разному. Предлагаю здесь один из возможных ответов.

Любое насилие порождает ответную жесткую реакцию окружающего мира. Так устроена наша Вселенная, предоставляющая оптимальные программы тестирования¹⁶. Агрессивные и негативные мысли, которыми насыщены тренировки и практические действия единоборцев, стремящихся победить в схватке с противником любой ценой, подсознательно включают разрушительные, деструктивные механизмы. Тело любого человека – неотъемлемая часть окружающего его пространства. Наши мысли, наши действия, хотим мы того или нет, изменяют окружающий мир. Если разрушается пространство, тело также будет подвержено разрушению. Телесные разрушения – ответная реакция мира на негативные деяния и мысли субъекта, не больше.

Разрушительные механизмы могут задействовать в теле неподготовленного психически человека целые блоки информации, записанные на генетическом уровне и связанные с эволюционными программами, направленными на выживание. Наиболее серьезные системы боевой подготовки (ниндзя, ассасины, даосы, суфии) рекомендуют фиксировать свое

¹⁶ «Что посеешь, то и пожнешь. Как аукнется, так и откликнется», – учат нас пословицы.

сознание на образе гладкой поверхности озера при Луне. Это состояние сознания задерживает ответную реакцию мира лет на 10–20. Если не владеть такими техниками, то потребуется максимум 5 лет для того, чтобы единоборец, игнорирующий реакцию мира на привнесение в него агрессии, зафиксировал разрушительные процессы в своем организме.

Если не изменить свое отношение к миру, то в организме могут начаться патологические изменения. Об этом хорошо знают профессионалы боевых искусств. Кроме того, негативные эмоции и мысли могут задействовать в организме старые травматические «матрицы»: тело как бы начинает вновь вспоминать их и все обстоятельства, с ними связанные. Спортсмены хорошо знают, что не следует думать о возможной боли, если хочешь достигнуть приличного результата. Хороший спортсмен, оптимизируя ситуацию на предстоящих соревнованиях, тем самым оптимизирует поведение своего организма в этой ситуации. Он старается не думать о возможных помехах и повреждениях. Ведь стоит при выполнении упражнения допустить возможность возникновения боли, и боль возникнет реально и неотвратимо. Стоит перед соревнованиями подумать о том, что у тебя в результате старой травмы могут быть неприятности, как сознание тут же сконцентрирует внимание на негативных изменениях, связанных с застарелыми травмами и неприятными событиями. В результате может произойти полный «развал» биосистемы спортсмена сначала на уровне сознания, а затем и тела. Все это может привести даже к тому, что спортсмен, хорошо подготовленный технически, откажется выступать или проиграет заведомо слабейшему сопернику.

Таким образом, любые агрессивные или негативные мысли и эмоции приводят к разрушению организма.

Занимаясь боевыми искусствами и ориентируя все многоуровневые механизмы биосистемы на достижение определенного результата, выходящего за рамки понятия «мера», единоборец может попасть в довольно неприятную ситуацию, связанную с его здоровьем.

В подтверждение этого предлагаю вниманию читателя довольно оригинальные выводы специалистов по нетрадиционным методам диагностики. Супруги Кирлиан определяют состояние организма по ауре человека. Специалисты, работающие по этому методу, просматривают тонкие планы ауры людей через обработанные определенным составом линзы. Работа со спортсменами, занимающимися различными системами боевой подготовки, показала, что у них изменены насыщенность и конфигурации ритмов. Это состояние, по мнению исследователей, предшествует негативным органическим изменениям и различной патологии.

Не секрет, что единоборцы, достигая вершин мастерства, обнаруживают, что их организм частично или уже полностью разрушен. Мухаммед Али, бывший чемпион мира по боксу, например, достиг осязаемого финансового успеха и смог построить трехэтажный особняк-дворец. Однако два этажа этого дворца заняты клиникой, которая работает на поддержание здоровья спортсмена. Вряд ли была бы в том необходимость, если бы он был здоров.

Не секрет, что многие спортсмены, даже занимающиеся теми видами спорта, которые не предполагают риска получения травм, покидают спорт вследствие различных «профессиональных» заболеваний. Спортсмены «сжигают» себя, свою потенцию, свои семьи, личную жизнь. Они тратят живую ткань, нервные клетки, разрушают свои эфирные, полевые, ритмические и структурные образования безвозвратно.

В связи с этим очень важно иметь возможность выявить изменения, происходящие в организме в результате тренировок. Гиперборейская система целостного движения предлагает целый ряд диагностических тестов, способных определить состояние вашего организма в любой период времени для следующих уровней организации человека:

- телесного (соматического);
- физиологического;
- сенсорного;
- психического;
- энергетического;
- коммуникативного;
- миссионного.

Телесный уровень тестируется через спирально закрученные траектории движения, соотношение динамики верха и низа опорно-двигательного аппарата с центром тяжести человека. Физиология контролируется через дыхание и частоту сердечных сокращений. На сенсорном

уровне проверяются все диапазоны восприятия мира в стрессовых ситуациях. Состояние психики выявляется через сложно координированные, ротационные движения. Для определения качества энергетики предлагается тест на устойчивость – тест «Целостное движение». Для миссионного уровня предлагается тест «Осознание природного характера движений».

Данные тесты помогают не только оценить возможности организма, но дают информацию о том, в каком состоянии находятся его системы жизнедеятельности, а также помогают разработать рекомендации по регулированию и эффективному использованию возможностей организма. Это тесты прогностические, они предупредят вас и о возможных неприятностях со здоровьем.

Я давно и серьезно занимаюсь изучением боевого искусства гиперборцев, а также других систем единоборств. За много лет занятий я не получил ни одной серьезной травмы, несмотря на то, что многие упражнения я выполнял с использованием резервных возможностей организма, а многие проверочные тесты предполагали не только превышение физических возможностей человека со средней подготовкой, но находились за пределами возможности их осмысления.

Принципы гиперборейской системы целостного движения позволяют вписываться в естественные процессы окружающего мира и проверять состояние здоровья и любые его отклонения от оптимума по целому ряду признаков. Эта система безопасности позволяет по телесным реакциям диагностировать мельчайшие негативные изменения в организме. Наши предки внимательно следили за тем, чтобы «коготок не увяз» и «всей птичке не пропасть».

Любой человек, прошедший тестирование, получает индивидуальные рекомендации по устранению негативных навыков, приводящих к болезням. Интересно, что одни и те же упражнения могут быть использованы и для диагностики, и для устранения заболеваний опорно-двигательного аппарата. Это отличительная черта метода, применяемого в системе гиперборцев.

Единоборцы, решившие избавиться от проблем, возникших в результате занятий боевыми искусствами, охотно выполняют рекомендации гиперборейской системы **целостного движения**. Выполнение рекомендаций облегчает путь к вершинам успеха и минимизирует потери здоровья. Конечно, это не исключает определенных проблем и негативных ощущений, но знакомые с рекомендациями гиперборцев люди знают, что обращение к оздоравливающим истокам поможет им справиться с возникшими проблемами.

Впервые в телесно-ориентированной оздоровительной системе сформулирован **принцип целостности изменений** всех элементов единой системы «человек», определена элементная база этих изменений и обозначен закон, объединяющий их. Это **закон волнообразности движений**, пришедший к нам из далекого прошлого, из спирально-меандровой эпохи гиперборцев.

Правомерен вопрос, почему простые упражнения системы целостного движения обладают столь чудесными свойствами. Тема эта весьма обширна, поэтому здесь я ограничусь лишь тремя моментами.

– 1 –

Я проанализировал, какие двигательные стереотипы используют дети в статике и динамике. Оптимизировав полученную информацию с поправкой на возраст, я обнаружил полное соответствие моих выводов данным гиперборейской системы целостного движения. Дети были избраны объектом наблюдения потому, что в развивающемся детском организме реализуются наиболее эффективные генетические программы, в том числе двигательные.

