

Михаил и Ирина Брагины  
«Ключи силы для супермена. От Войн Богов к современным  
техникам рукопашного боя»  
(книга-сенсация)

**АННОТАЦИЯ:**

Могла ли наша Планета изменить направление своего вращения? Почему произошел Всемирный Потоп и раскололась Пангея? Кто были Боги и откуда они прилетели на Землю? На каком языке они говорили? Был ли Ледниковый период? Откуда появились неандертальцы и кроманьонцы, и что их связывало между собой? Каков истинный смысл языческих ритуалов, дошедших до нас с незапамятных времен? О чем на самом деле повествуют древние тексты и как расшифровать их подлинный смысл? Что за ужасная Война произошла в Солнечной системе, навсегда изменившая облик ее планет?

Об этом и многом другом вы узнаете в новой книге Ирины и Михаила Брагиных, которые предлагают свою версию событий, произошедших в далеком прошлом. Авторы убеждены, что эти Знания являются настоящими Ключами Силы, которые помогут вам разобраться во всех тайнах и загадках Мировой истории, пробудить свою генетическую память и открыть способности, о которых вы даже не подозреваете. Кроме того, вас ждет дальнейшее знакомство с уникальными и сверхэффективными техниками и медитациями ШАР, используя которые вы сможете не только развить физическое тело, но и приобрести необходимые духовные качества, подняться на следующую ступень мастерства в овладении Искусством Жизни древнейшей космической Традиции.

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

ВВЕДЕНИЕ. ТАЙНЫ ГЕНЕТИЧЕСКОЙ ПАМЯТИ

ГЛАВА 1 ИСТОРИЯ ВЕЛИКОЙ АРИЙСКОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ

ГЛАВА 2 «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ СФЕР, или ЕЩЕ РАЗ ОБ ОТКРЫТИИ

ГЛАВА 3 КЛЮЧИ К АБСОЛЮТНОЙ ПОБЕДЕ

ГЛАВА 4 ПРОТИВ ЛОМА НЕТ ПРИЕМА?!

ГЛАВА 5 ВЛАСТЬ НАД ЭМОЦИЯМИ

ГЛАВА 6 ОСНОВЫ НЕВИДИМОЙ ТРЕНИРОВКИ

ГЛАВА 7 МАГИЯ ДЫХАНИЯ

ГЛАВА 8 СВЕРХБЫСТРЫЕ УДАРЫ

ГЛАВА 9 БОЕВЫЕ ЗАХВАТЫ И БРОСКИ

ГЛАВА 10 СИНХРОННАЯ ГИМНАСТИКА

ГЛАВА 11 СЕКРЕТЫ «МАЯТНИКОВЫХ» ДВИЖЕНИЙ

ГЛАВА 12 ИСКУССТВО РЕАЛЬНОГО БОЯ

ГЛАВА 13 РЕКОМЕНДАЦИИ БОЙЦАМ ДРУГИХ ШКОЛ

РЕКОМЕНДАЦИИ БОКСЕРАМ

РЕКОМЕНДАЦИИ БОРЦАМ

РЕКОМЕНДАЦИИ БОЙЦАМ КАРАТЭ

## Введение. Тайны генетической памяти

*«Золотой Век», или Время, когда на Земле правили Боги! Письменность была послекатастрофной! О двух глобальных Катастрофах. Как и почему возникла Традиция Хранителей Знания? Кто «придумал» йогу, шахматы и свастику. Троянская война была до Катастрофы?! Разгадка языческих ритуалов («Масленица», «Вальпургиева Ночь», «Баня» и др.). От кого египтяне узнали рецепт пива? Почему русские употребляют крепкие спиртные напитки. «Некорректная» этимология слова «Солнце». Легенда о Фаэтоне и Всемирная Катастрофа. «Малая смерть» и «Великий Переход». Сколько нужно времени, чтобы достичь Бессмертия по методикам ШАР? Что предлагают даосские Школы. Причины возникновения «многоязычия». Пра-язык, или язык Солнца (язык Богов!). Реконструирование языка Богов!!! Культ фаллоса в Индии и... русский мат. Анекдоты как квинтэссенция народной мудрости! Расшифровка арийских имен Богов и Правителей. Тайна египетского Бога Пта! Русский язык – это универсальный ключ к древним текстам! Почему Боги прятали свои лица. Голубоглазый «Ра» и тайны пирамид. Откуда в Шумере... русский квас?! Какое отношение русские имеют к ариям?! На чем писали славяне и арии? Индологи о наших языческих Предках. Сенсационное открытие Мартина Шонбергера!!! Карты Меркатора и Рейса. У кого мы «украли» свои Знания! «Воровство жемчужин» в восточной Традиции. О «похожих» Школах и стилях. Сенсационное историческое Открытие: «У Истоков всех древних Цивилизаций были представители Космической расы». Возможны ли Открытия в русском языке?! Эмблема и Девиз нашей Школы. Почему «молчит» генетическая память!!! Принцип «здорового смысла». Использование языческих ритуалов. Способы пробуждения генетической памяти.*

В далеком Прошлом на Земле правили Боги, и именно они были нашими Великими Предками! От них ведут свое происхождение все народы Европы, все арийские этносы! Имена этих Богов дошли до нас в многочисленных Мифах практически всех народов Мира, и хотя их имена звучат неодинаково, вы поймете, что речь идет о представителях одной и той же древнейшей космической Цивилизации, наследниками которой мы являемся.

Прочитав нашу книгу, вы узнаете: откуда на Земле появились разные расы и кто основал самые древние Цивилизации; кто такие Боги, которые правили много тысяч лет назад, и с какой целью они строили Пирамиды; что послужило причиной Всемирного Потопа и наступившего вслед за ним «Ледникового периода»; каким был «новый каменный век»; откуда появились неандертальцы и кроманьонцы и что их связывало между собой; какими, вообще, были наши Великие Предки; какое отношение европейцы и, прежде всего, славянские народы имеют к ариям; и прочее-прочее-прочее...

Ответы на эти, а также многие другие интереснейшие вопросы вы найдете на страницах этой увлекательной книги. Заметим, что *Высшие Знания* наших *Предков* современные ученые до сих пор не могут расшифровать, ведь *Наследие*, которое сохранилось, было уже **послекатастрофным**, а следовательно, неполным (или «мозаичным»). Это было то небольшое, что удалось сохранить нашим *Предкам* после Катастрофы, уничтожившей Великую арийскую Цивилизацию. С тех незапамятных времен и возникла *Традиция Хранителей Знания*, когда выжившие люди попытались сберечь хотя бы «крупички» того *Высшего Знания*, которым обладали раньше. Почти сразу она стала **устной Традицией**, так как писать было *нечем и не на чем!*

**Вся письменность, по нашему мнению, была уже  
послекатастрофной!!!**

Цивилизация, которая была уничтожена, имела такой высокий уровень развития, что не нуждалась в подобных носителях информации (на камнях, бересте, папирусе и др.). Именно поэтому в течение многих тысяч лет потомки выживших после Катастрофы людей наизусть (!) запоминали огромные объемы информации, и этот способ оказался надежней любых других, а в дальнейшем *устная Традиция* стала одним из средств защитить *Знания* от недостойных. Считалось, что записать *Высшие Знания* означает утратить контроль над ними, выпустить из рук, а ведь они не так безопасны, как это может показаться на первый взгляд (особенно те, которые описывают **Оружие Богов!**). Заметим, что поисками этого *Супероружия* занимались и до сих пор занимаются спецслужбы многих стран, ведь их правители прекрасно понимают, какую **неограниченную власть** над Миром можно приобрести, если им завладеть, но, к счастью для всех живущих на Земле, эти поиски пока не увенчались успехом.

Тот факт, что письменность везде была разной (в Египте, Шумере, Хараппе, Китае и других местах), говорит о том, что это были уже **послекатастрофные** времена!!! Например, внутри трех Великих пирамид Египта, построенных еще до Катастрофы на плато Гиза, не было **никаких следов письменности**, и это доказывает, что наши *Предки* в те времена пользовались другими средствами передачи и хранения информации! Однако после Катастрофы, утратив часть своих способностей, *Боги* почувствовали необходимость передачи *Знаний* своим потомкам. Они оказались в разных частях Планеты и стали создавать письменность в меру своей фантазии, и хотя эта письменность

выглядела по-разному (египетские иероглифы, шумерская клинопись, руны и др.), она передавала **фонетику одного языка**.

**Изначально это был язык, на котором  
говорили наши Великие Предки до Катастрофы!!!**

В современной науке есть такое понятие как «**передача информации с помощью "хаоса"**». Если проводить аналогии, то наши публикации – это ни что иное, как попытка передать *Знания древнейшей арийской Традиции* (или *Знания ШАР*) с помощью разработанных нами уникальных упражнений, техник, принципов и медитаций. Эти *Знания*, на первый взгляд, могут показаться не связанными между собой, тогда как на самом деле они являются лишь разными *гранями* изначально *единого* и *целостного Учения*, которое сохранилось в «*генетической памяти*» каждого европейца.

Напомним, что согласно нашим историческим *Открытиям*, в далеком прошлом на Земле произошли (как минимум!) **две глобальные Катастрофы**, следствием которых были: *Всемирный Потоп* и раскол *Праматерика «Пангеи»*, а также – наступление «*Ледникового периода*» и многие другие бедствия. Все языческие испытания (в том числе, в Мире боевых искусств!) являются «**отражением**» тех событий многотысячелетней давности, о чем мы еще подробно расскажем в наших следующих книгах. Отметим также, что эти глобальные Катастрофы, отдаленные от нашего времени **двенадцатью (!) тысячелетиями** мы воспринимаем как «**единое целое**», именно поэтому мы пока не будем разделять их, чтобы упростить рассказ о событиях многотысячелетней давности.

**В этой книге вас ждет множество наших  
сенсационных Открытий не только в области  
Мировой Истории,  
но и во многих других областях!!!**

*Знания ШАР универсальны*, и они являются **Ключами** к познанию всех *Тайн* Мира, к развитию любых *сверхспособностей*! Один наш знакомый, высоко оценив наши идеи об *Истоках* возникновения древнейших Цивилизаций на Земле и выдающейся роли Белой расы, высказал как-то очень глубокую мысль:

«Ваши идеи, похоже, действительно имеют **абсолютную Мировую новизну**, но, чтобы убедиться в этом, вам предстоит еще изучить множество материалов, связанных с самыми разными областями истории, культуры, науки, техники и пр. Если вы и в дальнейшем будете узнавать **новые** (и **неизвестные ранее!**) факты, которые будут подтверждать ваши идеи, то, скорее всего, вы совершенно правы!»

С тех пор прошло уже много лет, но *абсолютно всё*, что мы узнаём из различных источников, только подтверждает наше видение событий многотысячелетней давности!

### **Наши Идеи имеют абсолютную Мировую новизну!!!**

Самое интересное, что именно отсутствие **целостной Картины Мира** не позволяет современным ученым *правильно* разобраться в том, каким образом между собой связаны все те многочисленные факты и находки, которые известны сейчас или которые будут еще открыты в *Будущем*. В результате, обладая даже абсолютно *достоверными* научными фактами, специалисты не способны понять, к чему их можно соотнести.

Например:

Один весьма известный российский индолог, сообщая о том, что при раскопках Харappy (которую все историки единодушно относят к доарийской Цивилизации!) были обнаружены **знаки «свастики»**, искренне недоумевает: «Откуда же тогда *свастика* была известна арьям-пришельцам?! И, вообще, была ли она известна этим диким кочевым народам до их прихода на земли Харappy?..» Ведь ранее, до этих поистине *сенсационных*, на наш взгляд, археологических находок весь ученый Мир не сомневался в том, что **свастика – это древнейший арийский символ**, но, если это так, то *каким образом* данный символ оказался в доарийской (!) Цивилизации?!

### **Откуда свастика появилась в Харappe?!**

Это кажется совершенно необъяснимым, и поэтому ученые делают вполне логичный, как им кажется, вывод о том, будто арии позаимствовали знаки «свастики» у жителей *Долины Инда*. Одновременно они высказывают и другую версию, что, возможно, *свастика* являлась **общим символом** для всех Цивилизаций Земли. Действительно,

*этот знак* встречается в разных частях Земного шара, однако находят его именно в тех центрах, которые были основаны **арийскими** этносами. Славяне, как и другие народы Мира, сохранили в своей *Культуре и Традициях* «память» о *свастике* в виде орнаментов, которыми они украшали одежду, посуду и т. д. Так, неужели кто-то в наши дни будет голословно утверждать, что славяне могли позаимствовать эту символику у *дравидских* народов?!

Мы предлагаем взглянуть на данную проблему *иначе*: спустя тысячи лет после Катастрофы **арии возвращались** на земли своих *Великих Предков*, основавших на территории Индостана один из *древнейших центров* своей Цивилизации, именно поэтому там, куда они пришли, и были найдены археологами **все признаки** арийской *Культуры*!

