

Бурислав Сервест

---

*Магия  
бессмертия —  
ритмы танца*



Бурислав Сервест

**Магия бессмертия – ритмы танца**

«Издательские решения»

## **Сервест Б.**

Магия бессмертия – ритмы танца / Б. Сервест — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-858922-5

**НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.** Человек, не умеющий плавать, боится воды. У него есть два варианта: или смириться с этим и всю жизнь провести на берегу, или побороть страх, войти в воду и стать хотя бы плохим пловцом. Потом хорошим, потом отличным. Но можно сделать большее — решить двигаться дальше. Понять, что умение плавать — только ключ к открытию нового мира и что этот мир — один из бесчисленного множества миров, доступных для человека.

ISBN 978-5-44-858922-5

© Сервест Б.  
© Издательские решения

# Содержание

ОТ АВТОРА	6
ВВЕДЕНИЕ: О ТАЙНАХ, СЕКРЕТАХ И МАГИЧЕСКОМ ПОРТАЛЕ	12
1. ПРАВИЛА ИГРЫ	17
2. РИТМЫ ТАНЦА	23
2.1. Дельта Ритм	25
2.1.1. Танец Жизни	30
2.2. Тэта Ритм	34
2.2.1. Страх	36
Конец ознакомительного фрагмента.	39

# **Магия бессмертия – ритмы танца**

**Бурислав Сервест**

© Бурислав Сервест, 2017

ISBN 978-5-4485-8922-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## ОТ АВТОРА



В 1795 году в Эдо (старое название Токио) по приглашению первого министра прибыл один из старейших людей Японии – крестьянин Мамиэ. Ему было 193 года. На вопрос министра, в чем секрет его долголетия, он ответил: «У своих предков я научился искусству прижигания и пользуюсь им всю жизнь. Я и моя семья ежемесячно с 1 по 8 число каждого месяца делаем себе прижигание в точках Цзу-Сан-Линь. Жене моей сейчас 173 года, сыну – 153, внуку – 105 лет».

Старика одарили рисом, деньгами и с почетом проводили домой. Через 48 лет Мамиэ вновь прибыл в Эдо. В этот год ему исполнился 241 год, жене – 221, сыну – 201, внуку – 153, жене внука – 138 лет, и никто из них не выглядел старым или больным.

С этого примера начиналась выпущенная мной в середине 80-х годов небольшая книжка: «МАГИЯ БЕССМЕРТИЯ – нетрадиционные методы омоложения организма». В ней не было особых откровений, а содержалось лишь описание некоторых технических приемов с очень краткими пояснениями. Таковы были условия соглашения с издателями, рассматривавшими публикацию этой книги как начало изданий серии «МАГИЯ БЕССМЕРТИЯ».

Тем не менее пятидесятитысячный тираж разошелся в течение нескольких дней, а в мой адрес и в адрес издательства поступили тысячи писем от заинтересованных читателей. Но в силу обстоятельств непреодолимой силы дальнейшее издание серии стало невозможным.

Я знал, что этот материал переиздавался многими издательствами, публиковался в ИНТЕРНЕТЕ на десятках сайтов, и не препятствовал этому, но и не принимал в этом участия. Можно сказать, что я отказался от всех шагов в этом направлении.

Но начатое однажды всегда требует продолжения. События, происходящие в последние годы, обладают той же неоспоримой ясностью, что и двадцать лет назад. И если тогда необходимо было остановиться, то сейчас необходимо двигаться дальше. Поэтому я издаю эту книгу.

МАГИЯ БЕССМЕРТИЯ... Я сохранил это название, потому что в самом звучании этих слов есть что-то безумно притягательное для человека. В действительности эта книга могла быть написана на многих языках, в том числе – на языке научного знания. Но мне нравится ритм слов, относящихся к древним откровениям.

Каждое из них дает нам больше, чем мы воспринимаем непосредственно, в них есть внутренняя энергия, исходящая из их основы – ИСТИННОЙ РЕЧИ. А в самом содержании слов нет ничего мистического.

БЕССМЕРТИЕ – определение точки отсчета. Есть что-то внутри нас и что-то вне нас. Для смертного существа то, что внутри, – преходяще и не имеет значения, это существо может только функционировать, обеспечивая существование большего. Для бессмертного существа преходящ внешний мир, а главное то, что ему удастся включить в себя, сделать своей частью. Остальное не имеет значения.

Каждая из этих точек правильна, человек может существовать в любой из них. Это – проблема выбора, вернее, проблема того количества силы, которое есть в человеке. Можно выбрать смерть, можно выбрать бессмертие. Но выбор определяется не словами, а действием. Можно верить в бессмертие души, а действовать как смертное существо, находя опору своему существованию только во внешнем мире: деньги, карьера, статус и т. п. А можно не задумываться над этим вопросом, но жить, исходя из собственного «Я», действовать с учетом того, какой след каждый наш поступок оставляет в нашем внутреннем мире.

В действительности выбор точки отсчета определяет не только будущее, но и настоящее человека.

«Бессмертные» – это всегда победители. В мире нет силы, которая могла бы нанести им урон. То, что они приобрели: опыт, знания, сила, всегда останется с ними. И какие бы неприятности, какие бы катастрофы с ними не случались, «бессмертные» всегда встают на ноги и вновь добиваются всего, чего пожелают.

Смертное существо проигрывает всегда. Даже если внешне все обстоит благополучно (есть деньги, статус, власть и т. п.), «смертных» никогда не оставляет мысль о неустойчивости, нестабильности своего положение. Все, что находится вне человека, может быть отнято в любой момент времени и обязательно отнимается в момент смерти. Каких бы высот не достигали «смертные», они всегда остаются неудачниками.

«Бессмертные» могут верить или не верить в возможность другого пути, но в них всегда живет частичка той силы, которая позволяет действовать им как бессмертным существам. Их проблема только в том, что они больше своих побед, они сражаются не на своем поле и через какое-то время утрачивают вкус к победам.

И если они не находят Другого способа приложения своих сил, другой площадки для своих игр, они становятся уязвимыми. А современному миру не нужны герои, есть силы, которые заинтересованы в их полном искоренении. Победителей становится все меньше, их маленькое «я» берет верх, превращая их в побежденных. И они становятся «смертными» людьми, вписываясь в существующий порядок вещей.

Единственный шанс, который реальность оставляет победителям, – это умереть молодым, сохранив в себе частичку своего бессмертного «Я».

МАГИЯ – это часть нашей повседневной жизни. Мы привыкли считать, что можем действовать во внешнем мире только напрягая и расслабляя определенные группы мышц, но в действительности наши действия бесконечно многообразней. В нас есть сила, которую мы можем использовать непосредственно. Этот факт известен каждому из нас хотя бы по опыту общения с другими людьми. Первое, что мы оцениваем в случайном собеседнике, – наличие силы. Мы не знаем, что это за сила, она недоступна нашим органам чувств, но мы безошибочно ощущаем ее присутствие. Бывают ситуации, когда, используя обычные слова нам удается объединить вокруг себя других, повести их за собой, а бывает, что мы сами оказываемся как бы под гипнозом чьей-то воли и поступаем вопреки своим собственным интересам. Сила есть почти в каждом, но, как правило, мы не можем произвольно управлять ею, обычно сила управляет нами. МАГИЯ – это лишь умение использовать свою силу для достижения своих собственных целей.

Вторая сторона МАГИИ – это умение действовать в одиночку. Есть два способа существования в реальности: ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ, при котором мы лишь исправно выполняем обязанности, обеспечивая существование чего-то большего, и ТВОРЧЕСТВО, когда мы изменяем мир по нашей собственной воле. Человек может творить только в одиночку, как коллективное существо он всегда лишь функционирует. Поэтому возможности одного человека неизмеримо больше, чем возможности любой группы людей. Собственно говоря, это то, что отличает человека от животных.

И создал Бог зверей земных по роду их, и скот по роду его, и всех гадов земных по роду их... И сотворил Бог человека по образу Своему, по образу Божию сотворил его...

Животное, любое животное, всегда только часть рода, а у человека есть выбор: он может уподобиться животным и стать коллективным человеком, или он может вернуть себе изначальную форму и стать ОБРАЗОМ БОГА. Единственное, что удерживает человека от второго пути – его слабость, вернее, его незнание собственного могущества. А у слабости есть вполне определенные причины.

Мощь человека и в этом, и в других мирах в конечном счете определяется целостностью его внутренней картины мира. А здесь у всех нас есть слабое место – мы отказываемся от осознания смерти, полностью вытесняем ее из своего сознания. То есть формально факт смертности человека признает каждый, но это никак не сказывается на уровне наших реальных действий и поступков. Мы ведем себя как бессмертные существа (не в духовном, а в физическом смысле слова), и по сути все наши карьерные и прочие стремления подчинены одной цели – подкрепить это внутреннее убеждение.. Если вам пятьдесят лет и вы рядовой инженер или мелкий предприниматель, то вы уже почти пожилой человек. Если же в этом же возрасте вы становитесь директором крупного завода или миллионером, то вы молодой директор или миллионер. Если же вы сумели стать президентом, академиком или миллиардером, то вы становитесь просто юным для своего положения. Именно в этой «иллюзии бессмертия» основа нашего стремления к успеху.

Повышая свой статус, мы как бы «консервируем» свой возраст, пребывая в состоянии «внутреннего бессмертия», до тех пор пока нас не отправят на покой и не лишат нас этих костыликов. Но даже тогда для смерти нет места в нашей картине мира, мы просто исключаем из сознания будущее и заменяем его прошлым. И этот простой механизм позволяет оставаться «бессмертными» до самой смерти.

Проблема в том, что данный момент делает нашу внутреннюю картину мира гораздо более фантастичной, чем мы думаем. Каждый седой волос, каждая морщинка или новая болячка показывают нам всю абсурдность нашего существования, что у нас нет вообще ничего, кроме раскрашенных игрушек, не имеющих никакого отношения к реальному миру. Чтобы изгнать это знание, нам приходится «бежать все быстрее и быстрее». Способы бега могут быть разными, но и трудоголики, и алкоголики рождаются в этом источнике. А поскольку мы всегда остаемся на месте, то конечный пункт для всех бегунов один и тот же: приходит кто-то, отнимающий у нас все игрушки до единой и оставляющий нас «нагими» и совершенно беспомощными в громадном и незнакомом мире.



Но дело даже не в этом. Блокировка всего связанного с осознанием нашей собственной смерти полностью блокирует и некоторые центры нашего большого тела, превращая нас в слабые, неразумные и беспомощные существа. И наоборот, осознание причин, делающих человека смертным, сути процесса перехода, форм и правил существования на другой стороне восстанавливает целостность нашей картины мира и возвращает нам все силы, изначально присущие человеку. А это позволяет нам добиться **ВСЕГО** не только в будущей, но и в этой жизни. **МАГИЯ БЕССМЕРТИЯ** – это обретение **СИЛЫ**, которую можно использовать где угодно, для чего угодно и когда угодно.

Чтобы обрести **СИЛУ**, достаточно получить ответы на три вопроса:

В чем изначальный смысл **ЖИЗНИ** и **СМЕРТИ** человека?

Какие **СИЛЫ** и какие **ПРАВИЛА** действуют на этом поле?

Как можно изменить **ПРАВИЛА** в свою пользу?

Эта книга – книга ответов. А дальше все зависит от того, кто задает вопрос.

Я пишу для **БОЛЬШИХ** людей.

Человек может быть слишком маленьким, слишком слабым, и тогда его удел – бесконечно жаловаться на свою жизнь и на несправедливость мироустройства. В действительности его существование не бессмысленно, у него есть свое предназначение, с которым он успешно справляется, но у него нет сил, чтобы хоть что-то изменить в себе и в мире. Слабые люди могут прочесть и даже понять прочитанное, но вряд ли они смогут использовать полученное знание в своей жизни.

Человек может быть соразмерным реальности, занимать в ней свое место. Тогда все его силы уходят на выполнение тех задач, которые ставит перед ним жизнь. Он все время «бежит», и у него не остается времени ни на что другое. И пока он еще может «бежать», его не интересует ничего что выходит за рамки его обыденной жизни. А когда он понимает, что его бег был бессмысленным, у него уже не остается сил, чтобы попытаться хоть что-то исправить.