– 2 –

Я анализировал, как движутся профессионалы, на практике применяющие знания военно-прикладных аспектов единоборств – разведчики, специалисты групп захвата, единоборцы. Более всего я интересовался формами (о них см. предыдущий раздел данной главы). Обобщив собранный материал, я также обнаружил полное соответствие моих наблюдений принципам системы гиперборцев.

– 3 –

Изучая нюансы движений наших братьев меньших – животных, птиц, рептилий, рыб, насекомых, простейших, одноклеточных, я обнаружил удивительные вещи. Они подтверждают ранее сделанные выводы: ритмы движений, как отдельных особей, так и различных видов в разных ситуациях, непосредственно связаны с пирамидной и экстрапирамидной двигательными системами человека. Эти наблюдения подтвердили правильность принципов гиперборейской системы целостного движения.

Многие упражнения закрытых систем боевой подготовки человека так же, как и упражнения системы «Топот», при методически правильном, с точки зрения системы целостного движения, их выполнении давали результаты, намного превосходившие обычные.

Если вы хотите определить, в каких жизненных ситуациях и почему у вас возникают агрессивные мысли, от которых разрушается окружающий мир и ваше тело, то эксперты системы целостного движения научат вас, что делать и как правильно выполнять соответствующие упражнения. Вы можете сразу не ощутить результат. Мы начинаем с незначительных изменений, которые не окажут заметного воздействия на ваше здоровье. Мы не будем корректировать основную матрицу здоровья, но лишь дадим информацию, как ее улучшить, минуя многие ловушки, подстерегающие единоборцев на пути к вершинам мастерства.

Даже если вы не единоборец, у вас появится возможность провести благодарную работу и лучше узнать внутреннее пространство тела, законов его существования и развития.

В заключение этой главы несколько слов о возможности практического освоения навыков гиперборейской системы целостного движения «Топот».

В этом вам поможет, прежде всего, тренинг «Психосоматическая устойчивость» с ориентацией на боевые искусства. Семинар-тренинг предназначен для людей со слабой физической подготовкой, желающих улучшить свои двигательные навыки, приобрести опыт движений боевых искусств и расширить диапазон телесного осознания окружающего мира, а также для специалистов, работающих в различных сферах двигательной активности человека. Для единоборцев особый интерес представляет специальный тренинг «Боевые искусства: измененные состояния сознания в боевой системе „Топот“». На тренинге отрабатываются вопросы специфичности движения, силовой значимости «телесной волны», возможности нанесения удара всем телом, соблюдения принципа опорности. Основные цели занятий:

устранение различий между динамическим образом тела и реальными возможностями телесной организации в двигательной сфере;

изучение волнообразных и спиралеобразных траекторий движения телесной организации;

изучение эволюционных прадвижений, способных эффективно решать вопросы, возникающие в боевых искусствах¹⁷;

ознакомление с эволюционными принципами движения: спорностью, выстроенностью опорно-двигательного аппарата в соответствии с принципами «телесной волны», целесообразностью динамики;

использование резервных возможностей организма в прикладных целях, в единоборствах;

изучение возможностей тела – золотого одеяния Духа.

Это, конечно же, не все, что может предложить гиперборейская система целостного движения в области боевых искусств, но полученные рекомендации позволяют овладеть секретами метаболя, секретами системы «Топот» на первом уровне обучения.

¹⁷ Например, "техника вращающегося крокодила". Каждый индивид спонтанно вращается в определённую сторону, туда, куда ему удобно. Это "воронка смерти" и "воронка рождения", что подтверждают суженные или трансовые зрачки. А в качестве примера стоит упомянуть также "технику выхлеста змеи", "технику удлиняющихся конечностей".

ГЛАВА 3.

Философские аспекты боевых искусств

§ 1. Измененные состояния сознания

Начну с одного феноменального явления, хорошо известного космонавтам. Оно называется сон-состояние. Сон-состояние – это кратковременное измененное состояние человеческой психики и рассудка, иногда возникающее у космонавтов во время полета на орбите. Вход-пребывание-выход из сна-состояния не влечет за собой реальные действия (например, агрессию), сексуальные коммуникации или что-либо подобное.

Кандидату в космонавты Кричевскому в 1994 году рассказали, что причиной сна-состояния является сжатие (уплотнение) времени и потока информации (в 10–50 раз). Начинается все с переживания одной или нескольких трансформаций, которые меняют привычный человеческий облик-самоощущение на облик либо человека, либо животного¹⁸, либо кого-нибудь еще. Трансформация сопровождается ощущением, что вы перемещаетесь в соответствующую среду. Ощущения не стабильны, возможно изменение объекта¹⁹. Появляется ощущение невесомости, способности перемещаться в пространстве и во времени (от животных форм до форм гуманоида с других планет) с соответствующими сценарию превращений трансформациями окружающей среды и комплексом ощущений. Все это сопровождается сильнейшими эмоционально-психическими переживаниями. Воспринимается как поток информации извне. В официальных отчетах космонавты никогда не упоминали о сна-состоянии по причине того, что врачи немедленно бы заподозрили психическое расстройство и отстранили бы их от работы.

Я считаю приемлемым следующее объяснение. Сон-состояние проявляет внутреннюю сущность человека, вызывается эффектами, возникающими при переходе от сверхнагрузки на позвоночник (на Р-формацию) к невесомости. Информация о прошлых звеньях филогенеза всплывает из подсознания, знание о будущих звеньях филогенеза поступает из информационного поля Вселенной. Сон-состояния объясняются свойствами физического вакуума, торсионных, информационных, хрональных полей. Такова рабочая гипотеза.

Эксперты системы целостного движения неоднократно в своих исследованиях сталкивались с подобными феноменами. Существуют видеозаписи поведения людей, испытывающих сильные эмоциональные переживания. Более того, на 6-м уровне обучения в гиперборейской системе целостного движения «Топот» эти феномены изучаются при помощи элементов сексуальной магии.

Чрезмерные нагрузки являются ключом ко входу в измененное состояние сознания в гиперборейской системе целостного движения. При нагрузках на организм (в том числе информационных), превышающих обычные в несколько раз, позвоночный столб человека способен принимать определенное положение, связанное с волновой функцией тела, с ведущим ритмом его существования, насыщенным по фрактальному принципу большим количеством различных вибраций²⁰. Проявленная новая функция тела и его позвоночника способна запускать уникальные процессы в организме, которыми можно управлять. Она же является, по-видимому, ключом ко входу в информационные потоки высокой интенсивности Вселенной.

Говоря о позвоночном столбе как биологическом механизме запуска определенных жизненных программ, мы должны рассмотреть вопросы, связанные с психосоматикой человека в более полном объеме. Исследователи этой темы писали, что существуют четыре основные

¹⁸ Рассказчик сказал, что в нем обозначился образ динозавра. Причиной этого стало, насколько я знаю, определенным образом мотивированное знакомство с собственным рептильным комплексом, информация о котором содержится в одном из крестцовых позвонков.

¹⁹ Это особый аспект, подтверждающий необходимость изучения так называемых андрогинных состояний в боевых искусствах, их еще называют интерсексуальными.

²⁰ Вспомним индийскую традицию (см. главу 1). Мистические переживания человека (к каким психическим моделям мира он получал доступ) зависят от того, в какой части позвоночника концентрируется внимание практикующего, а также от того, какова концентрация его внимания.

экзистенциальные²¹ механизма: выживания (З. Фрейд), захвата территории, обеспечения пищи (экзистенциалисты) и репродукции (З. Фрейд).

В боевых искусствах механизм выживания обеспечивает реализацию резервных возможностей организма человека. Этот механизм, каким бы странным это ни казалось, непосредственно связан с функцией размножения или с сексуальной функцией человека. Известно, что после захвата городов в древности захватчики 2–3 дня разоряли дома жителей. При этом женщины завоеванного города подвергались насилию. Это был способ стабилизировать вырвавшуюся из глубин неосознаваемого энергию разрушения захватчиков.