Некоторые индологи весьма своеобразно расшифровывают арийскую *свастику* как некую «**благушку**» (или «**хорошку**»), рассуждая о том, что в переводе с санскрита это слово означает что-то... «**хорошее, доброе, благое!!!**» Подобная *невежественная* и откровенно *пренебрежительная* трактовка древнеарийских символов полностью искажает их истинный смысл.

**Какие «благушки» или «хорошки»?!**

**Свастика является древнейшим космическим  
символом арийской Цивилизации!!!**

Её изображения встречаются не только на территории Индостана, но и в России, в Германии, на Тибете, в Китае и практически во всех уголках нашей Земли. В дальнейшем мы подробно расскажем, *почему* во всем Мире получили распространение прежде всего два вида *свастики* – «**прямая**» и «**обратная**» (или, как их еще называют, «**собирающая**» и «**рассеивающая**»). Мы наглядно покажем, что одна форма *свастики* относится к **докатастрофной Истории**, а другая – к **послекатастрофной**, и объясним *почему*!

Мы раскроем вам тот глубочайший **космический** смысл, который несет данная символика; причем этот смысл для большинства специалистов остается совершенно неясен, в чем легко убедиться, если познакомиться с их комментариями на данную тему. Вы узнаете также, что означает слово «**свастика**» с точки зрения «некорректной» этимологии ШАР.

Наши взгляды покажутся вам поначалу **невероятными** (и даже **фантастическими!**), особенно те из них, которые касаются наших далеких *Предков, Пришельцев из Космоса* (в том числе, с других Планет Солнечной системы). Однако мы не будем голословными и приведем **неопровержимые доказательства** истинности наших утверждений! Наши выводы основаны на анализе древних текстов, а также научных открытиях и достижениях в самых разных областях. К сожалению, сейчас многие не готовы воспринять эти *Высшие Знания*, именно поэтому наше *Учение* вызывает такую *неадекватную* реакцию со стороны адептов «традиционных» Школ, так как во многом противоречит их взглядам и представлениям.

Хараппская *Культура* теснейшим образом связана с *докатастрофными Временами*, но заметьте, что *свастика*, найденная при раскопках Хараппы (см. изображения печатей со знаками свастики в книге Н. Р. Гусевой «**Русский север – прародина индославов (Исход предков арьев и славян)**», с. 154), – противоположная по направлению «вращения» той, которую мы относим к *докатастрофной*. Это обстоятельство прямо указывает на то, что выжившие после Катастрофы немногочисленные жители Хараппы стали использовать символ *Солнца*, «вращающийся» уже слева направо. Несмотря на то, что ученые датируют время расцвета Цивилизации *Долины Инда* IV-III тысячелетиями до н. э., имеется немало свидетельств того, что эта Цивилизация погибла **от ядерной Катастрофы** гораздо раньше (около 10 000 г. до н. э.). Причиной ошибочной датировки, по нашему мнению, является то обстоятельство, что остаточный уровень радиации значительно «омолаживает» возраст тех археологических находок, которые были найдены в культурных слоях Хараппы и Мохенджо-Даро.

Возвращаясь к символам «*свастики*», предлагаем вам сначала самостоятельно объяснить: *Почему* в Мире получили распространение две формы свастики («правосторонняя» и «левосторонняя») и что они означают? Правильный ответ на этот непростой вопрос даёт **ключи** к пониманию и разгадке событий многотысячелетней давности.

Среди находок Хараппы, кроме изображений *свастики*, были также найдены печати с изображением **Бога Шивы** (или, как считают ученые, «протоШивы!»), сидящего в йоговской позе *и* в окружении священных животных. По представлениям индусов Шива – **создатель Йоги**, а если это так, то, вне всякого сомнения, *Учение* йогов является... неарийским! В результате, ученые делают, казалось бы, вполне логичный вывод, что «доарийское» (или *дравидское*) население Хараппы уже изначально владело *Учением Йоги*, тогда как пришельцы-арии (эти, по мнению историков, «дикие кочевые народы, не знавшие даже письменности») всему научились у них. Но так ли это?!

Мы видим еще один ложный (и, на наш взгляд, опасный!) *Миф*, который пытаются навязать и широко распространить некоторые «специалисты». Обратите внимание, что **все тексты по йоге написаны на санскрите** (священном языке ариев-пришельцев), причем в этих текстах даётся подробнейшее описание не только многочисленных комплексов упражнений, медитативных и психофизических техник, но и **Высшие духовные практики!**

Если провести даже поверхностный анализ любых *первоисточников Учения* йогов, то легко убедиться, что дошедшие до нас *Знания о Человеке и Вселенной* являются *Ведическими!* Характерно, что **вся (!)** терминология *йоги*, также как и само название *Учения*, – древнеарийские! Более того, современной Науке неизвестно ни одного *первоисточника по йоге*, написанного на другом языке.

Арии принесли *Ведические Знания* как неотъемлемую часть своей *Культуры* – **Культуры Белой Расы!** Отвечая на «сложный» для историков вопрос «Откуда же в Хараппе взялись Высшие арийские *Знания?*», мы заявляем, что их сохранили те, кому все-таки удалось выжить после глобальной ядерной Катастрофы! Подчеркнем, что, несмотря на множество других научных открытий и находок, наличие даже одного только символа *свастики*, найденного в Хараппе и Мохенджо-Даро, по нашему мнению, перевешивает любые аргументы противников **арийских Истоков** возникновения Цивилизации Долины Инда!

На этих же раскопках были найдены древние **черно-белые шахматы** («**прото-шахматы**»?!), поэтому их изобретение индологи точно также поспешили «приписать» *дравидскому* населению. По нашему мнению, это является откровенной **фальсификацией**. В игре «*шахматы*» нашли отражение важнейшие философские, мировоззренческие и космологические принципы. Мы утверждаем, что **шестьдесят четыре клетки** шахматной доски теснейшим образом связаны с **64-мя гексаграммами «Книги Перемен»** – не китайской (!) по своему происхождению, что признают даже сами китаеведы! Философия, которая изначально была заложена нашими *Предками* в шахматной игре, поражает своей необычайной глубиной.

На первый взгляд, шахматы – это всего лишь игра, развивающая логику и память, тогда как в действительности всё обстоит гораздо сложнее. Шахматы отражают **двойственную (или полярную!) Природу вещей**, непримиримую борьбу «светлых» и «темных» сил, «Добра» и «Зла»! Не менее важно, кто с кем играет и – на чьей стороне, но главное, на чьей стороне играют *Боги*, ведь именно они определяют, что есть «Добро», а что – «Зло». Обратите внимание, что правила игры абсолютно одинаковы и для

черных, и для белых фигур, что дает им равные шансы на победу. Кроме того, как вы уже могли догадаться, в «черно-белой» символике зашифровано *Знание* наших *Предков* о существовании двух рас на Земле. Подчеркнем, что речь идет о докатастрофных временах.

Не случайно в уже языческой Индии получила широкое распространение игра под названием «**чатуранга**», в которой по четырем углам расставляются фигуры, но разных цветов. Многие исследователи считают *чатурангу* **прародительницей** современных шахмат, руководствуясь при этом весьма странной логикой: *чатуранга* сложнее, чем черно-белый вариант, и, следовательно, является более... древней. Мы же убеждены, что *чатуранга* (или, согласно «некорректной» этимологии, игра «четырех углов», где «**чатур**» – это «**четыре**», а «**анг**» – это «**англ**», т. е. «**угол**») появилась в Индии в более позднее время (после Катастрофы), потому что в Хараппе археологами были найдены именно черно-белые шахматы. Все это косвенно свидетельствует о том, что до Катастрофы наши *Предки*, путешествуя по всей Планете, ни разу не повстречали представителей других рас! Разумеется, исчерпывающий ответ на эти непростые вопросы могут дать лишь серьезные научные исследования в области генетики, антропологии, лингвистики, археологии и целого ряда других наук.

Кроме всего прочего, в шахматной игре нашли отражение *реалии* так называемого «матриархального» строя, когда, по мнению ученых, главенствующую роль в жизни общества играли женщины. Действительно, посмотрите, *какими* возможностями наделены фигуры «*Короля*» и «*Королевы*»?! Шахматы *моделируют* театр военных действий, где каждой фигуре отведена четко определенная роль, но, заметьте, что «*Король*» постоянно нуждается в защите, и цель игры – «не дать его в обиду», в то время как «*Королева*» *свободно* перемещается по всему полю, вынуждая противника защищаться. Обратите внимание на столь явное противоречие: арийские племена, «вторгшиеся» на территорию Индостана, были уже *патриархальными*, но, почему-то играли в игру, которая по своей сути является *матриархальной*, ведь «*Королева*» (а это женщина!) – самая сильная фигура на шахматной доске!

Игра прекрасно развивает стратегическое и тактическое мышление, умение управлять военными силами государства, необыкновенную память, логику, адекватность реагирования и многое другое, но самое главное – шахматы воссоздают ситуацию, при которой **игроки уподобляются самим Богам**, которые, по представлениям *Древних*, и руководили всеми грандиозными *Сражениями*.

На чем основано наше утверждение? Шахматные фигуры не могут передвигаться по полю самостоятельно, они выполняют чьи-то «приказы», но не «Короля» (или «Королевы»), а тех, кто даже не присутствует на поле боя!!! Тех, кто одновременно являются и сторонними наблюдателями, и активными участниками игры! Таким образом, шахматные фигуры словно подчиняются *командам свыше*, т. е. выполняют «Волю Богов», и даже *высшие* должностные лица шахматного Королевства не смеют ослушаться их указаний!

Играя в игры, маленькие дети также уподобляются *Богам*: они устанавливают свои правила, решают, *что и как* будут делать их игрушки и не позволяют никому вмешиваться в свой Мир. Чтобы увидеть *Божественную Природу* ребенка, обратите внимание, *во что и как* он играет! Многие взрослые разучились по-настоящему играть и уже не могут взглянуть на Мир **глазами ребенка**.

Мы перестали удивляться тому, что нас окружает, нас больше не интересуют *Божественные* игры, мы уподобляемся *марионеткам*, которыми управляют чужие «*Бог*». Если с философской точки зрения взглянуть на нашу жизнь, то все происходящее с нами действительно похоже на некую игру:

### **Жизнь – это Игра!!!**

**(со всеми вытекающими отсюда последствиями)**

Каждому отведена какая-то «роль», и современные психологи не случайно пытаются изучить жизнь человека прежде всего с этих позиций. Люди исполняют роли «родителей» или «детей», «начальников» или «подчиненных», «учителей» или «учеников» и т. д. Некоторые настолько «вживаются» в тот или иной образ, что полностью *отождествляют* себя с ним, и впоследствии это служит источником горьких разочарований. Например, человек, стремясь вверх по карьерной лестнице, жертвует практически всем, что у него есть (здоровьем, семьей, друзьями и т. д.). Когда же он достигает заветной цели, то вдруг осознает, что упустил в своей жизни нечто более важное. Поэтому если вы будете относиться к жизни как к некой «Игре» (конечно, не в буквальном смысле!), то сможете *освободиться* от многих ложных представлений. Говоря о шахматах (и не только о них!), можно утверждать, что это были **Игры Богов**. Именно в них *играли* наши *Великие Предки*.

Если провести анализ дошедших до наших дней письменных и устных источников информации о событиях древнейшей *Истории*, легко убедиться, что там речь идет

о деяниях *Богов* и *Героев*. Например, **Троянская война**, воспетая Гомером, происходила при **непосредственном (!)** участии самих *Богов*, которые покровительствовали античным *Героям* (своим любимчикам).

Легендарный *Олимп*, где в те времена, по представлениям греков, обитали *Боги*, был впоследствии разрушен в результате ужасного ядерного Катаклизма; именно об этом свидетельствуют многие языческие письменные и устные *Предания*. Однако если *Боги* являлись активными участниками описываемых Гомером событий, то это означает, что *Троянская война* происходила не во II тысячелетии до н. э., как считают современные ученые, а гораздо раньше, ещё **до (!)** общепланетарной Катастрофы.

### **Троянская война была до Катастрофы!!!**

Ученые установили, что **Троя-VI** была разрушена мощным землетрясением, тогда как более поздние *Трои* строились уже на руинах старого города, сооружения которого были «более массивными и искусно обработанными, чем верхние» (это отмечают все археологи). Мы приведем сейчас убедительные, на наш взгляд, **доказательства** того, что **гомеровская Троя (или Троя-II) была докатастрофной**:

1) **Боги являлись непосредственными участниками Троянской войны.**

2) **Уровень моря в те времена находился значительно выше, чем в наши дни** (наше объяснение: во время Катастрофы на полюсах Земли образовались многокилометровые *Ледники*, которые и понизили уровень океана на десятки метров).

3) **Царь Спарты Менелай**, муж прекрасной Елены (из-за похищения которой началась *Троянская война*) **посещал остров Крит** (по нашему мнению, Катастрофа на Крите, когда «мгновенно» погибла высокоразвитая крито-микенская Цивилизация, явилась результатом Общепланетарной, а не местной Катастрофы, которую ошибочно датируют II тысячелетием до н. э.)