**БОЛЬШИЕ** люди всегда больше своего места. Они могут быть и на самом вершине и вне социальной иерархии, но у них всегда хватает сил на то, чтобы не только приспособиться к реальности, добиться успеха, но и на то, чтобы изменить реальность. Они всегда победители, но победы не дают им полного удовлетворения. Где-то в глубине себя они осознают, что есть что-то большее, что они были рождены для иных свершений, и это осознание беспокоит их всю жизнь, мешает им быть счастливыми.

**БОЛЬШИЕ** люди – это особая порода людей. У них есть своя история, у них есть качества и способности, о которых они не знают, но которые принадлежат только им. Большим человеком нельзя стать, им можно только родиться. А обратный процесс возможен, большой человек может стать маленьким человеком. И на протяжении последних столетий этот процесс идет настолько активно, что уже через пятьдесят лет эта книга могла бы не найти своих читателей.

Это – книга для **СКЕПТИКОВ**.

Неверующие бояться знания, у них не хватает сил даже для осознания обыденного мира. Где-то на подсознательном уровне они понимают, что их место в реальности настолько противоречит их представлениям о собственной значимости, что даже случайное осознание истины сделает невозможным их существование. И они всеми силами избегают знания. Даже в том случае если знание даруется им почти насильно, например, посредством чуда, они скорее распнут вестника, чем поверят ему.

Верующие люди могут обрести частичку знания, но они всегда принимают ее за **АБСОЛЮТ**. А поскольку знание, изложенное на человеческих языках, всегда неполно и недостоверно, они отрезают себе все пути к дальнейшему развитию. Единственное, что им остается, – это **ВЕРА**, непосредственное соединение с носителем знания, без осознания самого знания. Но даже это – громадный шаг вперед.

**СКЕПТИКИ** ничего не принимают на веру. Они не поклоняются знанию, они используют его, отделяя зерна от плевел и постоянно накапливая в себе то главное, что может быть удержано и накоплено. Скептики открыты для нового, поскольку знают об относительности старого. И благодаря такой позиции они обладают «внутренним чутьем» на истинное знание, определяя его и по внутренней гармонии слов и слогов, и по особому ощущению «внутренней дрожи», всегда сопровождающей обретение частицы знания.

Скептики знают, что никакое знание не должно противоречить **ФАКТАМ**. Они ищут подтверждение узанному в окружающем мире и в своей собственной жизни. И это единственно правильный подход.

Но главное в том, что на определенном этапе поиск знания становится для скептика единственной целью в жизни. А значит, он сумеет зайти достаточно далеко, чтобы прикоснуться к **ТАЙНАМ**.

Есть знания, постижение которых не позволяет человеку оставаться тем, кем он был раньше, выполнять роль, отведенную ему мировыми силами. Эти знания всегда под запретом, и в тех редких случаях, когда они передавались кому-либо, они передавались без права

дальнейшего распространения. Те, кто знаком с эзотерической литературой, смогут убедиться, насколько легко и гармонично можно соединить те разрозненные крупицы истины, которые есть в этих книгах. Проблема лишь в том, что вместе они дают новое знание, знание тайны, освобождающей человека от обязанности быть человеком. А это противоречит ПРАВИЛАМ ИГРЫ.

В целом угроза не столь велика. Если знание тайны непосильно для человека, срабатывают защитные механизмы, сужающие ее до приемлемых размеров. Каждый получает свое: кто-то – способ разрушить мир, а кто-то – средство избавиться от седины. Есть разница между узнаванием и пониманием, а людей, способных понять главное, в действительности очень немного. Риск остается, но в определенной ситуации и с точки зрения определенных сил он оказывается оправданным. И это дает шанс некоторым из нас.

Каждый из нас сталкивается с неизведанным, но результат всегда определяется тем, какой способ действия мы выбираем.

Человек, не умеющий плавать, боится воды. У него есть два варианта: или смириться с этим и всю жизнь провести на берегу, или побороть страх, войти в воду и стать хотя бы плохим пловцом.

Плохой пловец может плыть только по ровной воде. Любое волнение приводит его в панику и лишает его умения плавать. У него есть три варианта: утонуть, упрямо используя те навыки, которые в данном случае не пригодны, выйти из воды (и никогда не заходить в нее снова!) или учиться дальше.

Тот, кто решил учиться, может стать хорошим пловцом. Хороший пловец не боится волн, может плыть долго, по крайней мере, он сможет переплыть самое большое озеро в своей округе в самую ветреную погоду. Казалось бы, он добился всего и ему больше нечему учиться. Но есть те, кто решил двигаться дальше. Их уже не интересует результат, для них важен сам процесс. И через какое-то время они понимают, что вода – это такая же удобная среда для обитания, как и суша. Они могут жить в воде сколь угодно долго, сам процесс плавания уже не требует от них никаких затрат сил, он становится столь же естественным, как дыхание. И они понимают главное: умение плавать – только ключ к открытию нового мира, и что этот мир – один из бесчисленного множества миров, доступных для человека.

Книга, которая перед вами, содержит ответы на некоторые вопросы. Дальше все зависит от вопрошающего. Некоторым достаточно знания технических приемов продления жизни, некоторым – умения добиваться успеха при взаимодействии с другими людьми, некоторых заинтересуют возможность обретения РАЯ НА ЗЕМЛЕ, а некоторых – возможность установления непосредственного контакта с силами высшего порядка.

Все это здесь есть, но есть и гораздо больше. Главное – система координат, которая позволяет определить свое место в мире и выбрать путь себе по сердцу. А задать такой вопрос и получить именно этот ответ могут только те, кто решил «двигаться дальше». И если вы один из них – ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

## ВВЕДЕНИЕ: О ТАЙНАХ, СЕКРЕТАХ И МАГИЧЕСКОМ ПОРТАЛЕ



Тайное знание... Вряд ли есть что-нибудь более притягательное для человека, чем узнать то, что не знает никто другой. Секреты, которые сделают его сильнее, например, способ разбогатеть, вернуть утраченную молодость или обрести власть над людьми. Но при этом большинство жаждущих знания не желают ничего менять в своей жизни, вернее, они не хотят менять свою картину мира.

А здесь возникает громадная проблема. Нельзя быть «немножко беременной», любой шаг за пределы обыденной жизни требует продолжения. Обретая новое, всегда приходится отказываться от старого, и результат может оказаться совсем не тем, на который рассчитывали. Людей, готовых ступить в неизвестность на таких условиях, очень и очень немного. Поэтому есть ТАЙНЫ и есть СЕКРЕТЫ.

Знание ТАЙНЫ меняет весь мир вокруг человека, заставляет его действовать по-иному, воспринимать по-иному. Оно сначала меняет его внутреннюю картину мира, а потом дает силы, необходимые для того, чтобы действовать соответственно.

Знание СЕКРЕТА позволяет человеку добиться чуть большего, оставаясь в том же мире, что и раньше. Но в действительности это только ловушка для «здравомыслящих».

Хороший пример – боевые искусства. Как правило, человек начинает заниматься ими со вполне утилитарной целью – он хочет научиться драться, обрести уверенность в своей победе в случае физического единоборства.

Если он занимается с должным старанием, то он обязательно достигнет этого результата. Не очень сложно изучить расположение болевых точек человека и отработать соответствующую

щие двигательные стереотипы, а это знание, знание СЕКРЕТА, действительно даст ему преимущество над почти любым неподготовленным противником.

Но если он продолжит свои занятия, то через какое-то время весь мир вокруг него начнет меняться. Он обретет понимание некоторых вещей, которые изменят всю систему его ценностей, его место в этом мире. И когда он достигнет этого, его способности к единоборству (как и многие другие способности) будут развиваться уже как бы сами по себе, независимо от его желания. Это – знание ТАЙНЫ.

Знание СЕКРЕТОВ дает почти мгновенный результат, но дальнейшее движение вперед требует огромных и постоянных усилий. Иначе говоря, соответствующие упражнения должны стать главным делом в вашей жизни, и только тогда они могут привести к познанию ТАЙНЫ. Обычный человек, действуя по своей собственной воле, никогда не в состоянии довести этот процесс до завершения. А природа СЕКРЕТОВ такова, что нельзя останавливаться на полпути, и если вы перестаете двигаться вперед, то все прежние достижения очень быстро оказываются утраченными.

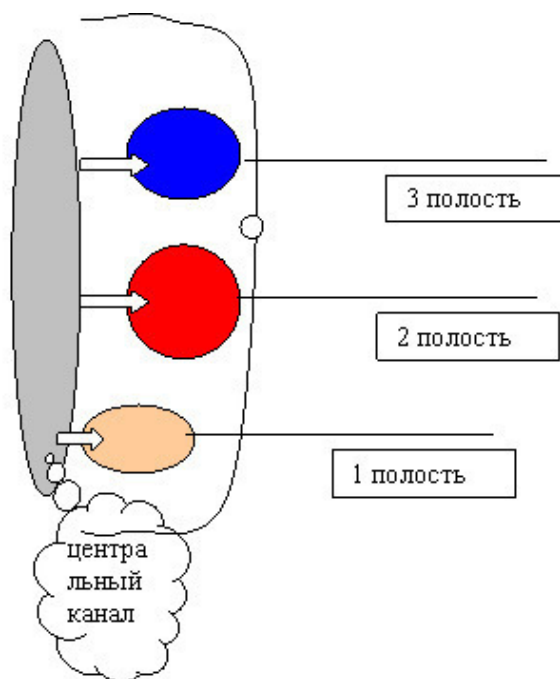
Можно начать с другого конца – с познания ТАЙНЫ, с изменения внутренней картины мира. И если каждый шаг на этом пути будет сопровождаться действием, если знание будет воплощаться в вашей реальной жизни, то все СЕКРЕТЫ будут раскрываться как бы сами собой, а результаты уже не могут быть утрачены. Этот путь короче, но пройти его намного сложнее. Проблема в том, что каждый считает себя экспертом в вопросах мироздания, и принять здесь чужую точку зрения для человека очень сложно. Картина мира человека – это сердцевина его «я» и как бы он не уверял, что он открыт для познания, на деле он будет отстаивать ее до последнего.

Другое дело СЕКРЕТЫ, с существованием которых охотно мирятся, особенно тогда, когда их можно узнать, применить в своей жизни и получить практические результаты. И с этой особенностью человеческого восприятия также приходится считаться.

Поэтому я начну с СЕКРЕТА, со знания, действительно обладающего силой и действительно важного почти для каждого человека. Для «здравомыслящих» – это способ оздоровления всех органов брюшной полости, которые почти для всех людей являются проблемной зоной. Для всех остальных это, кроме всего прочего, – техника раскрытия так называемого магического портала. Проще говоря, это обретение способности проделывать некоторые фокусы, например, перемещать «усилием воли» небольшие предметы.

В структуре нашего тела есть определенный канал, через который может быть направлена циркулирующая в теле энергия, так называемое «внутреннее дыхание». Есть семь полостей, которые могут быть заполнены этой энергией, при этом включение в процесс внутреннего дыхания каждой полости, во-первых, приводит к оздоровлению всех связанных с ней органов, во-вторых – к омоложению организма и в-третьих, к раскрытию так называемых «сверхспособностей».

Здесь мы рассмотрим способ раскрытия трех нижних полостей, в наибольшей степени определяющих состояние нашего физического тела и все процессы его взаимодействия с внешним миром.



По центру нашего живота впереди позвоночника проходит некая пустотелая трубка, которую удобней называть центральным каналом. В раннем детстве каждый из нас использовал ее в процессе дыхания, то есть вдох достигал самого низа живота. У взрослых людей этот канал находится в сжатом, свернувшемся положении и практически не ощущается. Тем не менее раскрыть этот канал, вновь задействовать его в процессах вдоха – выдоха не так сложно.

Этот канал когда-то соединялся с тремя основными полостями живота – местом сосредоточения энергии, обеспечивающей работу прилегающих органов и определенные аспекты взаимодействия с внешним миром. По мере взросления эти связи атрофировались и процесс поступления энергии непосредственно в эти полости почти прекратился. СЕКРЕТ, о котором идет речь, связан с восстановлением проходимости всех этих каналов и с насыщением энергией всех трех полостей. Техника не очень проста, но не требует никакой специальной подготовки.