Однажды в Рыцарском зале Эрмитажа в Санкт-Петербурге я увидел на некоторых латах, защищавших пах средневековых воителей, выпуклость.

У специалистов я выяснил, что начальники рыцарских отрядов вели в бой своих подчиненных с эрегированным членом, поэтому и латы делали с выпуклостями. Предводители рыцарей были выразителями их сексуального инстинкта, проявляемого в бою, в жестокой схватке.

Сексуальность – тема многогранная. Те же ощущения, что описывают космонавты, могут возникать у биосистем в процессе подготовительных сексуальных ухаживаний. При этом предварительное наслаждение становится доминирующим в процессе межличностных отношений, а соответствующее сексуальное напряжение незначительно. Вопреки сложившейся в традиционной сексологии точке зрения в гиперборейской системе целостного движения помимо фаз предварительных ласк, сексуального контакта, плато, оргазма, расслабления, выделяется фазовое состояние андрогинности. Это состояние – основа использования сексуальной энергии в боевых искусствах.

Андрогин в античной мифологии – существо, соединяющее в себе женское и мужское начала. Бисексуальность – одно из возможных проявлений андрогинности в поведении современных людей. Состояние андрогинности сексуальных партнеров выражается определенными телесными движениями взаимоприятия (совместная «телесная волна»), характеризуется общей неадекватностью поведения (измененное или расширенное состояния сознания), утонченной нежностью ласк, их длительностью, приятными телесными запахами, специфическими вкусовыми ощущениями и так далее. Это состояние в системе целостного движения нашло прикладное применение. Оно используется в двух направлениях.

1. Острота сексуального наслаждения (начальная фаза андрогинности) способна помочь осознать остроту жизни. Она используется для взаимного обогащения партнеров и для снятия мышечных зажимов в организме. Сексуальное наслаждение подчиняется новым связям, возникшим в организме. Здесь речь идет о резонировании «телесных контуров» в более широком диапазоне состояний сознания. В боевых искусствах этот путь сознательно используется довольно редко. Но все настоящие мастера знают о нем.

2. В природе все целесообразно. Если бы сексуальный контакт был необходим только для продолжения рода, то природа нашла бы способ достигать этого, исключив дополнительные моменты. Значит, сексуальный контакт без зачатия необходим для чего-то другого. На вопрос, для чего это необходимо, в гиперборейской системе целостного движения есть вполне удовлетворительный ответ. При определенной последовательности действий на различных уровнях организации возможно устойчивое достижение фазового состояния андрогинности. Каждый уровень предполагает свой способ взаимодействия: физический – поглаживания, поцелуи, «мягкий» секс, не подавляющий «телесную волну» женщины, а насыщающий ее; физиологический – подстройку ритмов дыхания, сердечной деятельности, нервной системы в фазе и противофазе; сенсорный – подстройку стратегий использования модальностей описания мира, расширение диапазона восприятия мира; психический – любовные игры сознания, генетические игры сознания; энергетический – прерываемое в момент наступления фазы плато секс-кольцо, раскрутка двойного секс-кольца; коммуникативный – поиск зон сингулярности партнеров. Тела партнеров в этом случае представляют собой генераторы частот инфракрасного диапазона. Все это способствует достижению специального состояния сознания. Это состояние сознания можно использовать в боевых искусствах.

Для понимания методики использования прикладных феноменов сексуальных энергий данной информации достаточно, все остальное дает практика. Но практически этим можно заниматься только под руководством эксперта. Неподготовленного человека ждут неприятные

²¹ Помогающие сохранению жизнеспособности особи.

неожиданности.

Основная задача боя – подавление способности противника к сопротивлению. Нацеленные на это поля внимания единоборца, обучающегося древнему как мир искусству выживания, эффективно используются при запуске генетических программ уничтожения любых систем, попадающих в сферу досягаемости. Под сферой досягаемости подразумевается пространство, в котором идентифицируется агрессивное воздействие, направленное на человека, владеющего принципами настоящего боя, а именно на него ориентирована гиперборейская двигательная система или любая другая подобная (например, система «Хора»). Другие системы единоборств, я думаю, следует называть не боевыми искусствами, а спортивными единоборствами.

– Почему мы не сопровождаем удар криком как в каратэ-до, – спросил меня как-то мой коллега, – ведь крик – это способ мгновенной концентрации мышц живота, груди, гортани, и он усиливает удар?

– Что такое удар? – спросил я его. – Это, прежде всего, выплеск энергии Правильно?

– Согласен, – ответил мой коллега.

– Крик – тоже выплеск энергии, – продолжил я.

– Да, – кивнул головой коллега, уже понимая, к чему я веду разговор.

– Выходит, если ты кричишь и бьешь, то одновременно происходит два выплеска энергии.

Это неэкономно.

Гиперборейская система целостного движения предлагает: либо крик, либо телесный удар. Но и то, и другое нужно доводить до совершенства. Криком можно убить – это совершенство боя. Ударом тоже можно убить, и это тоже совершенство боя. Однако следует выбрать что-то одно.

Человек может успешно противостоять животным, птицам, рептилиям, насекомым, растениям и тому подобным, то есть воплощениям *значительной части* «генетической цепи» его филогенетического развития. Термин «генетическая цепь» введен мною. Он обозначает этапы филогенетической эволюции тела человека как вида. Эти этапы обозначены при внутриутробном развитии зародыша человека. Человеческий зародыш в утробе матери демонстрирует многообразие реликтовых форм. Можно сказать, что зародыш последовательно осваивает различные навыки, осваивает пирамидную и экстрапирамидную двигательные системы тела. Он усваивает фрикционные (трущиеся), латеральные (хватательные) и ротационные (спирально-закрученные) движения. Таким образом, человеческий зародыш повторяет всю «эволюционную процедуру» (А. В. Атаян), способствовавшую выживанию человека в условиях непрерывного давления окружающей среды и постоянно возрастающих по сложности двигательных задач. Именно поэтому тело человека по праву может считаться высшим эволюционным звеном царства животных. Об этом мастеру говорят знаки. Такое тело при соответствующей подготовке способно творить чудеса.

Тело – механизм, предназначенный для решения многофункциональных задач. Специалистов по боевым искусствам не надо долго убеждать в этом, им хорошо известны состояния сознания, в которых возможности человека возрастают на порядок. При этом его поведение мало отличается от поведения животных, когда они борются за жизнь, за территорию, за пищу и за самку. Этот методический подход лег в основу так называемых звериных, птичьих и тому подобных стилей. Его используют школы Тигра, Волка, Медведя, Цапли, Журавля, Орла. Уподобление рептилиям – база школ Змеи, Дракона, Ящера. Им не уступают по функциональности школы Богомола, Кузнечика, Паука. Существуют и стили растений: школа Сакуры, Соснового бора; стили многоклеточных: школа Медузы, Кораллов; стили одноклеточных: школа Митохондрий, например. Я перечислил лишь небольшую часть существующих стилей.

В психиатрии часто ставят так называемые зооморфные диагнозы. Это тоже имеет отношение к затронутому вопросу, но освещает его с совсем другой стороны. Материалистическая психология рассматривает любой набор переживаемых качеств, характеризующих картографию состояний «путешествующего» сознания (сознания неадекватного, обыденности, вспомним сон-состояние), как диагноз, требующий лечения. Такая точка зрения корректна в том случае, если «путешественник» не может контролировать свое состояние, не владеет механизмами, позволяющими ему достигать нужного состояния, осваивать его и возвращаться по своему усмотрению к обычному восприятию мира. Если контроль над «путешествующим» сознанием присутствует, такой подход некорректен. Это необходимо учитывать при работе с сознанием. Тем не менее, знания, накопленные в

клинической психиатрии, могут быть чрезвычайно полезны. Из накопленного ею банка данных можно заимствовать материал для определения сфер «путешествий» сознания, тех границ, за которыми наступают патологические изменения в психике и соматике, то есть определить момент, когда срабатывают биологические «предохранители» в организме. Эти «предохранители» срабатывают где-то на границах диапазона существования материального мира в целом и материального тела человека в частности. Эти же данные используются для определения границ многомерной динамической голографической модели сознания, доступной в восприятии человеку, живущему в материальном мире. Эти границы важно знать, потому что пересечение их будет восприниматься «путешественником» как определенный, спроецированный в психическую и телесную организации сигнал опасности. Техника безопасности при работе с измененными состояниями сознания имеет первостепенное значение. Многообразие звериных, птичьих и тому подобных стилей единоборств свидетельствует, что гиперборейцы в своих исследованиях «файлов» генетической цепи человека были не одиноки. Может быть именно для знакомства с этими свойствами материального мира и физического тела мы и воплотились в материи. Кто знает?