4) **Отсутствие письменности** в ранних культурных слоях (здесь, как отмечалось выше, вся письменность была уже послекатастрофной!).

5) **Высокий уровень технологий** строительства крепостных сооружений (по сравнению с более поздними *Троями*).

6) **Троянцы и ахейцы говорили на одном (!) языке** (поэтому легко понимали друг друга; более того, **на этом же языке говорили и сами Боги**, т.к. это были времена, когда **люди говорили на языке Богов!**).

Легендарная *История* открытия *Трои* выдающимся археологом-любителем Генрихом Шлиманом заставила задуматься кабинетных ученых о том, что древние *Мифы* и *Легенды* не являются фантазиями наших *Предков*, а передают из поколения в поколение *Знания* о реальных исторических событиях, произошедших много тысяч лет назад. Чтобы понять, к чему относится тот или иной новый факт, обнаруживаемый в результате археологических находок, научных исследований и открытий, необходимо изначально видеть целостную *Картину Мира*.

### **Это можно сравнить с игрой в пазлы!**

Если человек собирает картинку из фрагментов, не представляя себе, как выглядит исходный вариант, то вероятность того, что он соберет ее правильно, практически **равна нулю!** Вспомните анекдот об ученых-археологах, которые, не представляя себе, как должны выглядеть настоящие динозавры, собрали из найденных останков множество (!) их разновидностей. Так и в нашем случае, не видя реальной *Картины Мира*, практически невозможно правильно ответить на те сложные вопросы, которые мы сформулировали в самом начале главы. Далее вы убедитесь, что **наша Картина Мира** более соответствует **Реальности**, чем гипотезы других авторов. Именно поэтому факты, о которых мы узнавали впоследствии, абсолютно точно (словно фигурки *пазлов!*) вписывались в наши представления о событиях многотысячелетней давности.

В качестве яркого примера расскажем о существовании в Индии **тайной секты**. Её члены проходят загадочные испытания, суть которых даже для них самих оказалась утраченной. Что вы можете сказать о человеке, который часами сидит в позе лотоса на солнцепеке в окружении пяти и более пылающих костров? И это-то – в пятидесятиградусную **ЖАРУ!** Испытуемый входит в *измененное состояние сознания* (ИСС) и удивляет зрителей «абсолютной неуязвимостью» к сильнейшему температурному воздействию! Однако, *что* это значит, и *откуда* взялся столь странный языческий ритуал? Обычно его объясняют, как демонстрацию *Высших* духовных достижений «факиров», а вот для нас очевидно нечто другое:

В предыдущей книге мы упоминали «**Сказание о нескольких Солнцах**». Согласно древним *Легендам*, когда-то на небе возшло несколько *Солнц!* Однако их яркость была столь велика, что на Земле всё гибло от страшной жары, а те, кто выжили, передали своим потомкам приблизительно следующее: «На небе вспыхнуло несколько *Солнц*, и всё сгорело! Мы сами не знаем, как нам удалось спастись! Это было

ужасно!!!» Естественно, что первоначально их рассказ сопровождался более «крепкими» выражениями на *Праязыке* наших *Предков*. К счастью, нашелся некий *Герой*, который «**стрелами из лука**» (???) сбил эти ложные *Солнца*, и осталось только одно – **истинное!** *Легенда* об этом *Спасителе Мира* передается из поколения в поколение, как образец непревзойденного героизма!

Обратите внимание, что в разных частях *Света* (в Индии, в Китае, в Греции, в Южной и Центральной Америке и др.) наблюдалось различное количество этих «*Солнц*»: где-то их было всего **три**, где-то – **пять**, а где-то – даже **девять!** В Китае, например, сохранилась *Легенда* о «**девяти ложных Солнцах**». Для нас совершенно очевидно, что речь идет о **ядерных вспышках**, которые внезапно появились в небе во время глобальной *Войны* между *Богам* и *полуБогам*!!! Как «память» о тех ужасных временах, до наших дней дошли эти странные, на первый взгляд, ритуалы **демонстрации неуязвимости** воздействию сильного *Огня* от «**ложных Солнц**»; эти *костры* как раз и символизируют «ложные Солнца», жар от которых уничтожал все живое вокруг!

Древнегреческая **Легенда о Фэтоне** точно также легко расшифровывается благодаря *Знаниям* о произошедшей около 12 000 лет назад ядерной Катастрофе.

*В древнегреческих легендах рассказывается о том, как Фэтон (сын Аполлона, Бога Солнца) уговорил своего отца дать ему прокатиться по небу на колеснице, но не смог удержать коней и слишком приблизился к Земле, опалив ее уничтожающим жаром. Тогда Зевс метнул в солнечную колесницу молнию и разбил ее, а Фэтон вместе с ее остатками рухнул на Землю.*

По нашему мнению, речь идет о тех ядерных ударах, которые были нанесены по землям Эллады. Естественно, что воспоминания о докатастрофных временах были уже языческими, поэтому характер «подробностей» соответствовал пониманию людей того времени.

Кто-то может возразить, что всё, о чем мы пишем, является лишь безудержной фантазией авторов, а ведь именно так сначала отнеслись к нашему сенсационному *Открытию* в Мире боевых искусств, пока многие не убедились, что всё это работает. Вместо того чтобы критиковать нас, попробуйте предложить своё объяснение «странным» языческим ритуалам.

Вспомните о ритуалах **празднования «Масленицы»** на Руси, когда выжившие арийские этносы ликовали, встречая *Весну* и провожая *Зиму!* Казалось бы, что здесь такого?! Ну, пришла *Весна*, так ведь она каждый год приходит!..

Мы уверены, что празднование «Масленицы» изначально было отражением той неопишуемой радости, которая охватила выжившие народы после окончания «*Ядерной зимы*», когда *Солнце* вновь появилось на небе!

Наша расшифровка слова «*Солнце*» позволяет осознать, насколько невероятным стало для наших *Предков* его появление. Почему же люди не закричали: «Ра появился! Ра светит! Рассвет!»??? Ведь, согласно индоевропейской мифологии, *Бога Солнца* называли «Ра». Это значит, что после Катастрофы люди, пережившие столько ужасов и лишений, уже **не верили**, что может произойти подобное *Чудо*. Они восприняли «**Восход Ра**» как... **Сон!!! Сон – это! Сон-це!!!**

Закончилась страшная и, казалось бы, нескончаемая «**Большая Ночь**», причиной которой, согласно народным преданиям, стал «**Дракон, проглотивший Солнце**». Стало светло и наступило долгожданное потепление! Снега начали таять, и все живое постепенно пробуждалось от глубокого сна. Человечество встретило **Первую весну** новой *Эры!!!*

**Это был Праздник, который навсегда остался  
в генетической Памяти нашего Народа!!!**

В древнеарийских *ведических* текстах также упоминается наступившая «**Большая Тьма**», конца которой не было видно, что приводило людей в ужас. Однако некоторые ученые наивно полагают, будто истинной причиной этого необъяснимого страха было всего лишь то, что в те времена арии жили далеко на Севере (в приполярных зонах), где ночь длилась несколько месяцев. По мнению этих ученых, невежественные и дикие народы (арии!) всякий раз пугались (?!), что *Солнце* может не появиться вновь!!!

Вам будет интересно узнать и об *Истоках* возникновения у жителей Северной Европы (например, в Германии) языческого праздника под названием «**Вальпургиева Ночь**». Как вы думаете, что это за странный ритуал, при котором на вершине «Лысой горы» (?) в ночь с 30 апреля на 1 мая собирались ведьмы. Кто были эти старые и страшные женщины, или «злые колдуньи», как их представляют многие?! С точки зрения **Шар-этимологии** (или, что то же самое, «некорректной» этимологии ШАР), «**ведьма**» – это «**ведающая Мать**»! Вопреки распространенному ложному мнению, значение этого слова не является негативным; наоборот, так называли женщин, которые обладали *Высшими Знаниями!*

## Ведьма – это Ведающая Мать!!!

Мы уверены, что вы теперь сами догадались, *кто* были эти женщины! Это были *Матери (Хранительницы Рода!)*, которым удалось пережить самую ужасную Катастрофу. Они долгое время жили в непроглядной тьме и жутком холоде, терпели лишения и голод, однако даже в этих невыносимых условиях женщины продолжали рожать детей и надеялись, что когда-нибудь страшная «**Большая Зима**» закончится. Представляете, как они радовались, когда, наконец, взошло *Солнце!!!* Они поверили, что теперь у их детей появилось *Будущее!* События именно этого исторического периода *проливают свет* на разгадку происхождения **неандертальцев и кроманьонцев**, и подробнее об этих поистине сенсационных *Открытиях* будет рассказано в следующей главе.

Таким образом, лишь достоверная информация о том, что произошло много тысяч лет назад, помогает **правильно интерпретировать** языческие *Традиции*, которые возникли еще в незапамятные времена практически одновременно во всех уголках нашей *Планеты!* Эти ритуалы дошли до нас в первозданном виде, но теперь вы уже и сами можете понять, какой смысл вкладывали в них наши *Предки*, когда создавали их.

Перечислим и другие *послекатастрофные* ритуалы, получившие широкое распространение в разных уголках нашей Планеты: «*погребение заживо*» (у индийских йогов), «*сидение под струями водопада*», «*разбивание льда, досок и кирпичей*» (в восточных боевых искусствах), «*нахождение в задымленном помещении*» (у шаманов северных народов), «*растопливание льда и снега теплом своего тела*» (у тибетских йогов), «*хождение по тлеющим углям*» и многое другое.

По нашему мнению, точно также возникла и языческая (*послекатастрофная*) **Традиция парных бань** с последующим купанием в ледяной воде (или валянием в снегу). Если проанализировать эти ритуалы, можно воссоздать последовательность глобальных изменений климата, которые происходили на северных территориях Евразии и Америки с началом *ядерной Войны*:

Землю окутал дым пожарищ, и люди, изнемогая от нестерпимой жары и жажды, прятались в своих *бревенчатых* домах. Они плотно закрывали все окна и двери, а также затыкали все щели, через которые в их жилища мог проникнуть едкий дым. Казалось, спасти их мог только сильнейший ливень, но то, что должно было принести избавление, обернулось для людей новой *Трагедией*: когда, наконец, пошли долгожданные дожди, то, заливая горящую землю, они вызвали мощный «парниковый эффект». Высокая

влажность и жара (как в бане или сауне), становились поистине невыносимыми, но это были далеко не все испытания, уготованные человеку бушующей стихией. Солнце тем временем окончательно скрылось за плотными облаками дыма и гари и уже не могло согревать Землю. Наступила *«Большая Ночь»* и нестерпимые холода. Эти события нашли отражение в *Мифах* и *Легендах* многих славянских народов в образе **«Дракона, проглотившего Солнце»**. Заметим, что, с точки зрения **Шар-этимологии**, слово **«дракон»** тождественно выражению **«Д(а), Ра-кон»**, т. е. **«Да, конец Ра»** (**«гибель Ра»**), где **«Ра»** – это *Свет*, или *Солнце*. За короткое время земля покрылась мощным слоем снега, спрессовавшимся в лед. На Северных территориях Евразии и Америки образовался слой **«вечной мерзлоты»**. Кстати, слово **«Сибирь»** мы расшифровываем как **«Сибирь»**, что в обратном прочтении (и с учетом открытой нами мутации гласных и согласных!) означает **«Ра бис»**, т.е. **«(Земля, оставшаяся) без Ра»** (без *Солнца* и *Света*), так как вследствие Общепланетарной Катастрофы на всей Земле наступила многолетняя **«ядерная Зима»**, а этимология древних названий сохранила «воспоминания» об этих ужасных *Реалиях*. В северных краях археологи до сих пор находят в мерзлых слоях леса целые стада мамонтов, бизонов, оленей и других животных, которые были уничтожены какой-то неведомой силой, крутившей и рвущей тела животных, перемешивая их с обломками деревьев. Ученые до сих пор гадают о причинах массовой гибели животных на северных территориях Евразии и Америки. В некоторых местах животные были засыпаны снегом, из которого они не смогли выбраться (замерзали даже в стоячем положении). В желудках погибших животных были обнаружены остатки растительной пищи, которая не успела перевариться, что прямо указывает на внезапное и резкое наступление холодов.

Все эти события, безусловно, оставили неизгладимый след в памяти людей, переживших самую страшную Катастрофу в *Истории Человечества*, о чем мы еще расскажем в главе «Власть над эмоциями». Таким образом, «баня» являлась чем-то вроде испытания на выживание в экстремальных условиях! Заметьте, что раньше дым в банях шел внутрь (это называлось **«топить баню по-черному»**). Однако, для чего нужно было находиться в жарком и душном помещении, насыщенном паром и дымом?!