Сядьте удобно, с выпрямленной спиной и со скрещенными ногами. Восстановите нормальное дыхание и сосредоточьтесь на нижней части живота. Вдох должен обеспечиваться только движением мышц нижней части живота. При этом старайтесь вдохнуть максимально глубоко, но так, чтобы грудная клетка оставалась неподвижной. Сосредотачивайтесь только на процессе вдоха, выдох при этом типе дыхания происходит с использованием других механизмов. Через определенное число вдохов и выдохов, обычно не более 50, вы ощутите этот канал и движение по нему, напоминающее по ощущениям движение воздуха в легких.

Продолжайте вдыхать и выдыхать, стараясь заполнить воздухом самый низ живота. Раскрытие первой полости сопровождается ощущением «прорыва» в нижней части живота и очень приятным «щекочущим» заполнением внутренней области промежности. Это ощущение невозможно перепутать ни с чем. Сосредоточьтесь на нем, так чтобы каждый ваш вдох исходил бы именно из этой области. Подышите так не менее 5—10 минут.

Для раскрытия первой полости – так называемой «полости смертности» – обычно достаточно 10—15 вдохов, но иногда может потребоваться и больше. В принципе эффект определяется многими внешними факторами, и в некоторых случаях в данный конкретный момент времени может ничего не получиться. Поэтому если после 50 вдохов ничего не произошло, лучше остановиться и повторить все на следующий день.

Для раскрытия двух других полостей, расположенных в области живота, достаточно знать их месторасположение. Вторая полость расположена примерно на четыре пальца ниже пупка,

а третья – посередине между пупком и подложечной впадиной. Можно двигаться снизу или сверху. В первом случае вы сначала заполняете энергией первую полость, а потом «поднимаете» выше, во втором – останавливаете брюшное дыхание на нужном уровне и поддерживаете его до ощущения «прорыва». Это гораздо легче сделать, чем написать, после того как вы ощутили внутреннее дыхание, убедились в его существовании, все остальное происходит почти автоматически.

После раскрытия всех трех полостей в области живота необходимо закрепить обретенный навык, научиться произвольно вызывать движение энергии в любой полости по отдельности и во всех них последовательно, при движении внутреннего дыхания как сверху вниз, так и снизу вверх. Для этого достаточно 1—1,5 часа при ежедневных упражнениях.

Результатом станет постепенное исчезновение всех болезненных ощущений в области живота (если они у вас были) и появление в нем своеобразного ощущения внутренней гармонии, внутренней теплоты, означающей, в частности, начало оздоровления всех органов брюшной полости. Это – близкий результат, достижимый практически для каждого.

Что же касается следующих результатов, то заполнение энергией первой полости позволяет человеку обрести ощущение стабильности, слитности с реальностью. Вторая полость дает возможность установления полного контроля над всеми эмоциями, всеми желаниями, что означает не столько возможность их подавления, сколько возможность их полной реализации. Раскрытие третьей полости обеспечивает развитие способности к полной концентрации на любом объекте внешнего мира.

«Магический портал» раскрывается обычно через несколько недель упражнений, направленных на нагнетание энергии во 2 и 3 полость. Вы ощутите, как ваш живот заполняется какой-то плотной субстанцией, свободно циркулирующей в этих полостях и во всем животе. Иногда это сопровождается болезненными ощущениями, не наносящими, впрочем, никакого ущерба здоровью. Сначала изредка, а потом все чаще эта субстанция будет стремиться вырваться наружу, сквозь «щель», расположенную в районе пупка. Когда это произойдет впервые, вы не сможете контролировать процесс, поэтому просто наблюдайте за происходящим. Навыки приходят с течением времени.

Есть и более отдаленные результаты, но описывать их здесь нет необходимости. Дело в том, что этот СЕКРЕТ, как и любой другой СЕКРЕТ, в современном мире почти невозможно использовать. Есть люди, у которых хватит терпения действительно проделывать все это в течение достаточного промежутка времени и в конце концов получить обещанные результаты. Но таких людей единицы, и часто они несут в себе «внутренний излом», затрудняющий их развитие, вернее, направляющий их в какую-то одну жестко заданную сторону. Что же касается остальных, то у них просто не хватает силы для того, чтобы использовать этот СЕКРЕТ. Многие смогут сделать это несколько раз только для того, чтобы убедиться в справедливости сказанного. Если у кого-то есть проблемы со здоровьем, то не исключено, что он будет заниматься до полного освобождения от болезненных ощущений. Все это легко, на этом этапе никаких проблем не возникает. Но стоит двинуться дальше, как все изменится.

В лучшем случае вы будете помнить о том, что есть некая любопытная методика и стоит ею как-нибудь заняться. Но постоянно будут возникать более важные, более нужные дела, пока вы просто не забудете о прочитанном.

В худшем вы действительно начнете действовать и даже достигнете каких-то результатов, пока вдруг в вашей жизни не произойдет что-то, что заставит вас полностью прекратить все шаги в этом направлении. Это могут быть неприятности или, наоборот, шанс добиться успеха, который потребует от вас отдачи всех сил. Это может быть что-то, напоминающее потерю памяти: вся информация, связанная с вашими попытками обрести силу исчезает из вашего сознания так же бесследно, как сон после пробуждения. Иногда, через несколько лет она воз-

вращается, и это дает вам шанс предпринять новую попытку, впрочем, обычно столь же безуспешную.

Хуже всего, когда вы действительно достигаете успеха, когда обретаете способность проделывать фокусы, которые другие люди принимают за чудеса. К чудотворцам всегда относятся как к посланникам высших сил, и стоит вам только продемонстрировать свои способности, как найдется куча желающих идти за вами хоть на край света или (что для практической жизни более важно) отдать вам последнюю копейку. Есть огромное количество возможностей использовать СЕКРЕТ для того, чтобы добиться немедленного успеха в обыденном мире. И от этого соблазна не может удержаться почти никто.

А дальше происходит следующее: от вас ждут откровений, а вы можете только управлять несколькими слабыми «щупальцами», исходящими из центра живота, силы которых достаточно лишь для перемещения небольших предметов. То есть со временем вы обрели бы большее, но этого времени у вас нет, от вас ждут чудес здесь и сейчас. И вам приходится «надувать щеки», притворяться, иными словами – создавать и развивать ложное тело. А ложное тело всегда отгораживает от источника силы, и очень скоро ваши способности полностью пропадут. Люди же, которые вам поверили, останутся с вами, и вам придется притворяться, скрывая факт «своего банкротства» до конца своей жизни. Из этой ловушки вырваться почти невозможно.

Неважно, что произойдет именно с вами, важно, что это обязательно произойдет. И этот факт делает знание СЕКРЕТОВ почти бесполезным.

Когда-то ситуация была иной. Людей, которые действительно могли идти по пути знания, было больше, чем эти пути могли вместить. Между ними существовала определенная конкуренция, поэтому знание о коротких путях держалось в секрете. Кроме того, сам мир во многом сохранял магический характер. Колдуны и ведьмы были неотъемлемой частью общей картины, а в этих условиях овладеть СЕКРЕТАМИ было гораздо проще, поэтому действительно знание СЕКРЕТОВ ценилось очень высоко.

С тех пор все изменилось. Мощь сил, которые «опекают» человека, удерживают его в отведенных ему рамках, возросла неимоверно, а картина мира упростилась до таких пределов, в которых СЕКРЕТАМ просто нет места. Поэтому сегодня пройти этот путь почти невозможно.

Но есть шанс, связанный с природой человека. Человек – единственное существо во вселенной, которое может менять свою картину мира. А изменить мир – значит изменить правила игры, вернее, вернуться к настоящим правилам, избавившись от всех ограничений. Это путь знания, на котором раскрытие СЕКРЕТОВ является лишь одним из элементов. И это единственный путь, на котором можно получить реальные результаты.

Я думал о форме изложения. Конечно, описание самого процесса обретения знания гораздо интересней, чем изложение результатов. К сожалению, у меня нет на это времени. Поэтому придется ограничиться главным, сократив все «иллюстрации» до минимума. Чтение этой книги не удовольствие, это работа и иногда – тяжелая работа. Но дело того стоит.

## 1. ПРАВИЛА ИГРЫ



На первый взгляд, проблема достижения бессмертия настолько проста, что неразрешимость этой проблемы (по крайней мере, видимая неразрешимость) представляется необъяснимой. С точки зрения современного научного знания бесспорны следующие факты:

Тело человека находится в постоянном обновлении, оно представляет собой процесс, а не материальный субстрат. Те материальные частички, из которых было сложено наше тело год назад, не имеют ничего общего с частицами, образующими наше тело сегодня. А это означает, что оно изначально способно к бесконечному восстановлению и обновлению в соответствии с заложенной в нем «информационной матрицей», которая и определяет порядок расположения этих частиц в нашем теле.

С учетом современных знаний о процессах наследственности и о структуре ДНК «информационную матрицу» можно определить как определенный центр тела человека, содержащий в себе его «активированный» уникальный генетический код, обеспечивающий поддержание правильной структуры его физического тела. Тело человека подвержено процессам старения и смерти, основная причина которых – в увеличении числа «сбоев», элементов хаоса в функционировании нашего тела. Иначе говоря, «информационная матрица» нашего тела начинает функционировать с ошибками, и число этих ошибок увеличивается по мере увеличения возраста человек. Есть факторы, ускоряющие этот процесс, есть замедляющие, но во всех случаях деградация «информационной матрицы» нашего тела является фактом нашего существования.

На протяжении всего срока жизни человека и даже некоторое время после его смерти его тело содержит бесчисленное множество изначальных неизменных копий его «информационной матрицы» – молекул ДНК, несущих в себе его уникальный генетический код. Очевидно, что есть принципиальная возможность использования этих копий для ремонта «большой мат-

рицы» – активированного кода, обеспечивающего постоянное восстановление и обновление нашего тела. Дело лишь в том, чтобы найти подходящие технологии.

В этой цепочке рассуждений нет никаких логических изъянов, более того, она полностью согласуется с современными представлениями и о человеке, и о правилах мира. Учитывая значимость цели, вопрос с технологиями (с научными, медицинскими технологиями) может быть решен в течение нескольких лет. Так казалось бы, в чем же дело?

В действительности попытки такого рода предпринимались неоднократно. Технологии трансмутации, превращения сексуальной энергии в жизненную силу есть почти во всех школах, исходящих от древнего знания, а в системе даосской йоги они доведены до уровня практического руководства почти для всех желающих. Но проблема не только в их сложности и трудоемкости. Проблема в том, что результаты, которые они дают, оказываются нестабильными. Омоложение действительно наступает, но если человек возвращается в обыденный мир, к той жизни, которую он вел до этого, то результаты утрачиваются очень быстро.

Причина в том, что человек – это существо, теснейшим образом вплетенное в ткань реальности, связанное с ней множеством нитей. И изменение одной или нескольких нитей не дает почти ничего. Есть силы, которые питаются энергией человека, и стоит найти способ увеличить его энергетический потенциал, как вся полученная с таким трудом дополнительная энергия извлекается из него очень быстро.

Мы живем в мире, который подчиняется определенным правилам, и с этим фактом никто не может ничего поделать. Даже силы, создающие мир и управляющие миром, не могут нарушить правила, вернее, они могут нарушить правила, лишь разрушив этот мир. Поэтому знание правил – исходная точка движения вперед.

Законы нашего мира на самом деле очень просты. Проблема в том, что их больше, чем мы думаем. Каждый из нас может существовать в нескольких пространствах, в нескольких измерениях, правила которых не только отличаются друг от друга, но в некоторых случаях оказываются абсолютно противоположными. И осознание одного только этого факта иногда оказывается достаточным для полного освобождения. Поэтому мы начнем с конца – с наших собственных ритмов, определяющих тот грандиозный узор, в который складывается наша жизнь.

Представление о многомерности человеческого существования выглядит довольно фантастично, но убедиться в том, что это именно так, очень просто, достаточно лишь заглянуть внутрь своего собственного сознания.