Вся информация об эволюционной цепи развития тела человека хранится в генетическом «банке данных». Перечислю по книге В. Зубакова эволюционные этапы и формы²²:

- человек (2 млн. лет);
- приматы (8 млн. лет);
- млекопитающие (10 млн. лет);
- рептилии (0,3 млрд. лет);
- амфибии (0,4 млрд. лет);
- рыбы (0,4 млрд. лет);
- позвоночные (0,8 млрд. лет);
- мягкотелые животные (0,8 млрд. лет);
- беспозвоночные, насекомые (1 млрд. лет);
- многоклеточные (1,1 млрд. лет);
- одноклеточные животные (1,4 млрд. лет);
- растения (1,4 млрд. лет);
- грибы (1,4 млрд. лет);
- зеленые (1,4 млрд. лет);
- одноклеточные (1,5 млрд. лет);
- динофлагелляты (1,7 млрд. лет);
- цианобактерии (2 млрд. лет);
- делящиеся бактерии, молекулы (3,6 млрд. лет);
- неделимые бактерии (3,8 млрд. лет);
- неорганические структуры Земли (4,67 млрд. лет);
- атомы, ядерные взаимодействия, частицы, поля;
- динамические диголограммы;
- единая динамическая голограмма Вселенной;
- целостно-групповая симметрия мироздания.

Вся информация об этих этапах и формах в определенном виде присутствует в генетическом «банке данных» тела биосистемы «человек» и может быть проявлена в поведенческих реакциях при соответствующем давлении окружающей и внутренней сред (Р. Хаббард). Реакции человека становятся неадекватными обычно в стрессовых ситуациях – на войне, в драке, при изменении химического баланса окружающей среды. Как поведет себя конкретный индивидуум в таких условиях (И. Сеченов)? Какой «файл» генетической цепи запустится как программа выживания? Эти вопросы всегда интересовали мыслящих людей. Но как, например, можно использовать в военно-прикладных целях двигательные или какие-то иные возможности глубинных неосознаваемых блоков или звеньев эволюционной цепи? Чем нам может помочь в жизни использование генетических возможностей многоклеточных? Ответ на этот вопрос древние гиперборейцы тоже дают. Он прост. Но знание это, если его использовать, может представлять серьезную опасность для любого живого организма, поэтому здесь я лишь приведу исторический пример.

Индийский бог Кришна использовал возможности более древнего звена эволюционной

²² В данном перечислении присутствуют уточнения, сделанные мною.

цепи телесной организации. Письменные источники указывают, что у него была кожа, отливающая синевой. Попробуем интерпретировать этот факт, опираясь на современные научные знания. Реаниматорам хорошо известно, что у умирающего человека синеют конечности (приобретают цианотическую окраску). Это мир цианобактерий вступает в свои права при определенных условиях жизнедеятельности организма. Приблизительно об этом же феномене идет речь, когда человек находится в состоянии «сомати», о котором говорилось в 1-й главе. Можно предположить, что бог Кришна достиг управляемой фазы измененного состояния сознания в мире цианобактерий, то есть, был способен использовать анаэробный (безвоздушный) способ осуществления окислительно-восстановительных процессов в организме, оставаясь при этом более или менее адаптивным к социуму.

Легенды человеческой цивилизации хранят немало таких сюжетов. Для исследователя это означает лишь то, что доступ к «файлам» генетической цепи человека существует.

Возможен ли сознательный, а не спонтанный, как при стрессе, доступ к этому «банку данных»? Система целостного движения дает положительный ответ. Для получения сознательно доступа в двигательной системе гиперборцев «Топот» используется метод пограничных нагрузок, который основан на использовании феноменальных свойств «телесной волны». Как это ни парадоксально, чем больше нагрузка, тем значительно устойчивее «телесного контура» человека. До определенных пределов, конечно.

Я уже ссылался на профессора Амосова, писавшего, что старение можно заменить физической нагрузкой. В системе целостного движения это утверждение развернуто. Не только генетическое старение, но и любые негативные изменения в организме можно заменить физической нагрузкой, определенным образом организовав давление окружающей и внутренней сред. Если же перенаправить векторы целеполагания этих воздействий, то возможен контролируемый доступ к феноменальной информации, содержащейся в каждой клетке человеческого организма, в его генах, возможен доступ к резервным возможностям организма.

Что это дает мастерам боевых искусств? Представьте на мгновение, что единоборец начнет двигаться с огромной скоростью, например, со скоростью насекомого, сохраняя при этом массу своего тела. Кто сможет противостоять ему? Только тот, кто сможет двигаться также, либо быстрее. Именно этот принцип используется в вибрационном бое. В гиперборейской системе целостного движения разработана методика достижения определенного состояния сознания, в котором появляется возможность использования эволюционных двигательных стереотипов, содержащихся в генетической памяти клеток. Эта методика делает возможным доступ к определенным «файлам» генетической цепи, содержащим соответствующую двигательную информацию. Такой подход решает вопрос о применении в бое эволюционных навыков разных биологических систем. Этот метод позволяет также решать вопросы оздоровления организма.

Я думаю, читатель уже понял, что эта методика базируется на модели мира, отличной от материалистической. Эта модель не существует обособленно: материалистическая интерпретация включена в нее как составляющая, как проекция тонкоматериальных сфер сознания в реальность.

Однажды Мастер системы «Хора», у которого я проходил обучение, ответил на заданный ему вопрос, есть ли предел человеческим возможностям, весьма наглядной демонстрацией. Он опустил свою руку в чайник с кипящей водой и подержал ее там.

Всем известно, что белок – основной компонент нашего тела – сворачивается при температуре приблизительно 43 °С. Более высокие температуры для него губительны. Но рука Мастера, вынутая из кипящего чайника, имела вполне нормальный вид.

У нас даже не нашлось слов, чтобы выразить свое изумление – воистину, возможности человека неисчерпаемы.

Измененные состояния сознания, изучаемые в трансперсональной психологии, по утверждению психологов материалистического направления, в большинстве своем представляют собой искаженные или неполноценные версии правильного восприятия объективной реальности. Но специалисты системы целостного движения, подобно древним гиперборцам, вышли за пределы этой формулировки. Они попытались отделить понятия

«искаженные» и «неполноценные» версии восприятия объективной реальности от понятий «энергоинформационные», «многоуровневые» способы восприятия объективной реальности. При этом был сделан парадоксальный для многих современных исследователей вывод: **объективная реальность может быть соотнесена с любым способом восприятия мира, с любой моделью мира, если они не отрицают ее и способны к адекватному ее восприятию.** Этот вывод лег в основу модели описания мира, в рамках которой была разработана методика работы с состояниями сознания и ее использование в лечебной и военно-прикладной областях.

Контролируемость любых неадекватных процессов в организме – вот девиз наших древних предков. Выполнение их рекомендаций существенно меняет отношение любого человека к боевым искусствам. Владеющий техниками вибрационного боя единоборец понимает, что жизнь – это игра страстей, иллюзия, способствующая их реализации. Поведение специалиста гиперборейской системы отличается от поведения специалиста других систем. Его движения, как правило, носят обучающий характер и в оздоровительном плане очень эффективны.