Частью этой *Традиции* стало употребление в банях *пива*! Заметим, что *пиво* является одним из древнейших *напитков*, обычай употреблять который до сих пор широко распространен практически у всех арийских народов. Считается, что пиво «изобрели» в Древнем Египте, но мы утверждаем, что приготовление и употребление этого напитка было принесено в Египет самими *Богам*, которые употребляли **слабоалко-**

**гольные** напитки, приготавливаемые, в том числе, из солода и ячменя, и уже по их рецептам стали варить пиво древние египтяне!

Предлагаем вам теперь самим разобраться, *почему* в банях люди **хлещут** друг друга березовыми (или дубовыми) вениками?! Ответ на этот вопрос покажет, насколько хорошо вы смогли представить описанные нами события. Подумайте также, *почему* на Руси, кроме *слабоалкогольных* напитков (в виде пива, браги, кваса и др.), получила широкое распространение *Традиция* употребления **крепких** спиртных напитков. С учетом знания о произошедших на нашей Земле катастрофических событиях, нетрудно догадаться, что в условиях сильнейших холодов и длительной (казалось, бесконечной!) «Зимы», **чтобы выжить**, русы начали пить напиток, получивший название «**водка**», или «**вод(а) "ка"**», что, согласно нашей расшифровке, означает «**как вода**». Иногда ее ласково называют «**водяра**», т. е. «**вода "Ра"**», или «**Огненная вода**». Именно с тех давних времен произошел **сбой генетической программы** у арийских этносов, называвших себя «**русами**», которые были вынуждены «*согреваться*» всеми доступными им способами!

**«Водка» – это «вода ка», или «(напиток) ка(к) вода»!!!**

Разнообразные испытания (*землей, водой, огнем, воздухом*), по нашему мнению, указывают на то, что после ядерной Катастрофы выжили **именно те люди**, которые смогли справиться со всеми *Стихиями*, обрушившимися на них. Выжили самые жизнеспособные люди, которые оставили после себя крепкое и сильное потомство. Они передали своим детям *Знания*, которыми обладали сами! Впоследствии были разработаны и использовались *Ритуалы*, смысл которых спустя тысячелетия оказался утраченным, но из поколения в поколение передавался «**опыт**» **выживания** в подобных экстремальных ситуациях. Подчеркнем, что глубокое изучение и анализ языческих *Традиций* и ритуалов именно с этой точки зрения поможет современным ученым и исследователям глубже разобраться в том, что и как происходило на нашей Планете в те незапамятные времена.

Согласно нашим *Открытиям*:

**Языческие Традиции и ритуалы – это испытания  
на Выживание!!!**

Наши первые публикации о ШАР (статьи в специализированных журналах по боевым искусствам, а также книги «Мастер рукопашного боя» и «Как побеждать любого противника») вызвали у многих читателей вполне естественные и логичные вопросы:

### **А откуда мы знаем это?!**

Кто научил нас? Почему раньше никто и никогда не предлагал ничего подобного? И где хранились эти удивительные по своей глубине *Знания*?..

Несмотря на то, что во второй книге, посвященной нашему сенсационному *Открытию* в Мире боевых искусств, в главе «Истоки Высших Знаний» мы дали на все эти вопросы хотя и краткие, но вполне исчерпывающие ответы, к сожалению, для некоторых читателей они так и остались неразрешимой загадкой: «Как можно передать *Знания* самим себе, да еще спустя тысячи лет?! Такого просто не может быть, ведь не *бессмертны* же, в самом деле, авторы и создатели ШАР?!» Многим также было абсолютно непонятно, *какое* отношение русские имеют к ариям?.. *Почему* мы убеждены, что арийские народы являются нашими *Братьями*?.. *Почему* мы считаем, что всё происходило именно так, как мы описываем?.. *Где* доказательства того, что наши утверждения являются истинными?..

Чтобы помочь читателям разобраться в том, о чем мы писали в своих первых книгах, мы продолжаем рассказ об исторических реалиях, понимание которых дарит последователям ШАР настоящие КЛЮЧИ СИЛЫ!

Мы не откроем *Тайны*, если скажем, что каждый человек – это не только «грубое» физическое тело. Человек – это «нечто» большее! Не углубляясь в метафизические рассуждения, поясним, что у каждого из нас, кроме физического (или *видимого!*) тела, есть также *невидимые* глазу **энергетические** и **духовные тела**, поэтому, даже умирая, никто не исчезает безвозвратно. Каждый человек *бессмертен* от *Природы*, и наши *Предки* прекрасно знали об этом.

### **Смерть – это потеря осознанности при «Великом Переходе»!!!**

Заметим, что нечто подобное происходит иногда во сне, когда человек, засыпая, «теряет» *осознанность* и, в результате, попадает в настоящий *Мир Иллюзий*, где он ста-

новится неспособным к самостоятельным и *адекватным* действиям. С ним происходят (независимо от его желания!) какие-то «странные» события, влиять на ход которых он практически не в силах.

**Во время сна человек становится «марионеткой»  
в руках неведомых сил!!!**

Что же тогда говорить о «*Великом Переходе*» (от *Жизни* к *Смерти*), если даже во время обычного сна человек не способен контролировать себя?! Именно поэтому мы обучаем своих учеников **осознанности**, в том числе и во сне. Отметим, что изучением *глубинной* природы сна занималось и занимается множество ученых во всем Мире, а результаты их исследований *проливают свет* на понимание механизма и сути сновидений. Однако мы сейчас не будем касаться этих интереснейших вопросов, которые затрагивают психофизиологию *измененных состояний сознания* (ИСС), лишь обратим ваше внимание на то, что наши *Предки* не случайно называли сон – «**малой смертью**». Каждую ночь мы «умираем», а утром вновь «воскресаем», и это не аллегория, особенно если учесть, *что* же происходит с нами на самом деле.

Самое интересное, что даже столь естественный для человека процесс «*моргания*» (закрывания-открывания глаз) также связан с достижением и с потерей *осознанности*, о чем мы подробно расскажем в дальнейшем.

Нас нередко спрашивают: «**Сколько требуется времени, чтобы достичь Бессмертия по методикам ШАР?!**»

Мы отвечаем:

**«Вопрос достижения Бессмертия –  
это не вопрос Времени!  
Это вопрос – Осознанности!!!»**

Таким образом, достигать ничего не нужно: **Вы – уже Бессмертны** (причем **изначально!**), и ваша задача – лишь **осознать** это!

Мы хотим показать, что, овладевая *искусством управления сновидениями*, вы приобретаете также удивительную способность сохранять **ясность сознания** даже при умирании, а это – один из основных *Путей*, ведущий к достижению *Духовного Бессмертия*.

## **Осознанность – ключ к достижению Бессмертия!!!**

В главах, посвященных *уникальным* техникам ШАР для *осознанного* вхождения в состояние сна, мы достаточно подробно рассмотрим все эти вопросы, а сейчас (для сравнения!) приведем описание некоторых медитативных практик, которые дают Учителя Востока своим ученикам для достижения *Бессмертия* и укрепления здоровья. Вы поймете, какие нелепые рекомендации они предлагают! По нашему мнению, эти рекомендации ни малейшего отношения не имеют ни к укреплению здоровья, ни тем более к достижению *Бессмертия*, скорее наоборот, они могут причинить серьезный вред здоровью занимающихся. Впрочем, сравнивайте сами!

Один из известных даосских Учителей рекомендует своим последователям вообразить внутри живота восемь *триграмм* (расположенных по кругу, как циферблат часов, ориентированный горизонтально). Затем он предлагает вращать их по- или против часовой стрелки. Удивительно, но подобное «вращение триграмм» считается, почему-то, оздоровительной техникой?! Для тех, кто не знаком с восточной философией, поясним, что *триграммы* – это плоские фигуры, состоящие из трех линий, которые могут быть либо цельными, либо прерванными, и таких фигур по числу комбинаций может быть только восемь. Эти *триграммы*, объединенные попарно, в *Древности* послужили основой для создания 64-х *гексаграмм*, положенных в основу «*Книги Перемен*», о чем мы еще расскажем позже.

Теперь представляете?! Внутри живота – вращать плоские фигуры, состоящие из нескольких *прерывистых* или *цельных* черт каждая!!! Как лопасти винта мясорубки, эти «*триграммы*» тотчас энергетически перерубят все ваши внутренние органы! Можете даже не сомневаться! И «*это*» выдается за лечебно-оздоровительную технику?! По нашему мнению, даже *визуализация* внутри живота «резинового мяча, наполненного теплой водой» (об этой медитации мы рассказывали в своей первой книге, иллюстрируя *ложные* медитативные практики), не окажет столь пагубного воздействия на ваше здоровье, как вышеописанная «даосская медитация»!

**С какой целью даосский Учитель предлагает европейским ученикам подобные техники?!**

Если вы подумаете, что – нарочно (со злым умыслом), то ошибаетесь! Даосский Учитель на самом деле **искренне** полагает, будто эта его «медитация» полезна для здоровья, причем то же самое относится и к другой, намного более известной медитативной практике. Речь идет о том, как в тех же даосских Школах достигается *Бессмертие*. Техника достижения «*Бессмертия*» кажется вполне естественной и называется – «**выращивание зародыша**»! Конечно же, вырастить его можно только в животе (что они и делают, согласно указаниям своих наставников).

Интересно, как может произойти подобное «зачатие» (особенно у мужчин!)?! Согласно тайным восточным методикам, последователям даосских *Учений* рекомендуется представить внутри своего живота «младенца», который вырастает и постепенно приобретает необходимые духовные качества и способности. Даосы учатся отождествлять своё «Я» с этим «младенцем», а далее пробуют «выделять» его из своего тела, как некую духовно-энергетическую и независимую (от кого?) сущность. Заметим, что на Востоке, вообще, весьма распространена работа с мыслеобразами (представлением различных объектов или даже предметов внутри тела), и об этом мы расскажем в отдельной книге, которая будет посвящена секретам энергетических медитаций.

Некоторые Школы предлагают и другие формы *Бессмертия*. Они говорят о достижении *Бессмертия* в «физическом теле», причем подразумевается, что человек, овладевший их тайными методиками, будто бы способен сохранять свое тело в течение неограниченного времени, таким образом «обретая» **физическое Бессмертие**! Рассказываются совершенно невероятные истории о том, как состарившиеся последователи этих *Учений* удалялись куда-то в горы, где они встречались с такими же, как они, «*Бессмертными*», чтобы получить дальнейшие инструкции и документы для начала «новой жизни».

Иногда нас спрашивают: «Правда ли это?! Неужели такое может быть на самом деле?!» Наш ответ разочарует тех, кто верит в подобные сказки! Мы знаем, что именно *такие* уловки привлекают наивных учеников в различные секты, где под видом «*эликсира Бессмертия*» предлагается настоящий «**коктейль**» методик и техник, позаимствованных из *Источников*, смысл которых давно утрачен.

Действительно, с незапамятных времен люди искали «**эликсир Бессмертия**». Они были уверены, что это – некий напиток, после принятия которого человек обретал *Бессмертие*. Однако мы знаем, что человек не может жить в физическом теле бесконечно долго!

## **Человек бессмертен по своей Природе, но это Бессмертие не физическое, а – Духовное!!!**

Если же говорить о «**физическом Бессмертии**» в нашем понимании, то этот термин может означать лишь то, что при своем очередном перевоплощении человек вновь оказывается в **физическом теле**, но уже в другом. Таким образом, *условно* можно считать, что человек – это физически бессмертная сущность, хотя, на самом деле, бессмертной является только его *Душа!!!*

Согласно некоторым религиозным *Учениям*, каждая последующая жизнь человека является наказанием (!) за его деяния в прошлых жизнях, и он должен искупить свои грехи, ведя праведный образ жизни. Людям внушается, что «Жизнь – это страдание», и чем больше вы страдаете в этой жизни, тем скорее очистите свою карму!

Что же считается «греховным» по представлениям этих *Учений*?

Начнем с того, что Мир, в котором вы живете, называется «**грешным**»!!! Представляете, «*грешный Мир*»! *Зачатие* ребенка считается грешным. *Чревоугодие* – грех! *Радоваться жизни* – грех! *Жить для себя* – это грех! Человека заставляют **отказаться** от всего, что приносит ему радость, и – наоборот: тяжкий непосильный труд, болезни и лишения почему-то удел праведников! Кстати, подумайте, что, с точки зрения «некорректной» этимологии, означает слово «грех»?! Что такое «грех»?!