Предположим, вам по какой-то причине приходится постоянно взаимодействовать с неким неприятным вам человеком, человеком, который вас раздражает. Это совершенно нормальная ситуация, разные люди обладают разным типом энергетической структуры, при этом есть структуры, изначально противоположные друг другу. В этом случае само присутствие человека с противоположной энергетической структурой является для вас объективно травмирующим фактором.

Совершенно нормально и желание свести взаимодействие с этим человеком к минимуму. Если же это невозможно (например, двух людей заперли вместе с ним в одной маленькой камере и выпускать не собираются), то ситуация начнет усугубляться. Взаимная неприязнь будет постоянно усиливаться, и каждый из них будет все чаще ловить себя на желании физически уничтожить другого человека. Разумеется, от желания до его воплощения огромная дистанция, но само это ощущение – жажда уничтожения всего мешающего – знакомо каждому. Вспомните стояние в автомобильных пробках, когда вы опаздывали на важную встречу и просто физическую ненависть ко всем, мешающим вам проехать. Да и дистанция не столь велика: опыт вынужденной изоляции показывает, что даже так называемые «высококультурные» люди легко проходят ее за несколько месяцев и решаются на убийство своего «сокамерника». На этом уровне у человека просто нет другого выхода. Вернее, он может полностью

сдаться, то есть просто уничтожить себя сам. Или убийство, или самоубийство. Но в этом случае самоубийство является худшим вариантом.

В реальной жизни такое случается достаточно редко. Обычно взаимоотношения выходят на следующий уровень. На этом уровне каждый старается подчинить себе своего оппонента, чтобы «переделать» его по собственному подобию. В действительности переделать энергетическую структуру человека нельзя, можно только ее разрушить. И здесь истинная цель «общения» – именно разрушение «светимости» другого человека, его личностных структур. Этот процесс сопровождается «высасыванием» из оппонента особого рода энергии, что дает ощущение почти физического удовлетворения. Ситуация оказывается разрешена: поскольку более сильный может использовать другого для своего собственного «питания», он уже стремится к расширению контактов с ним. Но как бы «воспитатель» не уверял себя в том, что его цель – перевоспитать другого, сделать его лучше, в действительности на этом уровне он просто получает удовольствие и энергию от разрушения некоторых энергетических структур другого человека. Если вдруг его усилия увенчаются успехом и ему удастся перевоспитать другого, то есть подогнать его под собственную матрицу, то вместо чувства удовлетворения он ощутит только разочарование. Ему уже нечего разрушать, неоткуда получать энергию, и общение с оппонентом утрачивает всякий смысл.

Здесь есть один интересный момент. В сфере человеческих отношений в наиболее яркой форме этот уровень присутствует в садомазохистских играх. Известно, что число «мазохистов», то есть людей, получающих удовольствие от разрушения собственной структуры, по крайней мере не меньше, чем число «садистов». И это кажется непонятным.

Дело в том, что есть определенные механизмы, позволяющие человеку восстанавливать разрушенные элементы. Если издевательства, унижения и боль не заставили вас сдаться, не разрушили полностью тот внутренний центр, который обеспечивает ваше существование на этом уровне, то все восстанавливается очень быстро. И этот процесс восстановления сопровождается поступлением энергии из неких высших источников, что субъективно переживается как состояние эйфории. Каждому знакомо это ощущение «пережитой опасности», будь то опасность хирургического вмешательства, серьезных неприятностей на работе или во взаимоотношениях с близкими людьми – везде, где под угрозой оказывались значимые для нас элементы нашей личности, вернее, нашего энергетического тела. И если угроза была действительно серьезной, например, если наша жизнь или наше будущее могло быть полностью разрушено, то удовольствие, которое мы испытываем после нейтрализации угрозы, гораздо сильнее, чем после приема самых сильных наркотиков.

То есть в садомазохистских парах один использует энергию другого, а другой – энергию высших сфер, и в результате все оказываются довольны. Этот механизм и позволяет человеку существовать на этом уровне очень длительное время. Более того, он позволяет неким силам использовать энергию человека для собственного развития с его согласия. Но об этом чуть позже.

В современном обществе чаще бывает так, что ни один из партнеров не может подчинить другого человека непосредственно, то есть подавить его волю, используя свою силу. Тогда общение переходит на следующий уровень – уровень ВЛАСТИ. Здесь главное – создать структуру отношений, в которой один – начальник, а другой – подчиненный. Для достижения этой цели могут использоваться различные механизмы: знания, лесть, обман, структура социальных отношений и т. п., но результат всегда один: в личности другого человека, в его энергетическом теле формируется ваш образ, ваше «отражение», которое все в большей и большей степени берет на себя контроль над этим человеком. А это дает вам ощущение расширения собственного «Я», возрастания мощи и масштабов своего существования, что оказывается настолько приятным, что заставляет вас полностью примириться с фактом существования этого человека рядом с вами.

С другой стороны, у большинства людей «Я» настолько бесформенно и противоречиво, что они легко отказываются от него, предпочитая служить любому, кто освободит их от принятия решения. Проблема только в том, чтобы убедить другого в том, что вы действительно в состоянии решить его проблемы лучше, чем он сам. Но если вы готовы взять на себя ответственность за него, то это не очень сложно.

Здесь надо сделать одну оговорку. И стремление к власти, и желание подчиняться власти другого исходят из одного источника – из неустойчивости собственного «Я». Если кому-то удалось сформировать в себе настоящее «Я» – определенную структуру, способную к устойчивому существованию, то он уже не может получать энергию этого уровня, вернее, он не нуждается в ней. Для этого человека власть – всегда обуза, и если он использует ее, то никогда не получает от этого удовольствия. То есть возможности взаимодействия партнеров на этом уровне зависят от их «несовершенства».

Но и в других случаях взаимодействие на этом уровне – уровне ВЛАСТИ почти всегда оказывается незавершенным и неустойчивым. Если ваш партнер признает ваше превосходство в чем-то одном, то сразу же требует признать его верховенство в других вопросах. Конечно, вы можете определить общие правила игры, но это не даст полного удовлетворения ни вам, ни вашему партнеру. А это значит, что ситуация скорее всего будет развиваться по нисходящей, вплоть до попыток (реальных или воображаемых) физического уничтожения партнера. Единственный выход здесь – в переходе на высшие уровни взаимодействия между людьми.

Четвертый уровень становится главным, когда вам и вашему «сокамернику» удастся найти общую точку приложения сил, общую задачу, решение которой жизненно важно для вас обоих. Предположим, вы действительно заперты в каком-то помещении (оказались под завалами, заблудились в пещере и т. п.) и главная цель вашей жизни – выбраться отсюда. В этих условиях все, что вас разделяло, отходит на второй план, и если вы действительно поймете это осознаете на каком-то глубинном уровне, то вы начинаете действовать как единое целое. Один из вас может быть намного слабее другого, но усилия обоих в равной степени необходимы. Например, чтобы выбраться, вам надо поднять крышку люка, которая весит 150 кг.

Сильный может поднять 130 кг, а слабый всего 20 кг, но сильный не сможет выбраться без помощи слабого точно также, как и слабый без помощи сильного. Это – равенство в его высшем смысле, когда усилия каждого необходимы для достижения конечной цели, а неравенство сил вообще не имеет значения.

Конечно, это условная ситуация, но и в нашей обыденной жизни все обстоит именно таким образом. Если вы сильнее, вы сможете обойтись и без поддержки своих партнеров, но тогда вы не сможете, не успеете сделать что-то другое, может быть гораздо более важное. Когда есть цель – единая и жизненно важная для всех, то если каждый вложил все, что имел, то все вложили одинаково. Здесь нет необходимости командовать или подчиняться, а уж тем более «пожирать» своего партнера или уничтожать его. Другое дело, что наша жизнь настолько оторвана от реальности, что найти такую цель почти невозможно.

Пятый уровень взаимодействия присутствует в нашей жизни только в искаженной и чрезвычайно упрощенной форме. Его суть – в нахождении какой-то общей основы, которая присутствует в каждом из вас и которая больше, чем вы. Когда-то это была ЛЮБОВЬ к БОГУ, сейчас это чувство упростилось до чрезвычайности. Тем не менее, оно срабатывает.

Представьте себя страстным болельщиком, человеком, для которого успехи и поражения любимой команды значат больше, чем события собственной жизни. Если вы узнаете, что другой человек, которого вы воспринимали как врага или как досадную помеху, болеет за ту же команду, то ваше отношение к нему сразу же изменится. Те чувства, которые вы испытывали к любимому клубу, перейдут и на вашего партнера. Вы можете буквально возлюбить его как брата, и все проблемы, которые были в ваших взаимоотношениях, разрешатся сами собой.

Есть один минус: то чувство, которое мы называем любовь, имеет своей оборотной стороной ненависть. Если вы болеете за свой футбольный клуб, то другие клубы и их болельщики являются вашими заклятыми врагами по определению, если вы патриот своей страны, то любой, считающий, что его страна лучше вашей, подлежит немедленному моральному, а лучше физическому уничтожению. То есть наша любовь основывается на ненависти, мы вырываем из реальности какой-то кусочек и любим его только в противопоставлении всем другим кусочкам. В основе всех войн и большинства преступлений лежит именно наша любовь. Католики убивают протестантов и наоборот, для мусульман христиане (неверные) – враги по самому факту своего существования. При этом их любовь к своему богу (вернее, то чувство, которое они называют любовью) может быть искренним и сильным.

Казалось бы, есть одно исключение из этого правила. Когда мужчина любит женщину или наоборот, они не начинают ненавидеть всех других мужчин и женщин. Наоборот, их отношение к другим обычно меняется в лучшую сторону. Действительно, в основе этого чувства лежит то небольшое реальное, что еще осталось в нашей жизни. Любовь в ее сексуальном проявлении изначально является соединением с высшей сущностью – с родом человеческим, с биологической стороной этого рода. Другой для нас является олицетворением сил самого рода, и если нам удастся удержаться на этом уровне, то наше чувство не имеет оборотной стороны. Но это не удастся почти никому. Если наше чувство сильно, то мы начинаем подозревать всех окружающих в намерении отнять у нас нашу половину, если же наша любовь слаба, то очень скоро мы убеждаемся в том, что есть огромное количество других достойных претендентов на роль любимого человека. Или ревность, или равнодушие: найти третий путь удастся очень немногим.

Суть очень проста: когда любовь обращается на несовершенный объект (или когда наше восприятие объекта неправильно), она всегда обращается в свою противоположность. А ненависть – это всегда желание разрушения, то есть возврат ко второй форме взаимодействия с реальностью. То есть попадая на пятый уровень, мы почти всегда возвращаемся ко второму уровню. Тем не менее почти у каждого из нас есть некое представление об отношениях, основанных на чувстве ЛЮБВИ.

Но обычно нам не удается удержаться на этом уровне (даже в доступной для нынешнего человека искаженной форме) длительное время. И дело не в эгоизме, обычный человек находится в постоянном конфликте с самим собой, он не любит себя. Дело в том, что мы просто утратили способность к этому чувству, способность к взаимодействию (продолжительному, устойчивому взаимодействию) на этом уровне. В результате мы оказываемся в безвыходной ситуации.

Мы не можем уничтожить неприятного нам человека физически из-за некоторых заложенных внутри нас норм и правил, а еще из-за страха того, что если мы выйдем на этот уровень взаимодействия, то можем оказаться уничтоженными сами.

Мы не можем использовать его в качестве источника энергии потому, что он не слабее нас и не хочет играть эту роль. И опять же страх и нравственные нормы. Если у нас нет формальных полномочий, то мы не можем подчинить себе другого человека, заставить кружиться вокруг нас, не давая ему тех же прав (в большем или меньшем объеме) относительно нас.

Мы не можем соединить наши усилия для достижения настоящей цели, потому что просто не знаем, что есть настоящая цель. И мы не можем почувствовать его частичкой той же высшей сущности которая живет внутри нас, так как внутри нас нет никакой высшей сущности. И в результате наше взаимодействие с другими людьми почти всегда утрачивает внутреннюю основу и превращается в набор лишенных силы ритуалов.

Правда есть еще шестой уровень, но он доступен лишь некоторым из нас и на очень непродолжительное время. Когда мы попадаем на него, все меняется и мир вокруг нас становится единой картиной, из которой нельзя ничего извлечь и в которую нельзя ничего добавить.