§ 2. Феноменология боевых искусств

К движению славяне относились как к глубоко сакральному действию. Известно, что двигательные акты во многих эзотерических ритуалах были ориентированы на соответствующую динамику взаимосвязей геометрических конфигураций созвездий звездного неба (особенно зодиакальных), а также на динамику геометрических конфигураций галактик. Геометрические конфигурации и их символические изображения могут являться графическим выражением информационных проекций голограмм многомерной, многоуровневой матрицы Вселенной.

Конкретные символы по-разному проецируются на различные уровни организации Вселенной, по-разному проявляются в телесных, социальных и прочих явлениях окружающего мира. Реальные проявления весьма многообразны, здесь упомяну лишь о некоторых из них.

Хорошо известны мудры и хасты индийской культуры, задающие через определенные положения тела и пальцев рук человека соответствующие энергоинформационные резонансные контуры, способные существенно влиять на происходящие в теле и окружающем мире процессы (индоарийские интерпретации). В ариогерманских мистических разработках человек считался чувствительным модулем системы «природа», обеспечивающим поглощение-излучение вибраций в широком диапазоне характеристик, что зависело от состояния его сознания, земного ландшафта, ориентации силовых линий магнитного поля Земли, влияния планет, галактик и так далее. В рамках этих микро и макроскопических моделей символические древние знаки (руны) рассматривались как схемы телодвижений, которые человек должен совершить для того, чтобы синхронизировать себя с региональными, планетарными, галактическими и другими процессами. Озвучивание рун (чтение их как заклинание) еще больше усиливало эффект. Известны также соответствующие славянские интерпретации затронутой темы. В системе целостного движения эта техника называется «пястцы». Название произошло от слова «пять» – 5 пальцев, сложенных вместе. Она имеет мощную функционально-прикладную базу использования многоуровневых сингулярностей (точек, в которых сходятся ритмы окружающего мира и откуда они «рождаются» в соответствии с определенной заданностью).

Звуки и звукосочетания обладают фрактальными свойствами. Звучащая речь, имеющая смысл, одновременно является определенным набором вибраций. Известен феномен телесных мышечно-суставных микровибраций, величина которых у больных 1–5 Гц, а у здоровых людей в нормальных условиях 7–15 Гц. Микровибрации возникают вследствие произвольного и рефлекторного сокращения мышц. Интересно, что мышечные волокна разных органов в различное время суток сокращаются по-разному, в разной последовательности. Интенсивность и другие параметры микровибраций зависят от целого ряда факторов. Вибрационные колебания мышечных волокон совершаются в диапазоне звуковых частот, что объясняет усиление эффектов при движениях со звуковым сопровождением. Вибрируют не только мышечные волокна, но и мышцы в целом, а также мышечные группы. Скелетная мышца, например, является своеобразным физиологическим вибратором с определенной длиной волны. Этот раздел знаний активно использовался египетскими жрецами при разработке

соответствующих обрядов и ритуалов. Все эти феномены частично используются в упражнениях системы целостного движения и позволяют определить границы их архетипического содержания.

Архетип – первообраз, способ связи поколений через наследование общей структуры личности и психики, которые скрыты в коллективном бессознательном (К. Юнг). Архетипы наследуются так же, как наследуется строение и принципы динамики тела. Они проявляются в сознании в виде последовательности образов при пробуждении творческой активности, в том числе, творческой активности телесной организации. Архетипы – это символические формулы, образы, к которым человек прибегает в реальной жизни, если не может освоить происходящее, находясь в рамках понятийно-логических схем. Это формальные образцы или схемы поведения, ориентированные на инвариант психических содержаний и функций. Большинство архетипов не осознаются человеком потому, что они вытеснены в сферу подсознания и его эволюционную составляющую – сферу бессознательного.

В системе целостного движения наиболее эффективным способом знакомства с архетипическими рефлексиями тела является методика их проработки с помощью резервных возможностей тела.

Многолетние занятия в системе целостного движения показали, что можно не только улучшить самочувствие, вылечиться от многих недугов, но и замедлить процессы старения организма.

Если же приступить к занятиям в раннем возрасте, можно избежать многих неприятностей. Целостное движение – уникальная система, всю глубину которой еще предстоит познать.

§ 3. Мифология славян и система целостного движения «Белояр».

Исследование поэтического творчества и мифологии славян на основе разработок гиперборейской системы целостного движения позволило мне сделать вывод о неразрывной их связи с реальностью. Былинные предания являются описательным механизмом и источником разнообразных представлений славян о многообразии происходящего в мире. Выраженные посредством живого, образного слова, гармоничных звукорядов, они являют картографию возможных состояний сознания человека при развитии одного из возможных сценариев жизни в материальном мире.

В результате исторического развития и изменения внешних условий бытия изменяется смысл древних произведений. Естественным образом в культуре славян был утрачен смысл древних слов, звукорядов, речений и былин. Они стали загадочны, непонятны современному человеку. В частности, это произошло потому, что естественные связи человека с окружающей природой значительно ослабли. Славяне в настоящее время большей частью не осознают тождества созданных ими поэтических образов с конкретными природными явлениями, со стихийными их основами.

В гиперборейской системе целостного движения, изучающей и оптимизирующей траектории развития любых процессов, был сделан вывод, на первый взгляд кажущийся невероятным: многие поэтические были древних славян имеют основой реальные события, в которых проявлялись реальные возможности человека, в них участвующего. Эти события в дальнейшем приукрашивались, обрастали образными преувеличениями, приобретали черты мифа.

Древние славяне обожествляли стихийные силы природы и природные явления – землетрясения, наводнения, приливы и отливы, течения, ветры, тучи, гром, молнию и другие. В древней астрологии славян зодиакальному созвездию Овен соответствует созвездие, которое называли именем бога Белояра. Белояра наделяли свойствами, характерными для начала весны, для месяца марта. Это время пробуждения природы, в марте начинался новый земледельческий годичный цикл в Северном полушарии. Этот месяц олицетворял движение вперед²³, к началу нового цикла с частотной характеристикой 365,256 об./цикл, то есть за год.

Бог Белояр отвечал за жизненные функции материального мира, за их начальное развитие на основе связи с опытом предков, на основе использования накопленных ими знаний,

²³ Для данного зодиакального «прицельного креста» Овен показывал направление вперед, Весы – назад, Рак – вглубь, Козерог – вверх.

их содержательного богатства и неотработанных долгов или отсутствия таковых. Если человек терял память рода или лишался предков, то влияние на него Белояра было ограничено. Белояр формировал программу жизни человека, определенную генетической памятью его предков, онтологическим генофондом человека.

В древней мифологии славян боги Крышень (ср. инд. Кришна), Вышень (ср. инд. Вишну), Жива (ср. инд. Шива) и Белояр олицетворяли соответственно созидательные, поддерживающие и тестирующие на устойчивость свойства объектов или субъектов материального мира.

В слове «Белояр» два корня *бел-* и *яр-*. Это означает, что сфера смыслового значения этого слова включает в себя описание «белых», то есть чистых природных процессов, протекающих интенсивно – ярю. Белый цвет, как известно, есть совокупность всех цветов радуги. Таким образом, имя Белояр можно интерпретировать как интенсивность течения многообразных цветовых и, по аналогии, звуковых, энергетических, вибрационных и т. д. явлений жизни. В данном случае речь идет о сингулярных процессах. С моей точки зрения, имя Белояр тяготеет к названию Светлояр. Как известно из древнеславянских мифов, в озере Светлояр укрылся от нашествия врагов град Китеж – святая столица славян, – открыв тем самым в истории новую страницу незримого, неявного, духовного влияния на ход светских событий.