Мы хотим привести на эту тему **анекдот о «святом» и «грешнике»**. Данная притча поможет вам взглянуть на многие «истины» по-другому:

*Однажды перед Господом Богом предстали два человека – праведник и грешник. Праведник спрашивает: «Господи, скажи, сколько мне еще нужно жизней, чтобы искупить свою карму, избавиться от смертей и рождений в этом грешном Мире?» Бог отвечает ему: «Ты вел праведную жизнь, но искупил далеко не все. Тебе предстоит еще два рождения». «Как?! За что?! – возмутился праведник. – Да, я всю свою жизнь мучался и страдал, чтобы только быть святым, а мне за это еще целых две **таких** жизни!!!» «Ничего не поделаешь, такова твоя карма! – ответил Господь. «Ну, а тебе, – обратился он к грешнику, – за твои грехи предстоит тысяча перерождений». «Отлично! – обрадовался тот. – Неужели еще столько времени я буду радоваться и наслаждаться Жизнью на Земле?! Спасибо тебе, Господи, за твою милость!!!»*

Некоторые скептически настроенные читатели рассуждали так: «Вот, авторы говорят, будто ШАР – это **их** система, но разве можно придумать столь емкое и це-

лостное *Учение*? Не случайно на Востоке огромное значение придавалось истории той или иной Школы и родословной Мастеров». Считалось, что Школа служит той базой, где получали дальнейшее развитие *Знания* ее «отцов-основателей». Именно так передавалась и передается древнейшая *Традиция*! А где же история ШАР?!

### Где история «Школы Брагиных»?!

По мнению некоторых, ШАР – это всего лишь очередной «**новодел**», не имеющий в своей основе ничего древнего и уж тем более достоверного! Кто-то даже острил по этому поводу, мол, «из загадочных полунамеков совершенно неясно, *откуда* у авторов книги появились эти *Знания*, кто такие эти праевропейцы, и почему их тайные *Знания* оказались у авторов?!»

Вот такое «искреннее» непонимание?! А ведь на все эти вопросы мы дали подробные и недвусмысленные ответы, как в первой, так и во второй наших книгах. Можно лишь удивляться безграмотности и невежеству этих «критиков», ведь даже школьникам, начинающим изучать историю Древнего Мира, должно быть известно, что *Ведические Знания* и *Культуру* на Восток принесли именно *праевропейцы* (т.е. наши *Предки*) – арийские этносы! Значительная часть ариев много тысяч лет назад мигрировала на Юг и на Восток, а часть – осталась на своей *Северной Родине*, и все европейцы являются **прямыми** потомками тех арийских этносов, которые остались на территории *Севера* Евразии.

Напомним, что Основу *Учения* ШАР составляет глубинный, внутренний опыт каждого европейца, а предлагаемые нами *Знания* являются результатом **наших многотысячелетних** (и это не **опечатка!**) *Поисков* и *Открытий* в искусстве *Жизни*, поэтому когда мы говорим о *Духовном Бессмертии*, то имеем в виду, прежде всего, тот факт, что **физическое тело – это всего лишь «одежда»** для *Высшей Бессмертной Природы*. Только не воспринимайте наши слова буквально! Конечно же, тело не является «одеждой», – это не более, чем образ, и речь идет лишь о том, что с возрастом наше физическое тело «изнашивается», у человека постепенно атрофируются все жизненно важные функции, нарушается нормальная работа внутренних органов, выпадают волосы, зубы, и все это, в конечном счете, приводит к полному ослаблению организма и преждевременному старению, а затем и физической смерти.

**Физическая смерть – это смерть физического тела,  
а не духовного!!!**

Смерть, по своей глубинной сути, является одной из форм **Освобождения** от уз материального Мира.

В ШАР это называется «**сбрасыванием одежд**»! По прошествии определенного времени (или «срока») человек *освобождается* от всего, что мешало ему достичь настоящей **Свободы**. Заметим, что в развитых эзотерических Школах и *Учениях* считается очень важным научиться «умирать» еще при Жизни, и мы полностью с ними согласны. Та же самая идея нашла отражение и в древнеарийских представлениях о «*Дваждырожденных*» – так называли людей, которые пережили свою «смерть» и достигли *Освобождения*.

Однако вернемся к анализу событий нашей древнейшей *Истории*. Мы утверждаем, что все европейские народы (включая славян!) и индоарии – это не соседи, которые всего лишь жили поблизости (как это хотят показать некоторые историки), а представители одной расы (*Белой расы!*) – генетически, антропологически и культурно единые этносы! Более того, все (!) Древние Цивилизации Земли (Шумер, Хараппа, Египет, Государства майя, ацтеков, инков и т. д.) были основаны **Праевропейцами**, или представителями *Белой расы*, и это научно доказанный факт!

Тем не менее многие историки до сих пор не могут понять, как связаны между собой народы, у которых настолько разительно отличаются друг от друга *обычаи* и *Традиции*, *язык* и *Культура*! Заметим, что все *Священные Писания* прямо указывают на то, что когда-то, много тысяч лет назад, все было по-другому. Вспомните *Библию*:

**«На всей Земле был один язык и одно наречие!»**

Чтобы разобраться, *почему* столь неузнаваемо изменились *Культура* и *язык* людей, обратите внимание, что произошло с речью европейцев, покинувших *Старый Свет*. Сравните английский язык, на котором сегодня говорят в Великобритании, и английский – в Америке!.. Эти языки уже настолько отличаются, что и англичане, и американцы порой даже не понимают друг друга, а ведь эти изменения в языке «случились» всего лишь за какие-то последние двести-триста лет! Теперь вообразите, что может произойти за десять тысяч лет!!! Более того, следует учитывать и то немаловажное обстоятельство, что в наши дни между людьми сохраняется **возможность общения** с

помощью средств *телекоммуникаций* или быстрого перелёта из одной страны в другую (именно поэтому разрыв на языковом уровне оказался еще не настолько велик).

В далеком прошлом из-за **общепланетарной Катастрофы**, о которой мы кратко рассказывали ранее, люди потеряли возможность общаться друг с другом, так как расстояния, разделявшие их, стали совершенно непреодолимы, а все средства перемещений («летающие колесницы», или «виманы» – летательные аппараты наших *Предков*) были уничтожены или выведены из строя. Люди оказались разделенными огромными расстояниями и утратили какую-либо связь друг с другом. Опять же, подчеркнем, что все это происходило в условиях наступившей **ударной «ядерной Зимы»**, которая необратимо изменила климат нашей *Планеты!!!* Теперь вы уже и сами можете догадаться, каким образом на Земле «появилось» огромное число народов, говорящих на **разных** языках.

Представьте «*Большую Семью*», состоящую из нескольких *Родов*, которые живут вместе, говорят на **одном** языке, причем их детей воспитывают одни и те же люди, они учатся одним наукам и овладевают всеми необходимыми *Знаниями*. Как это обычно бывает, кто-то из них более способен к точным наукам, а кто-то – к гуманитарным и т. д. Они свободно путешествуют по всему Миру, живут в разных уголках *Планеты*, и тут случается нечто ужасное!.. Происходит невиданная по своим масштабам Катастрофа, резко меняющая условия Жизни на всей Земле. Люди оказываются разделенными огромными расстояниями (сотнями и тысячами километров!). Они попадают в условия, где главной их задачей становится **ВЫЖИВАНИЕ!**

Возвращаясь к причинам возникновения множества языков и диалектов, можно сказать следующее. Речь любого человека отличается своими индивидуальными особенностями: один слегка заикается, другой чуть картавит, третий «говорит в нос», четвертый шепелявит и т. д. Когда дети слышат, *как* говорят их родители, они произвольно **подражают** их произношению. С самого рождения дети усваивают все эти речевые особенности, которые есть у их родителей, и если, например, родители говорят с каким-либо «дефектом», то и дети их будут говорить точно также. Заметим, что даже среди одного этноса существует множество **диалектов**, по которым безошибочно можно судить, откуда родом человек. Этот факт, помимо всего прочего, объясняет возникновение *диалектов* и доказывает правильность наших суждений!

Таким образом, из **единого Праязыка** (или, согласно «некорректной» этимологии, «**Ра-языка**», «**языка Солнца**», «**языка Богов**», или «**Первого языка**», где корень «**пра**» – это, в том числе, «**пар**», «**пэр**» или «**пер**»!) образовалось множество родствен-

ных языков и наречий. Их взаимосвязь легко проследить с помощью **Шар-этимологии**, объясняющей многие существующие ныне лингвистические «парадоксы».

Что касается «доарийских» (или, как считают многие востоковеды, «неарийских»!) Цивилизаций на Востоке, то, по нашему мнению, **основная ошибка** большинства историков состоит в том, что они полагают, будто арии появились на территории Индостана впервые лишь 1500 лет до н. э., после чего «растворились» в общей массе *дравидского* местного населения, оставив после себя записанные ими на санскрите удивительные тексты (*Веды, Упанишады, Рамаюну, Махабхарату* и мн. др.). Однако обратим ваше внимание на один прелюбопытнейший факт, не вписывающийся в «традиционные» научные представления: эпос, который принесли с собой арийские языческие племена, повествует о событиях, которые происходили **задолго** (!) до появления ариев на территории Индостана! Как считают ученые, битва между *кауравами* и *пандавами*, описываемая в «Махабхарате», происходила на поле Курукшетра в 3102 году до н.э., т.е. тогда, когда арийских племен на территории Индии вообще не было, и об этом свидетельствуют многие данные, которыми располагают современные ученые.

Ранее ученые считали, что все события разворачивались именно в Индии. Более того, никто до сих пор точно не знает, что же происходило в течение целой тысячи лет после «вторжения» ариев на территорию Индостана. Ученые даже назвали этот период **«Ведической ночью»** (период времени от «вторжения» арийских этносов в Индию и... до появления *Будды*). События того «периода» никак не отражаются в арийском эпосе, что, согласитесь, довольно-таки странно.

В связи с этим возникает вопрос:

### **«А было ли "вторжение" ариев вообще?!»**

Согласно представлениям историков, на территории Индостана арии-пришельцы встретили племена *дравидов*, которые жили в джунглях, в том числе, на руинах древних разрушенных городов и храмов. Ученые считают *дравидов* основным автохтонным населением Индии. С точки зрения **Шар-этимологии**, слово «дравид» мы расшифровываем как «д(а), **Ра** видевший» (**видевший Ра**), т.е. тот, кто своими глазами видел *Богов* или «*Посланников Неба*». Другая наша расшифровка звучит точнее: «**дравид**» – это «д(а) **Ра** вид», т.е. «**да, имеющий вид Ра**», или «**похожий на Ра**». Обратите внимание, что слово «дравид» не является самоназванием «коренных» («автохтонных») жителей Индостана, также как и сам Индостан не являлся *Дравидией*. Все эти названия

были даны им нашими *Предками* (и теснейшим образом связаны с **санскритом** – языком, на котором общались арии). Что это был за язык, на котором говорили *белые пришельцы*, и почему он столь тесно связан со всеми европейскими (и не только!) языками?..

Заметим, что ученые до сих пор не прекращают споры о том, чей же язык и чья же *Культура* ближе всех к арийской?! Каждый исследователь всерьез пытается доказать, что именно его народ говорит на языке, который ближе всего к санскриту. Например, нам попадались труды одного известного *армянского* ученого, который пытался доказать происхождение санскрита от **армянского** языка. Попытки научно обосновать «избранность» языка только одного народа не приведут к *Истине*, так как, на самом деле, в каждом из индоевропейских языков в чистом виде сохранились лишь отдельные **корни Праязыка!** Арийские (и уже языческие) племена, мигрируя на Юг и на Восток, частично *оседали* на тех землях, которые им встречались на *Пути*, поэтому более близким по звучанию к санскриту языком будет язык тех племен, которые окажутся южнее. Но является ли он, как и собственно санскрит, идентичным языку *Богов* – тому **Языку Силы и Могущества**, на котором говорили наши *Великие Предки* до Катастрофы?!

Мы утверждаем, что – нет, и в этом легко убедиться, если познакомиться с «некорректной» этимологией ШАР.

### **Чей же язык ближе к Праязыку?!**

Правильный метод, на наш взгляд, состоит в том, чтобы провести сравнительный анализ всех европейских языков на предмет установления *глубинного* смысла слов, обозначающих те или иные явления и объекты окружающего Мира. Именно такую задачу мы поставили перед собой при разработке **Шар-этимологии** (или «некорректной» этимологии ШАР!). Самое интересное, что данная работа уже принесла долгожданные *плоды*: нам удалось не только расшифровать имена древних *Богов, Героев* и *Правителей*, воспоминания о которых сохранились в многочисленных *Мифах* и *Преданиях*, но и понять глубинный смысл многих слов европейских языков и **русского** языка в том числе. Более того, мы считаем, что уже в ближайшем *Будущем* нам удастся «**реконструировать**» (**восстановить!**) древнейший **язык** наших *Великих Предков*, или **Праязык** – язык, на котором говорили *Боги!!!*

Многие удивляются: «А какое отношение имеют исследования русского языка к *Учению ШАР*?! Причем здесь язык-то?! Или речь идет только о русском мате, который

можно использовать в драке?» Некоторые не понимают, каким образом вопросы *этимологии, лингвистики* (и, вообще, *языкознания!*) связаны с нашим *Учением*.