Мы сами – часть этой картины, и это дает нам ощущение невообразимой мощи и совершенства. На этом уровне неприязнь к другому человеку просто не может существовать. Когда мы находимся в этом состоянии, то энергетическая структура нашего тела меняется так, что она находится в гармонии со всеми существами нашего мира. Любой человек, как бы невосприимчив он не был, моментально ощущает эту перемену и его единственным чувством по отношению к вам становится желание быть с вами рядом. Это не любовь, это желание находиться в вашем поле, почувствовать через вас ту целостность мира, которую ощущаете вы. Понятно, что здесь нет места никаким проблемам во взаимоотношениях с другими людьми.

Итак, есть шесть уровней восприятия внешнего мира и воздействия на него. Каждый из них как раз и соответствует тем измерениям, которые ограничивают наше существование и определяют ритм нашего танца. И в каждом есть частичка СИЛЫ, которая может сделать нас могущественными существами и которая понадобится нам в дальнейшем путешествии. Проблема лишь в том, что мы разучились танцевать правильно. А СЕКРЕТ в том, что одного понимания этого иногда оказывается достаточно для восстановления правильного РИТМА ТАНЦА.

## 2. РИТМЫ ТАНЦА



Во всем спектре вопросов, связанных с уровнями существования человека, с ритмами его танца, есть один аспект, исследованный методами научного знания. Именно его мы и возьмем за точку отсчета.

Известно, что функционирование мозга сопровождается спонтанной электрической активностью – так называемыми «ритмами мозга». То есть сознание, мозг человека может пребывать в нескольких основных состояниях, каждому из которых соответствует определенный набор ритмов, составляющих электроэнцефалограмму:

дельта-ритм (от 0.5 до 4 колебаний в секунду);

тэта-ритм (от 5 до 7 колебаний в секунду); яльфа-ритм (от 8 до 13 колебаний в секунду); сигма-ритм – «веретена» (от 13 до 14 колебаний в секунду); бета-ритм (от 15 до 35 колебаний в секунду); гамма-ритм (от 35 до 100 колебаний в секунду).

Кроме того, обнаружен еще один ритм мозга, пока не получивший названия. Его частота колебаний находится в диапазоне 150 и более герц.

Известно и то, что в обычном состоянии из всего частотного спектра ритмов мозга у людей, наблюдающих одно и то же, синхронизируется только альфа-ритм. То есть хотя они и видят одно и то же, но воспринимают увиденное по-разному. Каждый живет в своем мире, отделенном от мира другого почти непреодолимым барьером. Это обычное состояние людей.

Но в некоторых случаях ритмы мозга собеседников могут объединяться и сливаться в единый ритм. В наиболее явной форме это происходит в состоянии гипноза. При этом у гипнотизируемого полностью пропадает альфа-ритм, то есть он перестает воспринимать реальность, а все другие ритмы синхронизируются с ритмами гипнотизера, звучат в унисон, в почти полной гармонии.

Гипноз – это крайний и искаженный случай. В действительности явление резонанса встречается в нашей жизни гораздо чаще, почти каждый раз, когда вы переходите от распознавания слов собеседника до понимания того, что он хотел сказать. Фактически это особая высшая форма общения, слова в которой играют вспомогательную роль, а передача информации идет на энергетическом уровне. И это общение может происходить на каждом из уже рассмотренных нами уровней, то есть основываться на одном из ритмов мозга. С определенной степенью условности можно сказать, что дельта-, тэта- и альфа-ритмы активируются при восприятии уровней **ЛЕВОЙ СТОРОНЫ**, а бета, гамма и «безымянный» ритм – при восприятии уровней **ПРАВОЙ СТОРОНЫ**. Вернее, в диапазоне каждого из этих ритмов есть некий главный ритм, обеспечивающий возможность непосредственного восприятия СИЛ, действующих на каждом уровне, и взаимодействия с ними. И если нам удастся воссоздать внутри себя этот главный ритм, то обычный набор бессмысленных движений, который каждый из нас повторяет всю свою жизнь, превратится в космический танец, который может длиться вечно. Вот, собственно говоря, и все.

Из всей зоны **РИТМОВ ТАНЦА** первый уровень – уровень дельта-ритмов – может быть очень опасен. Силы, обретаемые нем, представляют громадную угрозу не только для окружающих нас людей, но и для нас самих. Поэтому описание правил этого уровня будет достаточно кратким. Хотя для некоторых сказанного окажется достаточно. И тогда им придется решать проблему – двигаться по этому пути или нет. А это как раз тот вопрос, на который может и должен ответить самостоятельно.

## 2.1. Дельта Ритм



Зона дельта-ритмов отделена от нас почти непроходимым барьером. И это неудивительно, так как именно в этой зоне таятся силы, которые противны самой природе человека как светящегося существа. Любые попытки проникновения за барьер всегда воспринимаются нами как нечто ЧУЖДОЕ. Хотя именно здесь РИТМЫ ТАНЦА обретают свою изначальную форму.

Танец... Древнейшее магическое действие, значение которого сегодня утрачено почти полностью. Танец (как и дельта-ритм) связан с такими структурами нашего тела, которые почти не относятся к МИРУ ЧЕЛОВЕКА. Стоит нам услышать ритмичную музыку или просто удары барабана, как что-то моментально приводит наше тело в движение. То есть мы можем сохранять видимую неподвижность, но наши мышцы будут напрягаться и сокращаться в такт. Правильному ритму противостоять невозможно, и он действует на наше тело, минуя сознание. Более того, его действие проявляется на том уровне, который предшествует ЖИЗНИ. И хотя это кажется абсурдным, в этнографической литературе можно найти множество подтверждений этому. Любой обряд «оживления мертвых» связан с использованием дельта-ритмов.

В некоторых религиозных общинах Тибета в похоронную церемонию включается «оживление мертвого тела». Изначальный смысл этого – разорвать связи, соединяющие душу и тело, что обеспечивает более благоприятные условия посмертного существования. Внешне процедура достаточно проста: тело располагается в центре некоего круга и окружается «звуковым полем» – ритмическими звуками специальных ударных инструментов, частота которых находится как раз в границах дельта-ритма. Через некоторое время тело встает, проходит по кругу и вновь укладывается в центре. Здесь важен следующий факт: при проведении процедуры обязательно участие духовного лица, контролирующего происходящее, но согласно представлению тибетцев его вмешательство необходимо лишь для того, чтобы мертвое тело вновь вернулось в состояние смерти. А его оживление происходит как бы автоматически под воздействием правильного ритма. Аналогичная практика наблюдалась и у многих племен Африки, в частности – в ритуалах БУДУ. Во Вьетнаме и в других странах Юго-Восточной Азии практика привлечения «мертвецов» к работе на рисовых плантациях вплоть до последнего времени была

фактом, по крайней мере – общественного сознания. Правда, здесь оживление мертвых, создание ЗОМБИ становится самоцелью. Но главное – использование ритмических звуковых колебаний с частотой дельта-ритма как основы ритуала оживления остается постоянным во всех культовых практиках.

Но здесь есть один важный момент. Если вы возьмете обыкновенный барабан и станете колотить в него рядом с покойником, то результаты окажутся нулевыми. Даже если вы подслушаете и заучите правильный ритм. Дело в том, что во всех случаях источником правильного «магического» дельта-ритма могут стать только другие люди. Барабаны только инициируют процесс, они приводят людей, участвующих в церемонии, в нужное состояние, а непосредственное воздействие на мертвое тело оказывает не звук, а их коллективный дельта-ритм, имеющий иную природу и гораздо более сложную структуру.

И это общее правило. Можно зафиксировать частоту и амплитуду колебаний, можно попытаться их воспроизвести, но до тех пор пока они не будут пропущены через человека, через его «магические центры», они не обретут реальной силы.

Приведенный пример относится к той стороне дельта-ритмов, которая почти никак не соприкасается с обыденной жизнью современного человека. А в ней все гораздо проще и гораздо страшнее. Те элементы главного дельта-ритма, которые еще доступны человеку, пробуждают в нем силы, обладание которыми, на первый взгляд, заманчиво и безусловно полезно. Если определить их все одним словом, то это слово будет САМОДОСТАТОЧНОСТЬ.

САМОДОСТАТОЧНОСТЬ – это почти несокрушимое здоровье, а в своей полной форме – абсолютная неуязвимость.

САМОДОСТАТОЧНОСТЬ – это способность и стремление к самостоятельному существованию. Самодостаточный человек, попав на необитаемый остров, найдет способ подчинить этот остров себе, переделать его в соответствии с собственными потребностями. И когда он сделает это, он доплывет до следующего острова и переделает с ним то же самое. Это его путь, и на этом пути другие люди для него – только помеха.

САМОДОСТАТОЧНОСТЬ – это абсолютная убежденность в своем превосходстве над всем сущим. Причем это деятельная убежденность, в которой нет места фантазиям, а каждое решение сразу же превращается в конкретное действие, в конкретный удар по очередному врагу.

САМОДОСТАТОЧНОСТЬ – это та система координат, в которой поражение полностью исключено. САМОДОСТАТОЧНЫЙ человек может погибнуть, но никогда не может проиграть. Где-то внутри себя он осознает, что сам факт смерти в битве делает его сильнее и является лишь ступенью на пути восхождения на самую вершину.

САМОДОСТАТОЧНЫЙ человек, исходящий от него ЗАПАХ СИЛЫ обладают почти неотразимой притягательностью для других людей, готовых следовать за ними куда угодно.

В принципе, это люди, которые могут быть «на острие атаки», люди, которым по силам завоевывать и обустривать целые миры, это герои, путешественники и первопроходцы. Единственное, чего не могут САМОДОСТАТОЧНЫЕ люди, это сосуществовать рядом с другими людьми. И это ПРАВИЛО, заложенное в саму сердцевину их энергетической структуры.

В примерах из предыдущей главы мы начали с того, что какой-то человек нам неприятен. Я уже говорил, что во многих случаях это объясняется особенностями нашего взаимодействия с ним на энергетическом уровне. То есть общение с этим человеком каким-то образом нарушает процессы функционирования нашего большого тела.

Это и есть общее правило. Дельта-ритм – это ритм МИРА ДРЕВНИХ, ритм связанного с ним тела, не имеющего границ и стремящегося к беспредельному расширению. На этом уровне любой объект, имеющий схожую с нами структуру, всегда является травмирующим фактором, и чем ближе он к нам, тем больше исходящая от него угроза. С этой точки зрения

любой человек, находящийся в поле нашего тонкого тела, всегда или разрушает нас, или разрушается сам.

Сказанное может показаться парадоксальным. Мы знаем, что человек – это коллективное существо, для которого высшая ценность – это ценность общения с другими людьми. Самое страшное наказание для нас – изгнание, изоляция, и наоборот, есть множество людей, которые могут существовать только в «толпе», в условиях почти физического контакта с другими. Стремление прижаться, прикоснуться к симпатичному нам человеку свойственно почти каждому, и это стремление исходит не из сферы сексуальных отношений, оно гораздо глубже – прикосновение к МАТЕРИ есть прикосновение к РОДУ, и каждый контакт воспринимается нами прежде всего, именно в этом контексте.

Вместе с тем высшая ценность, которой может обладать человек в нашем мире, – это СВОЯ ТЕРРИТОРИЯ, часть реальности, на которую никто не может «вторгнуться» без нашего разрешения. Это может быть отдельный кабинет, своя комната или хотя бы свой стол или кресло. И статус, и мироощущение человека всегда определяется размерами его ТЕРРИТОРИИ. Если у вас есть подчиненные, то вы почти всегда можете позволить себе накричать на любого из них, лишиться премии, урезать зарплату или даже не платить ее вовсе. Все это не вызовет катастрофических последствий. Но попробуйте лишиться кого-то отдельного кабинета или собственного рабочего стола – это действие будет воспринято как прямое физическое насилие и вызовет соответствующую реакцию.