В гиперборейской системе целостного движения некоторые упоминания о необычайных возможностях былинных персонажей нашли живой отклик. Они были проявлены в целом ряде упражнений и ими частично подтверждены. Казалось бы, любой человек при желании способен приобщиться к памяти предков, изучив эти упражнения, но это не совсем так. Дело в том, что упражнения, рекомендуемые нами для еженедельной разминки, содержат элементы, недоступные для осмысления человека, мало знакомого с традициями древнего славянского искусства, возрождаемого на исконно славянской территории.

Вот некоторые из таких упражнений. Руку человека пытаются, но не могут согнуть 2–3 человека, прилагающие к тому максимальные усилия. Ногу специалиста не могут согнуть 3–5 человек, упорно старающиеся это сделать. Эксперт системы способен выдерживать удары 32-килограммовой гирей, наносимые с максимальной силой. Многие упражнения я вообще не могу описать ввиду того, что они не идентифицируются в логике обычного человека.

Все это позволяет утверждать, что события сказов и былин имеют в своей основе серьезные наработки славян по использованию законов существования материального мира и определению соответствующих границ их применения в различных прикладных целях, в том числе для оздоровления.

Предлагаю вашему вниманию некоторые из интерпретаций. Начну с описания одной из битв, в которой участвовал древний былинный богатырь Святогор.

Святогор стоял и спокойно ждал, когда надвигающееся громогласное войско противника достигнет той невидимой черты между жизнью и смертью, которую он ему назначил в качестве платы за храбрость. Войско стремительно приближалось, выдвигая фланги так, чтобы окружить богатыря и раздавить стремительным натиском.

Когда невидимая черта, обозначенная Святогором, была пересечена передовыми бойцами, самыми смелыми и нетерпеливыми всадниками, настало время боя. Святогор издал страшный крик, сразу заглушивший все звуки вокруг. Если бы наступавшие сами его не слышали, то никогда бы не поверили, что так может кричать человек.

Этот звук сковал нападавших ужасом, они стали замедлять движение, сдерживая коней. Пыль, поднятая ногами, еще двигалась некоторое время вперед, и это было все, что осталось от храбрости войска. Уверенность в победе улетучилась, повеяло неминуемой смертью. Сначала воины ощутили холод в груди, потом появилась тяжесть в ногах, они перестали слушаться. У многих от этого необычного ощущения захватило дух. Кто-то громко икнул. В сознании воинов обозначился животный ужас, глаза «выкатились» из орбит. Никто не мог ничего произнести внятно потому, что язык отнимался, заплетался от страха. Кровь стыла в жилах, члены оледенели, у многих волосы встали дыбом. Непобедимый воин Ухо, бывший в первых рядах и из-за своего гигантского роста видный всем, дрожал как осиновый лист, у него отвалилась челюсть, изо рта текли слюны по обеим сторонам подбородка. Пахло страхом.

Движение войска все замедлялось и замедлялось. Пыль постепенно рассеялась. Наступил момент, когда масса людей замерла в нерешительности, раскачиваясь в каком-то странном, потустороннем ритме. И тогда раздался второй крик, бывший еще сильнее и ужаснее прежнего.

Войско дрогнуло. И тогда огромный богатырь, внушающий теперь дикий, животный ужас двинулся вперед. Он надвигался на нерешительно замершее войско сплошным потоком Силы, двигаясь вместе с пространством, зримо окружавшим и сопровождавшим его, всё увеличивая и увеличивая потенциал натиска. Волна смертного ужаса растекалась перед ним, не давая

сосредоточиться. Казалось, что под бегущим прогибалась сама земля. Она трескалась и издавала отчетливо слышимые, режущие ухо звуки.

Движение «великана» изменило состояние войска. В первых рядах его стояли смелые люди, закаленные в битвах и умеющие побеждать. На миг к ним вернулось ощущение силы, ощущение боя, и они двинулись вперед, подчиняясь безудержному стремлению к схватке. Тревожно лязгнуло оружие. Но этот звук показался дребезжанием детских погремушек в сравнении со звуком надвигающейся Силы, исходившей от Святогора. Все происходящее казалось сном. Но меч Святогора неумолимо врезался в толпу воинов, разрушая иллюзию, и начал свою страшную работу. Видно было только бешеное сверкание металла. Оно напоминало вспышки молний, сопровождаемые резкими и частыми свистящими звуками, похожими на звук косы косаря.

Воины не могли ничего понять, но фонтаны крови ясно указали сомневающимся на то, что на поле боя «косят траву жизни». Раздались предсмертные хрипы, крики гибнущих в боине воинов, а потом и слитный, утробный вой ужаса войска. Оно видимо дрогнуло, двинулось назад.

Разрушая ряды войска, Святогор неожиданно появлялся то в одном, то в другом месте. Определить это место было легко по мельканию молний на лезвии его обоюдоострого меча, по резким крикам и странному движению людей в месте его появления. Там, откуда уходил богатырь, оставалась гора мертвых тел посреди небольшого пустого пространства. И по этому пространству еще брели воины с разрубленными головами и телами. Они брели к горе мертвых тел, чтобы упасть и никогда уже не подняться. Казалось, что людей косит сама Смерть.

Прошло совсем немного времени (как раз столько, сколько нужно камню, чтобы достигнуть дна глубокого колодца), но уже возвышались три такие горы. И ничто не предвещало каких-либо изменений к лучшему для нападавших. Воины бросились бежать. Это было поражение.

Святогор попытался догнать бегущих, но их способность к спасительному бегу оказалась выше скорости его перемещения. Да он и не очень старался, враги получили урок, но брать на душу лишние смерти он не хотел. Еще несколько раз крикнув клетотом, чтобы подстегнуть врагов, он остановился.

Еще минут десять доносились до него звуки дробного топота многотысячного войска, без славы покидающего долину. Он слушал его с удовлетворением, мысленно нагоняя страх на бегущих и слыша ответные крики ужаса. Потом все стихло. Послышалось стрекотание кузнечиков, песнь жаворонка. Жизнь вступала в свои права.

Невероятная Сила жила в Святогоре. Земля не держала богатыря и прогибалась под ним, когда он шел. Как же ему удавалось совместить силу и скорость? Ведь известно, если выигрываешь в мощности, то проигрываешь в скорости и наоборот. Он знал эту закономерность. Но ему были известны и другие, секретные законы, передававшиеся из рода в род, от сердца мудреца к сердцу ученика.

Главный секрет состоял в волне усилия, текущей от стоп. Направление стопы указывало направление течения силы. Волна начинала течь тогда, когда центр тяжести тела смещался вниз. Эта волна, мгновенно сжатая в теле усилием воли, позволяла овладеть ударной устойчивостью, позволяла выдерживать удары невероятной силы, наносимые ему даже режущим и колющим оружием. Она же помогала задействовать телесный механизм «качания маятника», то есть способность уклоняться от летящих кучно стрел. Для этого нужно было уметь мгновенно остановить усилием воли движение своего тела, замереть на одном месте, дать прицелиться противнику и быстро покинуть место смерти. Этот навык относился к технике имитации действия, к технике затягивания в солитон поражения. Всему этому можно было научиться.

В рассказе перед нами во всей красе, с подробностями и натуралистическими деталями предстает древняя техника правлянского боя, техника метабоа, которой владели русские богатыри. Складывается ощущение, что многие современные психотехники были им известны и активно использовались в схватках. Перечислю некоторые из них: телесное масштабирование (огромный богатырь), рассчитанное на сенсорное восприятие врагов, масштабирование процессуальное (движение потока Силы), ментальное (сама Смерть), энергетическое (огромная сила); непреклонность намерения; психическое подавление воли; установление раппорта и дистантная манипуляция массами людей посредством техник присоединения, психического контроля, пястцы; техники аудиального воздействия; сингулярные техники, основанные на поиске и использовании зон, где сходятся и «рождаются» ритмы существования окружающего мира. Древние славяне владели и другими феноменальными способностями и тайными знаниями.