### **Что такое «русский мат» и какую роль он играет в древнеарийской Культуре?!**

Чтобы помочь вам в этом разобраться, напомним о существовании **культы фаллоса** в Древней Индии. Этот культ до сих пор там весьма популярен и выражается в почитании «Шива-лингама», или детородного органа Шивы. Однако ритуалы и обычаи Древней Индии всеми признаны, и ни у кого не возникает сомнений по поводу этой глубочайшей философии мудрецов Востока, сохранившейся с незапамятных времен. А что же сохранилось у русского народа?

Приведем известный русский анекдот:

*Альпинист, поднимаясь на высочайшую гору и с невероятным трудом преодолевая последние метры, вдруг обнаруживает на вершине храм в виде огромного фаллоса!!! В недоумении он восклицает: «О, Господи! Что это?!» И слышит вкрадчивый голос: «Мужик... А, мужик?! Тебя когда-нибудь посылали на ... ? Ну вот, ты и пришел!»*

Своим ученикам мы рекомендуем внимательно отнестись к этому жанру народного творчества, ведь в анекдотах, по нашему мнению, заключен очень глубокий смысл, и они не только передают ценнейший опыт житейской Мудрости, но и целую философию, психологию, мировоззрение и, конечно же, учат *адекватности* поведения в самых разных ситуациях.

Заметьте, что в Индии сохранился **культ фаллоса**, а у нас... **матерный язык!** У них это – почитаемая и древнейшая *Традиция*, а у нас – *опошленное* восприятие важнейших в жизни человека явлений и представлений. Заметим, что точно такое же искажение произошло и с *Традицией* употребления спиртных напитков на Руси, которая после Катастрофы превратилась в **безудержное пьянство**. В результате люди, которые злоупотребляют крепкими спиртными напитками, не могут оставить после себя здоровое потомство. Кроме того, они губят не только свою жизнь, но и жизнь тех, кто находится рядом с ними. Мы убеждены, что для **выживания нации** необходимы сильные и здоровые люди, способные сохранять и передавать детям *Знания* и опыт своих *Великих Предков!!!*

### **Пьянство же ведет к полной деградации человека!!!**

В ШАР имеются специальные техники и упражнения, которые помогут сохранить и укрепить здоровье, научиться защищать себя и свою семью, быть **счастливым и свободным!** Мы вооружаем своих учеников *Знаниями*, которые позволят им **наслаждаться Жизнью**, не прибегая к помощи каких-либо *стимулирующих* средств.

Теперь вы уже знаете, что *Традиция* употребления крепких спиртных напитков зародилась в тяжелейшие для **русов** времена, когда они были вынуждены пить «огненную воду» (или «воду Ра») не только, чтобы *согреться* во время жутких холодов, но и для того чтобы **снять стресс**, который возникал в результате постоянного страха за свое будущее и будущее близких людей. Им необходимо было добывать пищу, поддерживать огонь в своем жилище, спастись от диких голодных животных (волков, медведей и пр.). Но это было уже после Катастрофы, тогда как **в наши дни** люди могут «добыть» пищу в супермаркете, холодной зимой «согреться» в отапливаемых квартирах, любой может (если захочет!) найти себе работу, чтобы обеспечить свою семью материально. Неужели **сейчас** человек не может решить свои проблемы каким-либо другим способом?!

### **Почему русские злоупотребляют крепкими спиртными напитками?!**

Ответ на этот вопрос вам должен быть понятен: много тысяч лет назад (из-за ужасной Катастрофы) у русов произошел **сбой «генетической программы»!** Именно поэтому чрезвычайно важно **осознание** и **изучение** тех *Реалий*, которые мы открыли.

Употребление алкогольных напитков должно быть *дозированным* и использоваться в первую очередь для *укрепления* здоровья и *повышения* жизнестойкости, о чем мы еще будем рассказывать в отдельных публикациях. Добавим лишь, что **ключом** к пониманию истинных причин употребления алкогольных напитков нашими *Предками* является *правильная* расшифровка слова «алкоголь». Попробуйте, используя **Шар-этимологию**, расшифровать это древнее слово!

А как вы думаете, что значат имена *Ахиллес, Аполлон, Посейдон, Виракоча, Кецалькоатль, Пта, Гор, Ра*? Что такое Атлантида, Египет, Шумер, Месопотамия, Арктида?.. С точки зрения «некорректной» этимологии ШАР, «**А-хиллес**» означает... «**не хилый**» (т. е. сильный); «**А-поллон**» – «**не плененный**» (т. е. свободный, где «полон»

означает «плен»), или – «не полный» (т. е. стройный); «**Ви́ра-коча**» – «герой кочующий» (где «ви́ра» означает «вы – Ра», а «коча» – «кочевать», или путешествовать); «**Ке-цаль-ко-атль**» – се (это) Царь (или кесарь!) атлантов, или один из «**Царей Атлантиды**», где название «Атлантида» нами расшифровывается как **А-тлан-тида**, т. е. **не тлен** (-ная) земля, или **Земля Бессмертных** (т. е. *Богов*). По легендам, *Предки* ацтеков пришли из страны **Ацтлан** (или **Астлан**), в названии которой легко угадывается слово «Атлантида».

В качестве еще одного интересного примера можно привести расшифровку названия Царства **Аида** (которое обычно переводится как «**Царство мертвых**»). С точки зрения «некорректной» этимологии ШАР, слово «**А-ид**» мы расшифровываем как «**не идущий**» (т.е. неподвижный, безжизненный, застывший). И, наоборот, **движение** является **символом Жизни**.

### **Движение – это Жизнь!!!**

Слово «Египет», в англоязычном звучании, произносится как «**Egypt**», т. е. «**Иджи-пт**». Мы утверждаем, что это означало «**Живой Пта**» (т. е. Египет – «**Страна Живого Пта**»), где *Пта* – **Первый Правитель Египта**, правивший им 9 тысяч лет назад (от времени упоминания о *Богах* древнеегипетскими жрецами)!

О достоверности чрезвычайно продолжительных сроков *Правления Богов* легко догадаться, ведь под маской, скрывающей лицо, можно править даже гораздо дольше! Напомним, что описываемые нами техники «*маски лица*» в ШАР теснейшим образом связаны с этой древнейшей докатастрофной *Традицией*.

### **Почему Боги прятали свои лица?!**

Обратите внимание, что в египетской и, вообще, в восточных *Традициях Богов* «скрывали» свои лица под **масками птиц или животных** и делали это не случайно! Не секрет, что *невежественные* люди боятся и поклоняются тем, кто кажется им таинственным и непонятным. Если же они видят себе подобных (пусть даже обладающих *сверхспособностями* и *Высшими Знаниями*), они могут возомнить о себе больше, чем представляют собой на самом деле. Если бы народ увидел, что *Боги* – это точно такие же люди, как и они, трудно даже представить, как могли развиваться события древнеегипетской *Истории*.

В европейской *Традиции*, наоборот, *Боги* – такие же, как и люди! Они испытывают те же чувства (радуются, гnevаются, любят, страдают), рожают детей, воюют между собой... Вспомните Зевса, Посейдона, Афину, Геру, Гермеса, Афродиту, Аполлона и многих других *Богов Олимпа*.

Вам будет также интересно узнать о том, что жители древнего Шумера изображали своих *Богов*, а также знатных людей (или представителей правящей верхушки) с синими глазами. Цитируем: «Своих Богов они называли "**светлыми**", "**со светлой кожей**", царей и цариц хоронили в париках из кованого золота или составленных из **золотых лент**» (книга В. Бегичевой «**Загадки технологий и изобретений**», изд-во «Вече», Москва, 2004 год). И никто не знает, откуда прибыли «светлокожие люди со светлыми (золотыми) волосами и синими глазами» (там же, с. 78-79).

### **Боги древнего Шумера были голубоглазыми, светловолосыми и светлокожими!!!**

Для нас нет никаких сомнений, что шумерская Цивилизация была основана нашими *Великими Предками*, которые принесли в Междуречье *Знания, Культуру и Традиции*. Одна из самых известных *Богинь* древнего Шумера, которую звали **Иштар** (или **Инанна**), была почитаема как *Богиня Любви и Войны*, и в следующей главе мы расскажем, что означает ее имя с точки зрения «некорректной» этимологии. *Иштар* была очаровательной представительницей именно Белой расы, в чем легко убедиться, если взглянуть на ее изображения, дошедшие до нас с тех незапамятных (уже **языческих!**) времен.

В качестве другого любопытного примера можно привести историю, рассказанную А. Ю. Складовым в книге «**Опасное наследие богов**» (издательский дом «Вече», Москва, 2004 год), где автор (на с. 206-207) описывает найденную археологами глиняную табличку на территории древнего Шумера с описанием напитка из поджаренных лепешек. Когда современные кулинары решили повторить рецепт этого напитка, то получили... русский квас!!! Вкусный и немного хмельной!

### **Откуда же в Шумере русский квас?!**

Мы приведем сейчас ярчайший пример совершенно ложного толкования имени «*Пта*» (**Первого Бога Египта**).

Один из известных в Мире специалистов по *Древней Истории* и *Загадкам Прошлого* Захария Ситчин в книге «**Войны богов и людей**» (изд-во «Эксмо», Москва, 2006 год) утверждает, что *Древние Боги* Египта пришли из неких библейских земель, и в качестве «доказательства» приводит аргументы, будто имена египетских *Богов* имеют «семитское» происхождение. Он заявляет, что слово «*Пта*» (или «*Птах*») в египетском языке **не имеет никакого смысла** (???), тогда как в языках семитской группы данное слово означает (а теперь читайте внимательно и... удивляйтесь!): «**тот, кто делал вещи, вырезая и открывая**»?!. Затем *Правителем* Египта стал **Ра** (сын *Птаха*), который правил 1000 лет! Отметим, что **Ра был голубоглазым**, как и *Боги* Шумера, а это прямо указывает на его принадлежность к Белой (или европеоидной!) расе. Далее следовало еще несколько *Правителей Небесной Династии Богов*, которая внезапно прервалась ужасной Катастрофой, причину которой многие исследователи видят в падении на Землю огромного метеорита. О настоящих причинах той глобальной общепланетарной Катастрофы мы уже рассказывали (и подробно расскажем дальше), а сейчас вернемся к *нашим* расшифровкам.

Для каждого русского человека слово «*Птах*» не просто знакомо, оно является родным, как и многие другие слова, дошедшие до нас с незапамятных времен из совершенно других *Культур* и *Цивилизаций*. На русском языке оно означает «Птица» (*птаха*, *пташка*), и именно так следует расшифровывать имя *Первого Бога* Египта!!!

Учитывая вышесказанное, становится понятно, *почему* именно так была названа нашими *Предками* страна «Египет»: это – **страна «Пта»**, «**Живого Пта**»! Добавим также, что «**Дом Пта**» звучит по-древнеегипетски как «**Хата Пта**».

### **Русский язык является универсальным ключом к расшифровке любых древних текстов!!!**

В отличие от большинства, мы не считаем, что русский язык вобрал в себя слова из многих языков Мира! «Специалисты» делают подобный ошибочный вывод, находя похожие *корни* в других языках. Они вообще не понимают, **откуда и когда появился русский этнос**, и уверяют, что **наша** история начинается с *Крещения Руси*! Однако никто из них даже не упоминает (!) о том, что **русские волхвы** вели свой отсчет времени совершенно от других событий, и их календарь начинал летоисчисление от «сотворения Мира» с 1 марта 5508 года до н.э.!!! *Почему же* такой огромный период истории нашего народа канул в небытие?! И что же послужило началом отсчета времени у пра-

славянских народов?! Добавим также, что в отдельной публикации мы рассмотрим глубинный смысл **древнерусского календаря** наших *Предков* и покажем, каким образом этот «забытый» календарь связан с календарями майя и ацтеков, а также с теми глобальными событиями, которые произошли в Истории нашей Земли.

Загадочный календарь *русов* назывался «**Круглолетом Числобога**» (см. книгу В. П. Путенихина «Тайны Аркаима. Наследие древних ариев» (изд-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 2006 год)). Но что означает это слово?! Нетрудно догадаться, что «**круглое лето**» – это обозначение полного годового цикла (или времени обращения Земли вокруг *Солнца*)!

### **Однако разве бывает лето круглый год?!**

Может быть, здесь закралась какая-то ошибка?! Ничего подобного! Просто до Катастрофы на Земле был теплый, почти тропический климат, и многие исследования археологов подтверждают это удивительное предположение. На Руси до сих пор сохранилось выражение, которое задается в виде «странного» вопроса: «**Сколько тебе лет?!**» Заметьте, не зим, не осеней, не весен, а именно – **лет!!!** Причем люди произносят эти слова, даже не задумываясь, каково их истинное значение. Точно также мы пользуемся фразеологизмом «**кануть в лету**», который означает «воспоминание» о тех безвозвратно ушедших временах, когда на Земле круглый год было лето!