Известно, что самый эффективный инструмент подавления, разрушения индивидуальности человека – лишение его СВОЕЙ ТЕРРИТОРИИ. Жизнь в условиях общего пространства – в казармах или в тюремной камере – накладывает на человека почти неизгладимый отпечаток, хотя и там за ним сохраняют право на обладание какими-то индивидуальными вещами, кусочками СВОЕЙ ТЕРРИТОРИИ. Если же лишиться человека вообще всего, то его «я» может быть разрушено в течение нескольких дней. Вместе с тем он сохранит возможность физического существования, более того, он вполне может стать примерным членом общества. В этом суть того парадокса, о котором я упоминал. Контакт с другим опасен для человека, обладающего собственным дельта-ритмом, индивидуальным тонким телом. Но для человека как общественного существа собственный дельта-ритм – роскошь, которую могут позволить себе немногие.

Более того, все направлено на разрушение этой структуры тела человека. И это не чья-то злая прихоть, это необходимое условие для того, чтобы люди могли взаимодействовать между собой, не стремясь при этом уничтожить друг друга. Тем не менее, какие-то элементы тонкого тела, дельта-ритма сохраняются в структуре ритмов большинства людей просто как предпосылка их способности к самостоятельному существованию. И поэтому взаимодействие на уровне дельта-ритмов происходит почти всегда, и почти всегда оно приводит к определенным нарушениям наших внутренних структур. Проще говоря, если двух человек запереть в одной камере, запретив при этом любые формы общения, то в 100% случаев слабейший из них заболеет и умрет. Процесс может занять несколько дней, недель или месяцев, но конечный результат всегда будет именно таким.

Из этого правила есть три исключения: Во-первых, это кровное родство. То есть люди, имеющие близкий к нам генетический код, оказывают на нас гораздо меньшее воздействие, то есть мы вполне можем ужиться, вернее, физически сосуществовать с ними на одной территории.

Во-вторых, это наши сексуальные партнеры. Секс – многоуровневый процесс, и на уровне дельта-ритмов он не имеет ничего общего с продолжением рода. Здесь цель – обмен определенными информационными структурами, приводящий к гармонизации наших «тонких тел»; к возможности их физического сосуществования. Не так давно было обнаружено, что в определенных структурах женского тела до конца ее жизни сохраняются фрагменты ДНК всех ее сексуальных партнеров. Более того, соответствующие исследования позволяют со 100% гаран-

тием установить не только факт «измены» женщины, но определить, кто конкретно принимал в этом участие. При этом, чем интенсивнее были сексуальные отношения, тем большим изменениям подвергалась «информационная матрица» женщины, то есть тем похожее на партнера она становилась.

Секс на уровне дельта-ритмов вообще парадоксален. Пока партнер обладает «индивидуальностью», пока он отличается от нас, мы активно используем тот инструмент, который позволяет нам изменить его, подогнать его под свои рамки. Но как только результат достигнут – общность биоэнергетических структур позволяет нам комфортно сосуществовать друг с другом, то сексуальная активность идет на спад. С одной стороны, почти полное взаимопонимание, теплота и душевный комфорт, то есть все слагаемые для счастливой семейной жизни, а с другой стороны – снижение сексуального влечения между партнерами почти до нулевых отметок. И пока секс остается на уровне дельта-ритмов, на уровне «переделки» партнера (а это у человека господствующий уровень сексуальных отношений), такой вариант развития событий неизбежен. Хотя выход есть, и очень многие пары его используют, не понимая механизма его действия. Включение в свое тело внешних информационных структур, то есть «супружеская измена», сразу же уменьшает достигнутый уровень гармонии, делая партнеров «чужими», подлежащими дальнейшей «переделке». А это значит, что все механизмы сексуальной активности на уровне дельта ритмов запускаются вновь.

В-третьих, есть определенная форма дельта-ритма, при которой другой человек окружается, «обволакивается» тонким телом партнера по взаимодействию, как бы включается в его структуру. Такая форма общения на уровне дельта-ритмов по субъективным ощущениям комфортна и приятна, хотя при постоянном взаимодействии она также ведет к уничтожению слабейшего, к его растворению в структурах сильного. Проще говоря, человек, попавший внутрь поля другого, через некоторое время полностью утрачивает способность к самостоятельному существованию, вернее – к самостоятельному принятию решений. Оставшись один, он оказывается абсолютно беспомощным. И не потому, что он знает или умеет недостаточно, он может знать и уметь все на свете. Просто тот центр, который позволяет принимать решения, в данном случае может функционировать только под воздействием внешних дельта-ритмов, ритмов «поглотившего» его партнера. Последний вариант в чистой форме встречается достаточно редко, обычно все сводится к компромиссу, когда два человека сообща утрачивают индивидуальность и конструируют некое подобие общего тонкого тела. Но и в этом случае они могут сосуществовать на одной ТЕРРИТОРИИ.

Тем не менее все эти формы в современном мире – не правило, а исключение из правил. В большинстве случаев любой контакт с другим человеком всегда несет в себе разрушительный потенциал. Собственно говоря, об этом знает каждый по своему собственному опыту. При взаимодействии с другими людьми (кроме сексуальных контактов) мы всегда сохраняем определенную дистанцию (от 50 см до 1-; метров), позволяющую нам избежать травмирующего воздействия. И если наш собеседник в одностороннем порядке сокращает безопасную дистанцию, это воспринимается нами как агрессия, каковой она, по сути, и является.

Но как правило реальная угроза невелика. На наши дельта-ритмы, на оболочку тонкого тела влияют очень многие процессы – магнитные бури, атмосферные явления и т. п. и это влияние мы ощущаем адекватно, то есть как ухудшение физического самочувствия. Более того, если наш дельта-ритм устойчив, то мы всегда найдем способ уменьшить неблагоприятное воздействие – изменить положение тела, вид деятельности, заслониться каким-то другим объектом и т. п. Если же чужеродный объект не слишком велик, в некоторых случаях мы можем непосредственно воздействовать на него, не прилагая никаких видимых усилий. И он или разрушится, или отступит на необходимую дистанцию. Все это обычные танцы в ритме ДЕЛЬТА, и в них нет чрезмерных угроз. Но только до тех пор, пока мы не вышли на уровень главного ритма.

**САМОДОСТАТОЧНЫЕ** люди, о которых я гогорил, еще не представляют собой реальной угрозы для окружающих. То есть они опасны постоянной готовностью к убийству другого человека и к собственной смерти, и эта исходящая от них **ОПАСНОСТЬ** сразу же ощущается любым другим человеком, заставляя его сдаваться без борьбы. Но они притягивают, а не отталкивают. Взаимодействие с ними приятно хотя бы потому, что они иницируют в нас частичку силы. Поэтому если наши контакты кратковременно, то никакой угрозы не возникает.

Но все может быть гораздо хуже. Наверное, каждому приходилось встречать людей, находясь рядом с которыми тяжело в буквальном смысле этого слова. Это как раз воздействие на уровне дельта-ритмов. При определенной интенсивности, при воссоздании **ГЛАВНОГО** ритма оно становится смертельно опасным. При этом нет никакой агрессивности. Человек просто движется по своему маршруту, а того, что все его «враги» убегают или погибают уже при его приближении, он просто не замечает. Если он действует на уровне главного дельта-ритма, то он просто не успевает осознать угрозу – ее источник или уничтожается или отбрасывается за пределы его восприятия быстрее, чем осознается исходящее от него вредоносное воздействие.

Естественно, что существование людей с главным дельта-ритмом представляет постоянную и смертельно опасную угрозу почти для всех окружающих людей. Но дело даже не в этом. Эти люди, если бы они существовали, оказались бы угрозой для гораздо более могущественных сил. Дельта-ритм – это ритм **ДРЕВНИХ**, противостоящего и враждебного нам мира, а человек, после обретения им самосознания, способности различать «добро и зло», может сделать этот ритм основным в своей жизни, сохраняя при этом доступ ко всей энергии нашего **МИРА** и обретая возможность использовать ее для собственного роста.

Результаты этого могли бы стать катастрофическими и для нашего мира и для всей реальности. И как только некие силы попытались использовать раскрывшуюся перед ними возможность, то сразу же были созданы барьеры, отделившие человека от главного дельта-ритма.

Змей был хитрее всех зверей полевых, которых создал Господь Бог. И сказал змей жене: подлинно ли сказал Бог: «не ешьте ни от какого дерева в раю»? И сказала жена змею: плоды с дерев мы можем есть, Только плодов дерева, которое среди рая, сказал Бог, не ешьте их и не прикасайтесь к ним, чтобы вам не умереть. И сказал змей жене: нет, не умрете.

Но знает Бог, что в день, в который вы вкусите их, откроются глаза ваши, и вы будете, как боги, знающие добро и зло.

И увидела жена, что дерево хорошо для пищи и что оно приятно для глаз и вожделенно, потому что дает знание» и взяла плодов его и ела; и дала также мужу своему, и он ел.

И открылись глаза у них обоих, и узнали они, что наги, и сшили смоковые листья, и сделали себе опоясания. И услышали голос Господа Бога, ходящего в раю во время прохлады дня; и скрылся Адам и жена его от лица Господа Бога между деревьями рая.

И воззвал Господь Бог к Адаму и сказал ему: [Адам,] где ты? Он сказал: голос Твой я услышал в раю, и убоился, потому что я наг, и скрылся. И сказал [Бог]: кто сказал тебе, что ты наг? не ел ли ты от дерева, с которого Я запретил тебе есть?.. И сделал Господь Бог Адаму и жене его одежды кожаные и одел их.

И сказал Господь Бог: вот, Адам стал как один из Нас, зная добро и зло; и теперь как бы не простер он руки своей, и не взял также от дерева жизни, и не вкусил, и не стал жить вечно. И выслал его Господь Бог из сада Едемского, чтобы возделывать землю, из которой он взят. В этом фрагменте из **КНИГИ БЫТИЯ** описывается вся суть произошедших когда-то событий.

Змей, который был **ХИТРЕЕ** всех созданий Господа... Запрет на **ЗНАНИЕ**, дерево которого, кстати сказать, росло рядом с древом **ЖИЗНИ**, дарующим бессмертие... Обретение знания и мгновенно последовавшее наказание – отчуждение от собственного тела... Одежда, как знак и способ изгнания из рая...

Забавно то, что фрагмент, в котором подтверждается «правдивость» змея и обман человека Господом, сохранился в текстах священного писания без какой-либо редакционной доработки. А это значит, что в нем содержатся крупинки знания, исходящего из более высоких уровней...

Но вернемся к сути совершенных изменений. Тонкое тело, ДЕЛЬТА-тело соединено непосредственно с физическим телом человека, оно является его продолжением, почти бесконечным расширением в пространстве. То есть человек, обладающий ДЕЛЬТА-телом может соприкасаться одновременно с громадным количеством объектов реальности, получая от них энергию особого рода, используемую для выращивания «бессмертного кристалла» – предпосылки и результата главного дельта-ритма. Но этот процесс происходит, только если тонкое тело является «сознательным», то есть человек воспринимает сам факт его существования. Именно эта возможность и была заблокирована.

Стыд, испытанный Адамом в Эдеме, не имел и не мог иметь никакого сексуального оттенка. Это было отвращение к собственному телу, к определенным органам, играющим ключевую роль во взаимодействии с тонким телом, в формировании главного дельта-ритма. А отвращение, отторжение от собственного тела сразу же разорвало связь между «я» и тонким телом.

Кроме того, в поддержании главного дельта-ритма особую роль играет целостность внутренней энергетической оболочки, окружающей все наше тело на расстоянии 0,5—3 и более см. Убедиться в ее существовании может каждый, просто «вычерчивая» пальцем одной руки любые фигуры над ладонью другой руки. Эта оболочка очень податлива, и она разрушается под любым воздействием извне, в том числе под «давлением» любых предметов одежды. А разрушение этой оболочки, особенно ее разделение на верхнюю и нижнюю часть, сразу же блокирует главный дельта-ритм.

Есть еще один механизм, связанный с особенностями нашего восприятия реальности на уровне дельта-ритма. Здесь задействованы преимущественно органы осязания, осязания всем телом, всеми клеточными рецепторами. Естественно, что поступающие сигналы очень слабы, и чтобы их расслышать, необходимо находиться в «полной тишине». А постоянное раздражение клеточных рецепторов носимой нами одеждой по своей громкости равносильно шуму реактивной турбины, ревущей под самым нашим ухом. Естественно, в таком грохоте мы просто не в состоянии «услышать» что-нибудь еще.