Сапоги-скороходы

Речь здесь идет, очевидно, о специальной походке. При помощи такой походки в гиперборейской системе целостного движения синхронизируется динамика верха и низа телесной организации, деятельность отделов опорно-двигательного аппарата тела человека относительно

его центра тяжести. Это возможно при соблюдении определенного закона движения, обладающего универсальными для всех явлений и уровней организации мира характеристиками. Интересно отметить тот факт, что местоположение центра тяжести человека при этом соответствует местоположению его энергетического центра силы – чуть ниже пупка. То есть речь идет и об энергетическом балансе организма.

Такая походка позволяет вписываться в любые траектории развития динамических процессов окружающего мира и при достаточной мобилизации резервных возможностей организма обеспечивает феноменальные прикладные способности человека, в частности, быстрое преодоление труднопроходимого пути. Эта походка обеспечивает специфическое взаиморасположение суставов, костей, а также специфическое физическое состояние отделов опорно-двигательного аппарата, особенно нижних конечностей, человека. Согласно особому, сенсорно-голографическому ощущению это состояние напоминает сапоги.

Отмечу особенность, которую используют в черной и белой магии для наговора на след ступни человека. Такой наговор считается по силе не меньшим, чем наговор на смерть. Трехмерная развертка динамики стопы человека в цифровой логике соответствует 256-кодоновому галактическому структурному коду возможных сенсорных диапазонов существования систем в материальном мире и несет в себе отпечаток возможных состояний биосистемы «человек». Воздействие на след стопы способно существенно изменить психосоматическое состояние человека.

Семь пар железных сапог стер

Былинные герои, путешествуя в неведомую страну за тридевять земель, стаптывали семь пар железных сапог. Наиболее приемлемое объяснение подразумевает сапоги, подкованные железом. Но почему герои брали именно семь пар?

Всем, кто занимается единоборствами, хорошо известен феномен техники разбивания, когда спортсмен голый рукой или ногой разрушает ударом предметы, сделанные из дерева или другого материала, который крепче костных и мышечных тканей. Руки и ноги укрепляются рядом процедур и упражнений. Они становятся очень крепкими, превращаются в «железные», если оценивать их способность к разрушению. Возможно, здесь истоки понятия «железный сапог». В системе целостного движения «стоптать железный сапог» означает приобрести навык локальной синхронизации многоуровневого импульса и научиться проецировать его на деятельность определенного уровня организации с использованием в прикладных целях. Эта методика позволяет любому здоровому человеку в течение 30–40 часов занятий приобрести навык реализации резервных возможностей костно-мышечного корсета человека.

Число семь означает, что локальная синхронизация проводится по отдельности в семи основных энергетических центрах. Если человек долгое время занимается одним и тем же делом, то его отношение к данной деятельности последовательно изменяется от позитивного, эмоционально приподнятого до обыденного (никуда не денешься), при этом приобретает навык, минимизирующий затраты на выполнение работы. То же происходит и в длительном путешествии.

Таким образом, в процессе путешествия герой должен был обрести навык локальной синхронизации многоуровневого импульса по семи энергетическим доминантам и спроецировать каждый раз свой навык в двигательную сферу деятельности, произведя «запись» навыка на телесном, клеточном и генетическом уровнях. Только после этого герой мог соперничать с силами, легко преодолевающими его в обычной ситуации. Стоптать семь пар железных сапог означало приобретение определенного серьезного навыка устойчивости к различным внешним и внутренним воздействиям.

Скатерть-самобранка

В этом случае речь идет об отмеченном всеми без исключения экспертами системы целостного движения феномене: если провести занятие, выполнив определенные рекомендации, то исчезает чувство голода, и есть не хочется до тех пор, пока тело не вернется в исходное, обычное состояние. Таким образом, тело рассматривается как система, способная устранить самостоятельно чувство голода на достаточно длительное время. Тело приобретает статус скатерти-самобранки, которая может «накормить» не хуже хлебосольной хозяйки. Вспомним подвижничество П. К. Иванова, проводившего безводное голодание в течение нескольких недель и

выполнявшего при этом интенсивные физические действия.

Молодильные яблоки

Древнеславянские сказки утверждают, что молодильные яблоки возвращают молодость, а их сок может существенно улучшить зрение, слух, здоровье вообще. Эти яблоки хранит молодая красивая женщина с глазами ярко синего цвета.

Известно, что обычные яблоки повышают аппетит, в том числе «аппетит» сексуальный. В системе целостного движения известны техники пробуждения сексуального «аппетита» при помощи определенных ментальных и двигательных упражнений. Если проявившийся в результате их выполнения «аппетит» довести до наивысшей точки и проделать другую гамму упражнений системы, позволяющих стабилизировать и перераспределить потенциалы ресурсов, в частности, энергетических, то со временем отмечается существенное улучшение функционирования всех органов и систем жизнедеятельности человека, они «молодеют».

Этот феномен хорошо известен в китайских техниках дао-любови, в индийских традициях тантра-йоги и в других системах подобной направленности.

Гусли-самогуды

Отмечено, что тело человека при выполнении определенных упражнений, в частности упражнений системы целостного движения, способно звучать в самом широком диапазоне частот. Различаются внешнее (быстро двигающаяся рука «свистит») и внутреннее звучания²⁴. Известно, что в теле человека присутствуют всевозможные ритмы. Оно «звучит» в различном диапазоне частот – от инфракрасных и аудиальных (мышечная организация) до атомарных сверхвысокочастотных (ДНК, молекула, атом). Так же, как нота «до» первой октавы может резонировать с нотой «до» любой другой октавы, ритмы нашего тела могут резонировать с любыми ритмами окружающего мира и влиять на них.

Этот феномен используется при выполнении упражнения «Прозвучивание телесной организации в аудиальном диапазоне частот». В нем несколько фаз: (1) прямое прозвучивание телесной организации, (2) резонирование органики, (3) обратное прозвучивание телесной организации, (4) расширение звука, (5) баланс внешнего и внутреннего звучания. При помощи тела – гуслей – можно настраиваться на любые ритмы существования окружающего мира. Определение самогуды означает процесс резонирования телесных ритмов с ритмами окружающего мира. Возникает «телесное звучание», отмечаемое и используемое практически всеми эзотерическими системами. При правильном использовании этого феномена исследователя ждет ряд открытий в познании мира.

Определенным образом можно интерпретировать и другие образы славянской мифологии – клубок ниток, указывающий путь; Мать-земля, дающая силу; чудо-гребень и платок, позволяющие выращивать лес и создавать водное препятствие; меч-кладенец; свет-зеркальце; чудо-перстень; живая и мертвая вода; чудо-печь; змея Скарапея; конек-горбунок; лягушка-царевна и другие.

²⁴ Сильно сжимаемое, напряженное или расслабленное тело «шумит, жужжит». В тантра-йоге известен феномен жужжащей кундалины.

Заключение

Система целостного движения гиперборцев в целом и ее военно-прикладной аспект боевая система «Топот» – это надежная система поддержания здоровья. Она позволяет выявить по телесным реакциям мельчайшие негативные изменения в организме и окружающем мире. Любой человек, получивший экспертную оценку состояния двигательных навыков, может получить индивидуальные рекомендации по устранению своих психосоматических блоков.

Мой практический опыт свидетельствует о том, что многие упражнения закрытых систем боевой подготовки могут быть эффективно использованы в оздоровительных целях. Для этого необходимо применять их методологически правильно и только для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Новый постулат, который выдвигает система «Топот», почти парадоксален: **совершенное владение боевым искусством есть оптимальный способ познания самого себя и окружающего мира.** Для этого человек должен подняться над своими инстинктами.

Вспомним, что настоящие славянские воины во все времена брали в руки оружие только для отражения нападения врагов, посягнувших на святыни Родины. Необходимость и достаточность этого определялись строгими духовными критериями. Да, можно использовать ярую силу, но только если понимаешь во имя чего. Да, можно использовать измененные состояния сознания, но только для достижения равновесия в мире. При проработке инстинктивных программ и ознакомлении Духа с диапазоном их существования не следует забывать о принципах существования самого Духа и задачах, которые были перед ним поставлены при нисхождении в материю. **Уравновешивание Божественного и инстинктивного в человеке – вот путь, который принят в системе целостного движения гиперборцев.** Все феноменальные явления происходят в результате реализации резервных возможностей человека. Познать эти возможности и управлять ими – путь, достойный уважения.