### **На Земле круглый год было лето!!!**

С помощью «некорректной» этимологии ШАР мы также расшифровываем и многие другие слова и названия, однако теперь вы сами можете оценить, насколько мы правы или, наоборот, ошибаемся в своих «неожиданных» выводах, причем не надо верить нам на слово. Подвергайте сомнению любые утверждения, лишь тогда вы сможете убедиться в их... истинности! То же самое относится и к любым нашим методикам, техникам и упражнениям по развитию *сверхспособностей* и *сверхвозможностей*. Все они подробно описываются в наших книгах, чтобы каждый человек мог самостоятельно проверить (или испытать) предлагаемые нами *Знания*.

Ответим теперь на вопрос, *почему* звучание санскритских слов все-таки отличается от предлагаемых нами «**русских расшифровок**»?! Все объясняется тем, что на Востоке многие слова *п्राязыка* стали произноситься с небольшим придыханием (бх-,

пх-, дх- и т. д.). Например, слово «бодрый» звучит как «**бх**адра», дуть – **дху**, стан (или стоянка) – **стх**ана, брат – **бх**рата и т. д. Слова русского языка, с нашей точки зрения, отличаются более «чистым» звучанием, которое указывает на то, что все эти «придыхания» появились в дальнейшем, по мере продвижения арийских этносов на Юг и на Восток.

Возвращаясь к вопросу «**Чей язык более древний?!**», напомним, что языческие племена ариев пришли на территорию Индостана с *Севера*; поэтому у нас нет никаких сомнений в том, что язык тех арийских этносов (или русов), которые **не мигрировали** на Юг, а остались на своей «Северной Родине», сохранил свою чистоту и является наиболее близким к **Праязыку!**

На Востоке «*Солнечный*» язык ариев – санскрит (**сан-скрит**, или, по этимологии ШАР, – «**Солнце скрытое**») давно уже стал «мертвым», в то время как все европейские языки (и прежде всего – славянские!) являются «*живыми*», ведь на них до сих пор говорят все европейцы. Удивительным здесь является то, что прошло много тысяч лет, а язык, на котором мы говорим, практически не изменился!!! Лингвисты изучили данный вопрос и с удивлением обнаружили, что наивысшую степень *корреляции* (или совпадений) с *санскритом* имеет, как это ни странно, **русский язык**, в чем легко убедиться, если сравнить его с *санскритом*. Об этом также пишет известный индолог Н. Р. Гусева в своей книге «**Индуизм и мифы древней Индии**» (изд-во «Вече», Москва, 2005 год): «...наибольшее количество совпадений и близости с санскритом приходится на славянские языки» (с. 33).

Мы сейчас не будем сравнивать соответствие слов русского языка и санскрита, так как в наши дни любой желающий может самостоятельно убедиться в их поразительном сходстве, изучив имеющиеся публикации на данную тему. Отметим только, что в прошлом веке вышел из печати «**Санскритско-русский словарь**» **В.А. Кочергиной с русской (!) транскрипцией**, и появление этого словаря вызвало бурное негодование индологов, которые стали возмущаться тем, что теперь любой желающий (не утруждая себя изучением латинской транскрипции) может убедиться в необыкновенном сходстве звучания многих слов этих, казалось бы, разных языков. А ведь с момента «разделения» арийских этносов прошло немало тысяч лет!!!

Представляете, мы сейчас говорим на языке, который в Индии является «мертвым», хотя именно на нем написаны все *ведические* (древнеарийские) тексты, но даже и после всего этого отечественные индологи продолжают искренне недоумевать:

### Какое же отношение русские имеют к ариям?!

Сделанные этими учеными выводы, на основании тех же самых фактов и открытий, которыми пользуемся мы, поразительно нелогичны и противоречивы, будто «не-что таинственное» мешает им признать *прямое* родство русских (и славянских) этносов с арийскими. Они вводят даже особое словосочетание «**индо-славы**», чтобы обозначить лишь соседство славян и ариев.

Мы же говорим о **кровном родстве** всех европейских народов – в том числе тех, которые много тысяч лет поселились на Юге и на Востоке Евразии. Это легко доказывается, в том числе с помощью *антропологии*. Арии были высокими, белокожими и русоволосыми – такими же, какими и сейчас являются потомки **русов** и многих других европейских этносов (германцев, шведов, финнов, австрийцев и др.). Кроме **общих языковых истоков**, у русского народа (как и у других арийских этносов) был широко распространен символ «**свастики**», и здесь достаточно вспомнить многочисленные *орнаменты*, украшавшие бытовые предметы на Руси. Сравните **образ жизни** славян и ариев, их заботливое отношение к лошадям, коровам, собакам и другим священным арийским животным. О **культе фаллоса** в современной Индии (унаследовавшей древнеарийскую *Культуру*) и **русском мате** мы уже рассказывали выше.

### Всё это указывает на безусловное родство славянских и арийских этносов!!!

Кстати, греческое слово «этнос», с точки зрения **Шар-этимологии**, расшифровывается как «**это – нос!**», указывая на самый *заметный* антропологический признак, по которому можно судить о принадлежности человека к своему народу.

Удивление многих историков вызвал и тот факт, что сразу после «вторжения» на территорию Индостана **арии писали на бересте** (!), причем особым спросом у них пользовалась береста из Кашмира (см. книгу Н. Р. Гусевой «**Индуизм и мифы древней Индии**», Москва, изд-во «Вече», 2005 год), но впоследствии они были вынуждены отказаться от этого «носителя информации», так как в более жарком и влажном климате *береста* перестала выполнять функцию надежного хранителя записанных текстов. Вспомните: у кого еще существовала *Традиция письменности на бересте*?! В настоящее время при раскопках древних **русских** городов найдено множество *берестяных* грамот, которыми пользовались наши языческие *Предки*. Однако сходство с обычаями

и *Традициями* у славян и ариев не только в этом, хотя даже сама форма письма имеет практически такую же структуру, что и санскрит, и для этого достаточно сравнить тексты дощечек «**Книги Велеса**» и тексты, записанные на санскрите.

Зная о едином прошлом наших народов, можно понять **абсурдность** утверждений некоторых историков о том, что «арии и славяне были лишь соседями», а ведь именно это пытаются доказать современные индологи, для которых, почему-то, даже сама мысль о *генетическом родстве* ариев и славян кажется *крамольной!*

Мы доказываем, что арии и славяне изначально были одним народом (или **единым этносом**), говорившем на **Праязыке** своих *Великих Предков*. Не случайно, слово «**Праязык**» (согласно «некорректной» этимологии ШАР) расшифровывается нами, как «**Ра-язык**», «**язык "Сынов Солнца"**», «**язык Богов**»!!!

А вот что говорят о наших *Великих Предках* маститые **специалисты** по древнеиндийской *Культуре и Традициям*:

**«Арии – это дикие пастушеские племена,  
даже не знавшие письменности!»**

Вот так, с явным *пренебрежением* изображают наших *Предков* некоторые индийские философы, снисходительно добавляя: «Да, арии принесли какие-то там *веды* – устные панегирики, сочиненные ими приблизительно в таком-то году до нашей эры, но у нас, в Индии, еще задолго до прихода ариев уже была своя, Высокоразвитая культура!»

Свое мнение об этом мы уже высказывали на страницах нашей второй книги, где писали о том, что на Восток **все (!) Высшие Знания** о *Человеке* и *Вселенной* были принесены арийскими этносами – теми самыми «дикими пастушескими племенами, не знавшими письменности». Мы рассказываем о том, что 1500 лет до н.э. была последняя волна миграции уже «языческих» арийских народов, которые переселялись на Юг и на Восток – туда, где когда-то наши *Предки* основали величайшие Цивилизации Древности (Шумер, Хараппу, Египет и др.).

Мы утверждаем, что эту *последнюю* волну миграции многие ученые **ошибочно** посчитали *первой* и *единственной*, тогда как все неопровержимые факты, накопленные современной наукой, однозначно указывают на то, что эти Цивилизации («загадочным» образом исчезнувшие), также принадлежали к арийским! Некоторые «ученые» до сих пор (даже вопреки всем имеющимся неопровержимым доказательствам) пытаются

очернить (!) наших *Предков*, заявляя, будто арии (или *праевропейцы*), «вторгшиеся» на территорию Индостана, уничтожили культуру Хараппской Цивилизации. Причем этот нелепый *Миф* кочует из одной «научной» монографии в другую.

**Наших Предков до сих пор пытаются представить  
как «грабителей, варваров и разрушителей»!!!**

Об этом можно было бы даже не упоминать (считая, что специалисты уже поставили точку в данном вопросе и **признали ошибочность** своих *первоначальных* суждений), если бы некоторые современные востоковеды не продолжали лгать. Один известный российский ученый, профессор, доктор исторических наук, крупнейший специалист по китайской культуре и *Традициям*, в своих книгах утверждает, что в прошлом существовало множество высокоразвитых и не связанных между собой Цивилизаций, но внезапно климат Планеты стал меняться (потопы, цунами, тайфуны, землетрясения). Все это привело к их уничтожению, однако *Знание*, которым обладали исчезнувшие Цивилизации, было сохранено священнослужителями-жрецами, но... по этим *Высшим Знаниям* был нанесен еще один удар!

И как вы думаете, кто нанес его?..

По мнению российского ученого, этот удар нанесли «орды кочевников-индоевропейцев, под натиском которых часть древнейшего населения этих Цивилизаций покинула места своего обитания и отправилась куда-то в другие края»!

Представляете?!

Вот, оказывается, как?!

**Все перевернуто с ног на голову!!!**

Вопреки всем имеющимся на сегодняшний день **научным фактам**, кто-то пытается доказать совершенно обратное, а именно то, что *Белая раса* якобы всему научилась у остальных! И причину ее дикости они видят в том, что она была, по их мнению, самая молодая. Заметим, что опираются подобные «специалисты» вовсе не на научные данные, а на представления эзотериков прошлого века, которые многого еще не знали в то время и основывали свои скороспелые выводы на домыслах и фальсификациях из области *Мировой Истории*!

**Мы утверждаем, что Белая раса является самой древней  
и доказываем это, исходя из высочайшего уровня  
космических технологий наших Предков.**

Заметим, что многие технические достижения **Цивилизации Богов**, которые подробно описаны в уже языческих (или *послекатастрофных*) текстах, недоступны даже современной науке! Как можно изображать ариев варварами и разрушителями, когда **именно они (!) принесли** на Юг и Восток *Культуру, Знания* и Цивилизацию?! Что касается древних Цивилизаций, которые будто бы были разрушены арийскими варварами, то мы показываем, что эти самые Цивилизации и **были арийскими!!!** А ведь именно данный *неоспоримый* факт упрямо не хотят признавать некоторые ученые.

Арии ничего не разрушали; они были *созидателями и творцами*, несли *Знания и Культуру, Законы и Государственность!* Более того, нами совершенно точно установлено, что первые государства на Востоке (и не только на Востоке, но и в Европе, и в Америке!) были основаны представителями именно БЕЛОЙ РАСЫ!!! Так, ученые, исследуя найденные останки первых жителей Шумера и Хараппы, установили, что все они были *европеоидной* расы.

Мы не сомневаемся, что со временем ученые признают многие факты, о которых мы сейчас говорим, а новые (!) учебники истории, наконец, будут написаны с учетом всех неопровержимых доказательств выдающейся роли Белой расы в *Мировой Истории*. Европейские народы могут гордиться своим *Прошлым*, своей *Великой Историей*, ведь уже тысячи лет тому назад арии (или *праевропейцы*) несли по всему Миру *Культуру, Знания (Веды) и Государственность («Законы Ману»)*, что наблюдается и в наши дни, когда потомки выживших после Катастрофы арийских этносов (Европы, России и Америки) пытаются помогать развивающимся странам. Согласно «некорректной» этимологии ШАР, «**культура**» есть не что иное, как «**культ Ра**» (или, с учетом фонетических мутаций, «**к ал(у) т(о) Ра**»), и этот **Солнечный культ** является бесспорным **признаком** любой арийской Цивилизации.

Древний Египет, Шумер, Хараппа, Государства инков, ацтеков, майя и многие другие – **повсюду (!)** мы видим *Культ Солнца*, что прямо указывает на арийские *Истоки* этих Цивилизаций. Европейские ученые еще в прошлом веке смогли доказать, что арии не уничтожали «доарийскую» культуру. Наоборот, они основали на руинах заброшенных городов новые государства, ввели *Законы («Законы Ману»)*, вновь строили города и возводили храмы.

## С приходом ариев в Индию там снова наступила Эра Ведической Культуры, но уже – языческой!

Современные археологи также внесли свой вклад в понимание того, *чья же Культура* (и, следовательно, Цивилизация!) была обнаружена на территории Индостана. В нашей второй книге мы подробно рассказали о том, что при раскопках Мохенджо-Даро и Харалпы были найдены фрагменты многочисленных каменных печатей с изображениями **свастики**, человека в позе **йоги**, **священных животных**, загадочной («космической») **письменности** и пр. Там же были найдены терракотовые фигурки **колесниц** и **бородатых жрецов** той эпохи. Кроме того, было обнаружено большое число бань (или купален) в их домах, что прямо указывало на *Культ* здоровья и чистоты тела.