Но все это внешние факторы. Главное – блокировка некоторых энергетических структур внутри нашего тела. Есть центральный канал, соединяющий семь центров, семь чакр, соответствующих РИТМАМ ТАНЦА. И с неких пор нижний центр, связанный как раз с зоной дельта-ритмов, отделен от остального тела «узлом», разрывающим свободный ток энергии. Пока этот разрыв существует, восстановление главного дельта-ритма невозможно. А ликвидация разрыва – это и есть преодоление отчуждения от собственного тела.

Я не буду здесь давать конкретные и детальные рекомендации по сути данной проблемы. Все вопросы, связанные с преодолением отчуждения от тела, столь же болезненны, сколь значительны результаты, которые они дают. Поэтому обсуждать их можно только в более узкой аудитории. Хотя некоторые аспекты и некоторые техники мы затронем при дальнейшем изложении. А пока же остановимся на одном моменте, который позволяет добиться некоторых результатов, не решая главной проблемы.

### **2.1.1. Танец Жизни**



Овладение главным дельта-ритмом – отдаленная и непонятная пока цель. Гораздо ближе для нас другой вопрос – восстановление и оздоровление нашего собственного тела. Дельта-ритмы связаны с процессами передачи определенного рода энергии, которая по своему качеству очень близка к «мертвой воде» из сказок. То есть эта энергия может восстановить изначальную правильную структуру всех элементов нашего тела.

Об энергетическом характере танца знает каждый. Когда мы танцуем, когда мы полностью отдаемся мелодии, мы в состоянии проделать огромную физическую работу и при этом не только не устать, а наоборот – обрести силу. В некоторых ритуалах танец может продолжаться несколько часов или даже несколько дней, что с точки зрения обычных представлений об энергетическом потенциале человеческого тела представляется абсолютно невозможным.

Секрет в том, что вся наша мускулатура, весь опорно-двигательный аппарат является не только органом действия, расходуя энергию, но и органом восприятия, позволяющим воспринимать энергию извне.

Если ритм сокращения наших мышц совпадает с некоторыми базовыми ритмами, то они входят в состояние резонанса со внешними источниками энергии и в результате каждая мышца получает больше энергии, чем затрачивает на свое сокращение. ТАНЕЦ, правильный танец, позволяет нам вступить в контакт с огромным множеством грандиозных процессов, начиная с погодных катаклизмов и заканчивая процессами космического характера. И дело не в том, чтобы повлиять на эти процессы с помощью правильного танца – сделать это очень сложно, главное – стать их частью, чтобы напитаться их энергией.

Если отвлечься от огромного множества вариантов ТАНЦА ЖИЗНИ, то общим правилом является увеличение поступающей энергии при учащении ритма сокращений мышц. То есть максимальным энергетическим потенциалом обладают движения с частотой, приближающейся к главному дельта-ритму – около четырех колебаний в секунду. Разумеется, для обыч-

ного танца, состоящего из набора заученных движений, такая частота является запредельной. Но есть способ обойти это ограничение.

Мышцы нашего тела сокращаются под действием нервных импульсов, частота которых никогда не достигает нужных значений. В то же время каждой мышце присущ внутренний ритм. Их соединение образует сложнейший гармонический узор, который и является ТАНЦЕМ ЖИЗНИ. Проблема только в том, что мы не можем пробудить его сознательно. Но всегда есть обходной вариант. Другое дело, что он опасен. Область дельта-ритма заблокирована очень могущественными силами, и, стараясь разрушить барьер, мы всегда бросаем вызов этим силам. Если мы потерпим поражение, то самое малое, что с нами может случиться, – это судорожный припадок. Поэтому если у вас есть хоть малейшая предрасположенность к эпилептическим припадкам, то лучше воздержаться от любых экспериментов в этой области. Но даже если вы абсолютно здоровы, то риск остается. Поэтому решайте сами. Можно попробовать, но если ваше тело будет противиться, то надо сразу же остановиться.

А теперь сама техника. В нашем теле с главным дельта-ритмом в наибольшей степени связаны ягодичные мышцы и мышцы нижней части живота. В роли транслятора, передающего исходный ритмический рисунок по все наше тело и наше сознание, проще всего использовать мышцы рук. То есть в общем виде техника сводится к пробуждению неких внутренних движений мышц живота, ягодиц и ног и к передаче этого ритма рукам (кистям рук) и всему телу. Это проще сделать, чем объяснить, как это сделать. Тем не менее основные правила можно сформулировать. \*Прежде всего, надо обеспечить полный контакт тела с внешним миром. Одежда, по уже указанным причинам, всегда искажает и ослабляет воспринимаемые нами энергетические поля. Поэтому нагота здесь является обязательным условием.

Есть определенные условия по выбору времени и местопребывания. Выбор местопребывания достаточно подробно рассмотрен в первом кратком выпуске МАГИИ БЕССМЕРТИЯ, которую вы без труда можете скачать из ИНТЕРНЕТА. Что же касается времени, то лучшим является время полнолуния. Но в принципе для первых этапов эти условия не являются обязательными. То есть начинать можно почти всегда и почти везде.

Исходное положение тела должно быть вертикальным. Если момент будет благоприятным и вам удастся сразу же добиться успехов, то в процессе упражнений положение тела может меняться самым причудливым образом. Но вначале позвоночник всегда должен быть выпрямлен.

Иногда достаточно одного только внутреннего настроя. То есть стоит вам встать и «прислушаться» к названным группам мышц, как они постепенно придут в движение, начав танец, в которое вовлекается все ваше тело. В этом случае ваша задача – не мешать происходящему. Сделать это трудно: осознание того, что ваше тело может существовать и двигаться независимо от вашего сознания, приводит почти любого человека в состояние УЖАСА, на котором все заканчивается. Но если продолжать упражнения снова и снова, то эти движения, этот ритм станут привычным, для вас и уже не будет пугающим.

Обычно наши мышцы слишком закрепощены, слишком связаны с устойчивыми двигательными стереотипами, поэтому предыдущего приема оказывается недостаточно. В этом случае попробуйте в максимально быстром темпе привставать на носки и жестко опускаться на пятки, как бы раскачивая мышцы ягодиц и низа живота. Через какое-то время вы попадете в правильный ритм и ваши мышцы поддержат это движение и усипят его. То есть ваше тело начнет подскакивать на месте само по себе, без всяких усилий с вашей стороны. Очень своеобразное ощущение, которое нельзя ни с чем перепутать. Сначала это будет продолжаться только несколько секунд, но потом периоды спонтанной двигательной активности будут становиться все более продолжительными.

Для того чтобы подключить к ритму нижних мышц пики и все тело, достаточно просто расслабить кисти опущенных рук. Они сами придут в движение и передадут его ритм всем

мышцам рук, груди и спины. Простейшие подскоки станут превращаться в сложный и очень быстрый танец, каждое движение которого будет исходить из вашего тела, танец, в котором нельзя ничего изменить и нельзя ничего добавить. Есть общие ритмы, но сам рисунок индивидуален для каждого человека. Поэтому нельзя научиться ТАНЦУ ЖИЗНИ, глядя на другого. Можно только пробудить его изнутри.

Это очень длительный процесс. Полностью овладеть этим искусством почти невозможно. Вернее, рисунок танца усложняется по мере вашего движения вперед. Но даже первые этапы дают очень многое. Достаточно научиться поддерживать ритм хотя бы 15—20 секунд, и вы почувствуете, как все ваше тело становится сильнее, как оно наполняется какой-то внутренней энергией, достаточной для того, чтобы справиться со всеми текущими проблемами. И как только вы и ваше тело ощутите непосредственно мощь этих упражнений, вам уже не надо будет ЗАСТАВЛЯТЬ себя заниматься ими, сам процесс будет доставлять вам удовольствие.

Одно маленькое замечание. На первом этапе вы будете производить чрезвычайно комичное впечатление (голый человек, скачущий на одном месте и беспорядочно «дрыгающий всем, что может двигаться»). Любые связанные с этим переживания сразу же заблокируют энергетическую составляющую ТАНЦА. Поэтому лучше делать это в полном одиночестве.

Я говорил о том, что активированный дельта-ритм представляет смертельную опасность для окружающих людей, но это не совсем так. Гармонизация нашего сознания и нашего тела на этом уровне обеспечивает устойчивость нашего физического тела, а в предельном случае – его почти абсолютную неуязвимость. Но правильный дельта-ритм может быть сбалансирован высшим ритмом, а может стать основным ритмом нашего сознания и нашего тела. В первом случае никакой опасности для окружающих нет, по крайней мере до тех пор, пока они не попытаются «напасть» на вас. Просто ваши горизонты расширяются до космических масштабов, и вам совершенно незачем расширять то пространство, которое может занять ваше тело в нижнем, материальном мире. Устойчивость, неуязвимость физического тела для вас здесь только точка опоры.

Но если дельта-ритм становится основным ритмом вашего тела и вашего сознания, то мир сужается до тех пределов, которые доступны вашему физическому восприятию. Тогда ваша цель – расширить свое жизненное пространство до максимальных пределов. Овладев главным дельта-ритмом, вы получите инструмент, которому почти никто не может противостоять. И тогда вы становитесь смертельной угрозой для всего сущего.

В любом случае этот уровень для современного человека почти недоступен. Могут быть исключения, но обычно любое взаимодействие на уровне дельта-ритма быстро переходит в следующую фазу, на уровень тэта-ритма.

## 2.2. Тэта Ритм



Уровень тэта-ритма – это уровень питания. Если объект (человек) не обладает качеством самодостаточности, то он может существовать только пожирая других. Съесть или быть съеденным – вот единственные формы общения на этом уровне.

С точки зрения энергетических процессов, тэта-ритмы связаны с формированием внутри любого живого существа определенной структуры, обычно называемой «астральным» телом, превращающей его в часть целого – РОДА. Изначально эта структура неустойчива и ее существование обеспечивается только за счет постоянного поступления энергии извне. А тэта-ритмы как раз и являются инструментом такого энергообмена.

Можно сказать и по-другому. Если дельта-тело человека не сформировалось в достаточной степени, а вернее, утратило изначальную целостность, то оно может существовать только в том случае, если «дыры» этого тела закрываются некой энергетической субстанцией, которая и является «астральным» телом. Другое дело, что при некоторых условиях эта субстанция может обрести качество целостности и способность к самостоятельному существованию.

В любом случае на уровне тэта-ритма мы сужаем сферу взаимодействия с внешним миром до уровня конкретного человека, или объекта, который может стать либо пищей (жертвой), либо охотником. Все остальное просто перестает для нас существовать. Общение – всегда обмен энергиями, а на уровне тэта-ритмов этот обмен становится однонаправленным. То есть мы можем либо подчинить себе другого, либо подчиниться ему. В первом случае мы можем использовать другого вплоть до полного извлечения из него жизненной энергии, во втором случае другой может использовать нас точно таким же образом, а это смертельно опасно. Третьего варианта здесь не существует.

Отличие этого варианта от рассмотренного выше в том, что на уровне дельта-ритмов человек взаимодействует со всем миром, практически не выделяя в нем конкретные объекты. Для него важно его собственное место, его собственные ощущения, собственная энергетика.

Поэтому прямое воздействие на конкретного человека является лишь одним из бесчисленного множества вариантов изменения ситуации в свою пользу.

Во втором случае активность сосредотачивается непосредственно на привлекающем или травмирующем нас объекте, все другие варианты не учитываются, и энергетическое взаимодействие с целостным миром превращается в противоборство с одним отдельно взятым элементом этого мира – с другим человеком. А это далеко не всегда правильная реакция.

Дело в том, что есть конфликты, в которых мы проигрываем всегда, и причина этих конфликтов заключена в нас самих. Другой человек выступает в роли некоего орудия реальности, посредством которого она сообщает нам о нашем несовершенстве. Поэтому наша «победа» над другим человеком в этом случае не дает ничего, пока мы не изменимся сами. На место одного «побежденного» придет несколько других, и мы будем продолжать сражаться с ними всю свою жизнь, растрачивая на это всю свою силу. Это ПРАВИЛО ИГРЫ, и, действуя таким образом, мы лишь выполняем свое «биологическое» предназначение. Тем не менее что-то здесь можно понять, а что-то и изменить.