Доброго вам пути!

Литература

- Акимов А. Е.* Эвристическое обсуждение проблемы поиска новых дальнодействий. // *Сознание и физический мир.* М., 1995.
- Амосов Н. М.* Преодоление старости. М.: «Будь здоров», 1996.
- Андреева Н.* Секреты здорового позвоночника. СПб.: «Невский проспект», 2000.
- Анопова Е.* Стучащему, да откроется! М.: «При-сцельс», 1998.
- Аргуэльес Х.* Фактор маяя. Томск: «Зодиак», 1994.
- Арто А.* Театр и его двойник. М., 1993.
- Бендлер Р., Гриндер Д., Сатир В.* Семейная терапия. Воронеж, 1993.
- Бревде Г.* Пространственные представления в путешествиях сознания. Языки пространств. М., 1997.
- Винокуров И., Гуртовой Г.* Психотронная война. М.: «Мистерия», 1993.
- Гагонин С. Г.* Спортивно-боевые единоборства. СПб., 1997.
- Георгиев Ф. И.* Сознание, его происхождение и сущность. М., 1967.
- Голубев В. Н.* Управление двигательной активностью при экстремальных состояниях. Л.: ВМА им. Кирова, 1987.
- Гостев А. А.* Дорога из Зазеркалья: психология развития образной сферы человека. М., 1998.
- Гостев А. А.* Образная сфера человека. М., 1992.
- Гроф С.* За пределами мозга. М., 1993.
- Демин В. Н.* Тайны русского народа. М.: «Вече», 1997.
- Долин А. А., Попов Г. В.* Кэмпо – традиция воинских искусств. М.: «Наука», 1990.
- Зубаков В.* 20-й век. Сценарий будущего: анализ последствий глобального экологического кризиса. СПб., 1995.
- Козлов В., Майков В.* Основы трансперсональной психологии. М.: Издательство Трансперсонального Института, 2000.
- Кудряшов Н. И.* Картография и навигационное обеспечение «путешествий сознания». Танец планет и Зодиаков. // *Вестник Балтийской педагогической академии.* Вып. 27. СПб, 1999.
- Кудряшов Н. И.* Магия движения. Оздоровительная славянская система целостного движения. М.: «Велигор», 1997.
- Кудряшов Н. И.* Место иерархии в целостной структуре мироздания. Тезисы 4-й международной конференции, посвященной 50-летию образования ООН. М.: Международная академия информатизации, 1995.
- Кудряшов Н. И.* Расширенные и измененные состояния сознания, моделируемые целостным движением. *Вестник Балтийской педагогической академии.* Вып. 12. СПб., 1997.
- Курис И. В.* Биоэнергопластика. СПб., 1994.
- Лаппа А.* Йога. Традиции единения. JANUS BOOKS. 1999.
- Лоуэн А.* Язык тела. СПб.: «Академический проект», 1997.
- Лоуэн А., Райх В.* Психология тела. // В сб.: Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике. / Сост. Баскаков В. М., 1996.
- Майков В. В.* Проблемы интеграции сознания в трансперсональной психологии. // *Философские науки.* 1987, № 9.
- Мерло-Понти М.* Око и дух. Париж, 1964.
- Мэнли П. Холл.* Энциклопедическое изложение масонской, герметической, каббалистической и розенкрейцеровской символической философии. Новосибирск: «Наука». М, 1997.
- Налимов В. В.* В поисках иных смыслов. М, 1993.
- Научно-практические аспекты народной медицины.* / Под ред. Я. Г. Гальперина. М.: ВНИЦТНМ «ЭНИОМ», 1995, 1996, 1997, 1998.
- Платон.* Тимей. Критий. Собр. соч. в 4-х т. М.: «Мысль», 1990.
- Плотин.* Избранные трактаты. М., 1994.
- Подорога В.* Феноменология тела. М., 1995.

- Райх В.* Структура и функции оргазма. М.: АСТ, 1998.
- Ранке И.* Человек. Т. 1. СПб.: «Просвещение», 1896.
- Росляков О. А.* Гистерезис плотности вещества и его философский смысл СПб., 1996.
- Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. М., 1946.
- Сеченов И. М.* Избранные философские и физиологические произведения. М., 1947.
- Сидерский А.* Йога 8 кругов. Киев: «Ника-Центр», 2000.
- Тейяр де Шарден П.* Божественная среда. М., 1992.
- Уинфри А. Т.* Время по биологическим часам. М.: «Мир», 1990.
- Файдыш Е. А.* Карма и психотравмы М.: «АЛМИН», 1995.
- Файдыш Е. А.* Ноосфера Земли и глобальная эволюция человечества. // Вестник Балтийской педагогической академии. Вып. 12. СПб., 1997.
- Файдыш Е. А.* Сверхсознание. М., 1993.
- Фельденкрайз.* Осознавание через движение. М., 1992 *Философский* энциклопедический словарь. М.: «Советская энциклопедия», 1983.
- Фрейд З.* Основные психологические теории в психоанализе М., 1923.
- Фуко М.* Слова и вещи. М., 1977.
- Хаберзетцер Р.* Кунг-фу (Ву-шу). Техника китайского бокса. Самиздат.
- Хрестоматия* по истории психологии. М., 1980.
- Чернобров В. А.* Энциклопедия непознанного М.: «Гранд», 1998.
- Шемшук В.* Эпоха Рая на Земле. Пермь: «Веды», 1997.
- Шипов Г. И.* Явления психофизики и теория Физического Вакуума. // Сознание и физический мир. М., 1995.
- Шорохова Е. В.* Проблемы сознания в философии и естествознании. М., 1961.
- Юнг К. Г.* Архетип и символ. М., 1991.
- Юнг К. Г.* Проблемы души нашего времени. М., 1994.
- Юнг К. Г.* Психология бессознательного М., 1996.

Содержание

Введение.....	3
ГЛАВА 1.	
Боевые искусства планеты Земля.....	6
§ 1. Из прошлого боевых искусств.....	6
§ 2. Гипербореи в истории цивилизаций Земли.....	10
§ 3. Боевое искусство гиперборцев в свете традиционных систем описания мира.....	12
Шаманизм.....	12
Шумер, Египет, Греция, друиды, ацтеки, майя, ессеи.....	12
Индуизм.....	13
Буддизм.....	14
Даосизм.....	14
Суфизм.....	15
Каббала.....	15
ГЛАВА 2.	
Гиперборейская система целостного движения.....	16
§ 1. О теории колебаний и волновой функции тела применительно к боевым искусствам.....	16
§ 2. Принцип «телесной волны» и его практическое применение.....	24
§ 3. Осанка в гиперборейской системе целостного движения.....	37
§ 4. Особенности вибрационного боя.....	40
§ 5. Удар и его составляющие.....	41
§ 6. Понятие «форма» в боевых искусствах.....	49
§ 7. Оздоровительные аспекты системы целостного движения.....	52
ГЛАВА 3.	
Философские аспекты боевых искусств.....	56
§ 1. Измененные состояния сознания.....	56
§ 2. Феноменология боевых искусств.....	61
§ 3. Мифология славян и система целостного движения «Белояр».....	62
Сапоги-скороходы.....	64
Семь пар железных сапог стер.....	65
Скатерть-самобранка.....	65
Молодильные яблоки.....	66
Гусли-самогуды.....	66
Заключение.....	67
Литература.....	68
Содержание.....	70

Николай Кудряшов

Магия БОЯ

ТАЙНЫ БОЕВЫХ ИСКУССТВ
ГИПЕРБОРЦЕВ