Та структура тэта-ритма, с которой мы сталкиваемся в обыденной жизни проявляется во вполне привычных ритуалах общения, когда один ЗАСТАВЛЯЕТ другого сделать что-то в угоду себе и вопреки воле другого. Это может быть не обязательно действие, чаще это требование признать собственную неправоту, а значит, правоту, ПРЕВОСХОДСТВО агрессора. Сам предмет спора значения не имеет, главное здесь – разрушение определенных структур энергетического тела другого человека.

Внешняя сторона энергетической оболочки тела тэта-ритмов связана с теми качествами, которые проявляются во взаимоотношениях с другими людьми и прежде всего с нашим местом в «иерархии». Когда мы подчиняемся другому и действуем наперекор собственной воле, мы убеждаемся в том, что некоторыми качествами мы не обладали, мы «утрачиваем» их, разрушая энергетическую оболочку, а высвобождающаяся энергия может быть легко использована другим человеком. Даже элементарная победа в элементарном споре означает разрушение у проигравшего той частицы «я», которая связана с его представлением о возможностях собственного интеллекта, и высвобождающаяся энергия почти всегда является желанной наградой для победителя. Поэтому мы так не любим проигрывать даже в мелочах.

В действительности интеллект здесь не при чем. В основе этой формы общения всегда лежит превосходство в силе, или устойчивость и интенсивность тэта-ритмов, напрямую связанных с развитием соответствующей энергетической структуры, с ее целостностью. Есть люди, обладающие «внутренней силой», люди, возражать которым нам очень трудно или даже невозможно, люди, превосходство которых мы чувствуем даже тогда, когда наш социальный статус неизмеримо выше. Есть так называемый «цыганский» гипноз, позволяющий взять другого, интеллектуально гораздо более развитого человека под полный контроль. Все это связано с активацией тэта-ритмов. Вообще почти все, что мы обычно вкладываем в понятие «сила человека» как раз и относится к уровню тэта ритмов.

Но здесь есть один важный момент. В энергии этого уровня нуждаются люди с неустойчивым тэта-ритмом, то есть люди, «энергетическое тело» которых или не сформировалось, или сформировалось неправильным образом. Кроме того, возможен вариант, при котором тэта-ритм становится главным ритмом человека, обеспечивающим существование всех его других структур, в том числе физического тела. И в том, и в другом случае поступление энергии извне является обязательным условием существования, поэтому люди с таким рисунком тэта-ритма вынуждены становиться инициатором всех игр в «руководство-подчинение», всех межличностных конфликтов и гораздо более зловещих форм танца на этом уровне.

Если же главный тэта-ритм инициируется изнутри, за счет существования других структур, то человек не нуждается в энергии этого уровня. Его сила расходуется только на предотвращение агрессии или на достижение каких-то глобальных целей. А эта сила настолько

велика, что любое противоборство становится бессмысленным. И другой человек вынужден либо признать его превосходство, либо покинуть совместную территорию.

Что же касается конкретных форм энергообмена, то здесь главным инструментом является СТРАХ человека.

### 2.2.1. Страх



С точки зрения энергетики процесса все очень просто. Правильный тэта-ритм устанавливается тогда, когда движение энергии по каналам нашего тела не встречает дополнительных преград. То есть единственное, что требуется, – расслабить мышцы, которые не заняты непосредственно в выполнении какой-то работы. Но сделать это очень трудно.

«Зжатость» современного человека – его основное качество. Даже в тех редких случаях, когда он ведет себя «раскрепощенно», он лишь использует некоторые двигательные стереотипы, некоторые заученные движения, которые почти не снижают уровень его излишнего мышечного напряжения. В основном это связано с развитием «социального» тела человека, тела «паразита», о котором мы поговорим позже. Но есть механизм, который имеет прямое отношение к взаимодействию между людьми.

Каждый раз, когда мы взаимодействуем на уровне тэта-ритмов (решаем вопрос о том, кто из нас главный), напряженность наших мышц, скованность нашего тела усиливаются в том случае, когда мы проигрываем, и наоборот, мы расслабляемся, когда побеждаем. Это факт, известный каждому из его собственного опыта. вспомните те случаи, когда вы не знали, куда деть свои руки, когда вы просто не могли сесть удобно и т. п. вспомните двигательные реакции «побежденного» вами человека.

А дальше все происходит само собой. Дополнительное напряжение мышц блокирует свободное движение энергии по телу или, иначе говоря, усиливает определенную составляющую тэта-ритма, связанную с излучением энергии во вне. Рядом находится «победитель», и его расслабленные мышцы, и его спокойный тэта-ритм как раз и являются приемником этой энергии. Разумеется, это крайне упрощенная схема, но суть дела она передает.

Здесь необходимо сделать одно уточнение. Мышцы тела бодрствующего человека всегда находятся в определенном напряжении. Собственно говоря, это то, что не дает ему уснуть.

Тэта-ритм – основной энергетический источник нашего существования, по крайней мере до тех пор, пока мы не научимся использовать другие источники, и только напряжение, «тонус» мышц позволяют большинству из нас существовать в состоянии бодрствования. Более того, повышение тонуса, напряженности мышц (например, при угрозе нападения) дает нам дополнительные силы, которыми мы можем распоряжаться по собственному усмотрению. Тот же механизм лежит в основе тонизирующего эффекта физических упражнений. То есть мышечная активность сама по себе является определенным трансформатором, позволяющим нам превращать неподвластную нам энергию дельта-ритмов в ту силу, которую мы называем жизненной силой человека и которую мы можем использовать в своей сознательной деятельности.

Но есть громадная разница между обычным напряжением мышц и тем напряжением, тем ритмическим рисунком тэта-ритмов, который возникает, когда мы готовы подчиниться. Это два полярных механизма, связанных с разными группами мышц и мышечных волокон. Проще говоря, есть мышцы, напряжение которых делает нас сильнее, а есть мышцы, напряжение которых ослабляет нас. В первом случае энергия концентрируется в некоторых центрах нашего тела, а во втором она рассеивается во вне. Более того, она может быть легко извлечена из нас, независимо от нашего желания.

Понять сказанное можно на простом примере. Допустим, вы столкнулись с чем-то, представляющим для вас прямую угрозу – нападение бандита, угроза падения с большой высоты и т. п. Ваше тело при этом может принять одну из трех форм.

В идеальном случае произойдет мобилизация всех ваших внутренних сил. Тэта-ритм выровняется, приблизится к частоте правильного ритма, а его амплитуда резко возрастет. Субъективно это переживается как полная концентрация на внешнем мире, не на угрозе, а на тех реальных действиях, которые необходимо предпринять для ее преодоления. Со стороны все выглядит так, как будто вы стали в два-три раза больше и мощнее. То есть действительно увидеть это могут немногие, но в какой-то форме эта информация доходит до сознания оппонента обязательно. Это – форма **ДЕЙСТВИЯ**, связанная с полным напряжением «правильных» групп мышц и обеспечивающая максимальную концентрацию всех доступных вам сил. Иначе говоря, здесь вы полностью подчиняете себе свое тело или, вернее, полностью соединяетесь с ним.

Это редкий случай. Обычно наше тело принимает иную форму – форму **СТРАХА**. Наиболее явное его проявление – нервная дрожь, беспорядочное сокращение и расслабление всех мышц нашего тела. Тэта-ритм становится беспорядочным, и вся энергия, которой мы располагаем, беспорядочно излучается в пространство. Эта энергия почти не может использоваться другим человеком, но она никогда не пропадает. Всегда есть что-то, стоящее за нашими страхами, и оно, как правило, питается именно этой энергией.

Собственно говоря, мы все прекрасно знали это в раннем детстве, когда **ТЕМНОТА** воспринималась нами как врата, через которые наш **СТРАХ** мог впустить кого угодно. Даже у взрослого человека где-то глубоко внутри есть уверенность в том, что в нашем страхе достаточно силы, чтобы воплотить в реальности самый жуткий кошмар. Иногда именно это и происходит. Но только в том случае, если корни нашего страха выходят за рамки обыденности.

Обычно мы просто утрачиваем контроль над своим телом, вернее делим его со **СТРАХОМ**. Часть мышц по-прежнему подчиняется нам, а часть продолжает «праздновать труса». И поэтому у нас могут быть два варианта.

Поскольку при этой форме тэта-ритмов сохраняется тонус «правильных» мышц, сохраняется и возможность возврата к первой форме. Надо только сделать первый шаг, который превратит **СТРАХ БУДУЩЕГО** в **РЕАЛЬНОСТЬ НАСТОЯЩЕГО**: начать спуск с крутой горы, нанести первый удар в драке и т. п. Правда, результат здесь непредсказуем, вернее, он определяется количеством личной силы человека, установить которое заранее очень трудно. То есть

мы можем начать действовать, не перестав бояться, а в этом случае мы или погибнем, или проиграем. Но это не самый худший вариант.

Гораздо хуже, если мы ОТКАЖЕМСЯ от своего тела. Если угроза не уменьшается, а мы так и не решились сделать что-нибудь, наше тело оказывается как бы парализованным. Мы не можем пошевелить ни рукой, ни ногой, не можем убежать, не можем даже позвать на помощь. Фактически мы отдали все, что у нас было – наше тело, нашу возможность действовать. И с точки зрения энергетики процесса факт отказа от тела – наше самое большое поражение.

Дело в том, что тэта-ритмы и те энергетические структуры, которые с ними связаны, не могут существовать сами по себе длительное время. Они нуждаются в каком-то центре, в «я», и если прежний центр оказывается разрушенным, вся энергия вытекает к любому, кто готов ее принять. Есть известное выражение – «...упиваться беспомощностью жертвы», и именно оно в полной мере передает суть происходящего.

Проще говоря, когда страх обретает форму БЕСПОМОЩНОСТИ, когда напрягаются «парализующие» нас мышцы, то с энергетической точки зрения мы утрачиваем право на существование, и нашу энергию может забрать любой желающий. Таковы правила игры.

Разумеется, это крайние варианты. Обычно все происходит в смягченной, почти незаметной форме. Мы побоялись возразить, промолчали, когда нам было, что сказать, отступили, хотя могли бы победить, – все это часть нашего обыденного существования, под которую мы даже подводим некую теоретическую базу – «бесконфликтность», «разумный компромисс» и т. п. В действительности, когда в основе нашего поведения лежит хотя бы крупница СТРАХА, никакой компромисс невозможен. Каждый наш проигрыш – это «рана», которая фиксируется в узоре нашего тэта ритма и которая делает нас легкой добычей для любого, кто решит «полакомиться» нами. Конечно, большинство людей не может видеть эти «раны», эти дыры в нашей энергетической оболочке непосредственно. Тем не менее почти каждый легко воспринимает их на интуитивном уровне, безошибочно распознавая «слабака», как бы представительно тот не выглядел. В принципе, достаточно понять, осознать этот факт, как очень многие проблемы разрешаются сами собой.

Отступление из-за СТРАХА всегда хуже, чем смерть, как бы дико это не звучало. Секрет в том, что если вы примете это, вас никто не поставит перед проблемой выбора. Избавившись от страха, можно отступать сколько угодно, и это всегда будет только тактический ход, ведущий вас к неизбежной победе. Умирать совершенно необязательно, надо быть просто к этому готовым, и тогда никто не посмеет напасть на вас. Это важный вопрос, о котором мы поговорим немного позже. Пока же важно понять, что все эти изменения тэта-ритма обратимы. Можно, например, струсить десять раз, а на одиннадцатый все-таки спрыгнуть с парашютом или дать сдачи. И все, ваши раны или дыры начнут заживать и заживут полностью. Но есть вещи или поступки, последствия которых почти невозможно изменить.

У каждого человека есть некие «табу», запрещенные действия. Большая часть их связана с издержками воспитания, с формированием «тела паразита», некоторые действительно имеют статус правила реальности. В данном случае эта разница не имеет значения. Важно лишь то, что наше «я» держится в большинстве случаев только на этих «табу». И это – самый центр нашего существования.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.