Важнейшим (и совершенно неопровержимым!) аргументом, указывающим на **арийские Истоки** Харалпской Цивилизации, является то, что антропологический анализ черепов, найденных при раскопках Мохенджо-Даро и Харалпы, как мы уже говорили, показал, что население этих городов было *европеоидное* (т. е. арийское!). Кроме того, ученые подтвердили, что и **первые** жители Шумера также принадлежали к *европеоидной* расе! Вот что пишет об этом доктор исторических наук В. И. Гуляев в своей книге «**Шумер. Вавилон. Ассирия: 5000 лет истории**» (изд-во «Алетейа», Москва, 2005 год): «Изучение скелетов позволяет заключить, что шумеры IV-III тыс. до н. э. принадлежали к антропологическому типу, который всегда господствовал в Месопотамии, то есть к средиземноморской малой группе европеоидной белой расы» (с. 94).

Все эти находки и исследования археологов неоспоримо свидетельствуют в пользу **арийских Истоков** и Харалпской, и Шумерской *Культур*. Также как *Знание* принципа «*быстрого касания*» позволяет оценить реальную эффективность любой Школы (или стиля) боевых искусств, так и с помощью предлагаемых нами *универсальных* критериев любой человек может самостоятельно выяснить принадлежность той или иной Цивилизации к арийской. Мы не являемся историками, поэтому для нас особенно интересно было узнать, что наши выводы находят подтверждение в исследованиях целого ряда историков-профессионалов, однако мы являемся **первыми**, кто сделал вывод о том, что **на Земле не было иных Цивилизаций, кроме арийских!!!**

Отметим, что *Знание сути* нашего исторического *Открытия* позволяет совершенно **по-новому** взглянуть на ход *Мировой Истории*, понять причины многих событий далекого прошлого, и, как результат, сделать следующий шаг. В наши дни этот шаг

является, пожалуй, самым важным для *Судеб* всего *Человечества*, ведь речь идет о **примирении народов**, или всех **арийских этносов**, так называемых «белой», «черной», «красной» и «желтой» рас!!!

Вопреки мнению большинства историков и эзотериков, утверждающих, что в *Древности* на Земле существовало **множество** Цивилизаций и *Культур*, которые то «возникали неизвестно откуда, то исчезали вследствие каких-то необъяснимых причин», мы заявляем, что все это является выдумкой! Только вообразите, что, кроме Древнего Египта, существовали также Шумер, Хараппа, Атлантида, государства инков, ацтеков и майя, китайская Цивилизация и т. д.! В подобном «многоцветье» *Культур* и *Традиций* невозможно разобраться, и, похоже, это полностью устраивает некоторых «специалистов».

Мы утверждаем, что в настоящее время сохранились только *языческие* (или *послекатастрофные*!) отголоски *Высших Знаний*. Эти *Знания*, оказались непонятыми там, куда они были принесены, что совершенно естественно, ведь наши *Предки зашифровали* бесценную информацию для *своих* потомков, и прежде всего европейцы способны разобраться во всем этом!

В качестве примера можно привести сенсационное *Открытие* известного немецкого ученого **Мартина Шонбергера**, расшифровавшего подлинный смысл древнейшего письменного памятника наших *Предков* – «**Книгу Перемен**», которая используется в Китае, как... **гадательная**! В 1973 году немецкий ученый издал книгу «И Цзин и генетический код: сокрытый ключ к жизни», в которой описал суть своего открытия. В «Книге Перемен» он обнаружил **зашифрованный код спирали ДНК**, и это открытие перевернуло общемировое представление об этом письменном памятнике *Древности*.

К сожалению, *Ведические Знания* наших *Предков* удивительным образом «трансформировались» в *Религию*, а сами *Знания* оказались подменены **слепой верой**! Уже упомянутая нами «*Книга Перемен*» была превращена в гадательную, также как и символы «Таро» были превращены в игральные карты, о чем существует красивая *Легенда*, как *Мудрецы* Древнего Египта решили доверить *Высшие Знания* пороку, а не добродетели, понимая, что зло в нашем Мире более живуче. В результате, азартные карточные игры дошли до нашего времени практически в неизменном виде.

В настоящее время различными издательствами выпущено немало книг, посвященных древнейшей истории *Человечества*, однако далеко не всё, что там описывается, соответствует Истине. По нашему мнению, никаких иных Цивилизаций на Земле,

кроме арийских, не существовало, и мы точно знаем, что и Хараппа, и Шумер, и Древний («додинастический») Египет, как и все другие, были основаны **представителями белой расы**.

К сожалению, как тысячи лет назад, так и в сравнительно недавние времена, между арийскими этносами происходили кровопролитные и жестокие войны. Вспомните Вторую Мировую войну или, например, период так называемой «холодной войны», когда конфликт между могущественными мировыми державами едва не закончился подобной Катастрофой! Об этом и многом другом будет подробно рассказано в одной из наших следующих книг.

Все европейские народы являются *прямыми* потомками тех, кто выжил после ужасной общепланетарной Катастрофы, наступившей вследствие термоядерной войны. Многие еще не могут поверить, что около 12 тысяч лет на всей Земле был теплый климат, а на *Северном Полюсе* находился один из крупнейших Центров нашей космической Цивилизации.

Хотелось бы обратить ваше внимание на то, что на известных специалистам **картах Рейса и Меркатора Арктика и Антарктика** изображены *свободными* ото льдов. С помощью современной техники ученым удалось «разглядеть» подо льдами Антарктиды материк, очертания которого полностью совпадают с изображениями этого же материка на карте Пири Рейса. Это говорит о том, что данные карты являлись перерисовкой с других, более древних (докатастрофных) источников.

Почему мы уделяем столь большое внимание древнейшей истории человечества?

### **Так ли это важно – знать свою Историю?!**

Какое отношение имеют исторические события многотысячелетней давности к тому, что мы предлагаем своим ученикам? Люди, которые не осознали важности понимания *Истоков (Высших Знаний)*, недоумевают по этому поводу, так как уверены, что кроме боевых техник, которые стопроцентно «работают», знать им больше ничего и не нужно. Зачем слушать сказки про каких-то «арийцев»?! Однако мы покажем вам, *почему* необходимо знать свои **исторические корни**.

На Востоке сохранилось *Наследие* наших *Предков*, и это *Великое Наследие* оказалось там либо непонятым, либо искаженным! Исследования, прежде всего, европейских ученых позволили расшифровать эти *Знания*, тогда как местные жители преврати-

ли их в гадательные или культовые ритуалы. Стало очевидным, что практически все *Знания*, имеющиеся в арсенале Школ Востока, «заимствованы» ими из других источников, но что это были за таинственные источники?!

Мы утверждаем, что это были **древнеарийские Источники!**

Когда из печати вышла наша первая книга («Мастер рукопашного боя», издательство «Рипол классик», Москва, 2004), почти сразу ставшая *бестселлером*, как нашлись «критики», для которых огромный объем предлагаемых нами поистине уникальных техник и упражнений послужил поводом к совершенно нелепому предположению, будто бы все эти *Знания* нами «понатырены» из других Школ и стилей. Подобный «вывод» для нас совершенно неудивителен, ведь в Мире боевых искусств практика так называемого «заимствования» настолько распространена, что никто даже не может представить себе ничего другого. Все были абсолютно уверены, что мы взяли свои техники из каратэ, у-шу, таэквондо, муай-тай и множества других восточных Школ и стилей. Разве способен кто-нибудь предложить столько *своих* оригинальных методик, *Открытий* и *принципов*?!

Для читателей наша первая книга оказалась буквально «напичкана» ценнейшей информацией, нигде и никогда ранее не публиковавшейся! Большинство людей перечитывали ее по нескольку раз, открывая для себя много нового – того, что не было замечено ими при первом знакомстве. Один из читателей даже обратил внимание, что книга «Мастер рукопашного боя», по его мнению, относится к редкому числу таких книг, смысл которых становится ясен лишь тогда, когда человек уже готов к восприятию *Высших Истин*. Для тех же, кто еще не достиг необходимого уровня, наши тексты остаются настоящей **загадкой**, и такие люди не способны увидеть глубочайшие *Знания*, скрытые за внешней простотой изложения. Они скорее поверят на слово «восточным мудрецам», витиевато рассуждающим на непонятные и отвлеченные темы, нежели **прямым** (!) указаниям на способы достижения *Высшего Мастерства*.

В качестве примера расскажем историю нашего ученика (из одной азиатской республики бывшего СССР), который захотел научиться рукопашному бою ШАР после того, как прочитал наши публикации в журнале «Боевое искусство планеты». Это настолько его заинтересовало, что, когда у него появилась возможность, он специально приехал в Москву на наши занятия. При встрече он *с лукавил*, что является новичком в боевых искусствах и совершенно не владеет рукопашным боем. Мы, конечно же, «поверили» ему, и на первой тренировке поставили его с учениками, которые занимаются у нас уже не первый год, но предупредили их, чтобы они были предельно осторожны и

случайно не травмировали «новичка». Мы попросили их останавливать свои удары и не доводить их до цели, если соперник не успеет защититься, и пояснили, что в восточной *Традиции*, как это не удивительно, наши *Знания* и техники неизвестны.

Во время спаррингов новый ученик проявил поистине незаурядные способности, и даже при весьма поверхностной оценке уровня его мастерства можно было смело утверждать, что его общий стаж занятий восточными единоборствами составляет не менее пяти лет интенсивных тренировок. Он передвигался как кошка, был пластичен, быстр, легко и практически мгновенно реагировал на любые атакующие движения, но это... не помогло ему. Впоследствии выяснилось, что он действительно занимался именно восточными боевыми искусствами, причем свыше пяти лет, однако эти занятия не дали ему абсолютно никакого преимущества. Ему не удавалось отбивать удары бойцов ШАР; он пропускал их один за одним, вынуждая наших учеников всякий раз останавливать свои атаки, нацеленные в голову, в пах и другие уязвимые зоны. По окончании тренировки, искренне потрясенный уровнем мастерства учеников ШАР, он воскликнул: «Но – откуда?! Откуда в европейской *Традиции* взялись такие глубокие *Знания*?! Я никогда раньше не слышал ни о чем подобном!»

Мы объяснили ему, что никакого секрета здесь нет, и что, на самом деле, мы не открываем своим ученикам чего-либо принципиально нового, так как *Высшие Знания изначально* заложены в каждом человеке! Наш ответ чрезвычайно удивил «восточного человека»! Он подумал, что мы просто не захотели ответить на его вопрос и решили скрыть от него *Истину*. Такая реакция вполне естественна для последователей восточных Школ, ведь там всегда скрывают от учеников *Высшие Знания*.

### **Откуда же в европейской Традиции такие глубокие Знания?!**

Какие фантастические, невероятные и даже бредовые версии высказывались на этот счет! Кто-то с пеной у рта доказывал, что свое *Открытие* мы «украли» у некоего господина Шехова, преподающего «тайский бокс в свое удовольствие» и разработавшего «универсальную формулу боя».

«Вам бы лес на зоне валить за воровство и плагиат, а не книги писать» – в такой резкой и агрессивной форме высказывались некоторые «анонимы».

Чтобы разобраться, *почему* наши *Знания* сравнивают с другой системой, мы нашли книгу Шехова и внимательно изучили ее, однако не обнаружили в ней **ничего** (!),

что хотя бы отдаленно напоминало то, о чем пишем мы, и предложили неизвестным «критикам» не быть голословными, а привести конкретные примеры. Естественно, что ответа мы так и не дождались, ведь подтвердить свои злобные нападки им было абсолютно нечем!

Другие утверждали, что свои *Знания* мы «своровали» у адептов Шоу Дао, изучающих восточную *языческую* ветвь древнеарийского (!) *Учения Бессмертных*, и здесь достаточно упомянуть книгу А. Н. Медведева с весьма интригующим и даже немного схожим названием «**Как победить зеленого берета**» (Центр «Здоровье народа» при участии «Техника – молодежи Лтд», Москва, 1992), где, казалось бы, и должны быть те самые техники, которые предлагаем мы, но... **ничего подобного там не было и быть не могло!** В этом легко убедиться, если сравнить обе книги. Интересно, что со временем в продаже появились публикации с подозрительно похожими названиями «Секреты уличных единоборств: как победить любого противника в экстремальной ситуации», «КОБУДО: уроки мастера. Секретные приемы победы над любым противником» и другие, однако все они, вместе взятые, совершенно не соответствуют названию, украденному у нас! Наш тезис «*победа над любым противником*», похоже, стал торговым «брэндом» для того, чтобы обмануть читателей.

Третьи пытались дискредитировать наше *Учение*, поместив в Интернете развернутую «критику», составленную столь умело, что даже у нас (!), авторов книги и создателей ШАР (если бы мы не знали, о чем идет речь!) сложилось бы абсолютно *негативное* мнение, как о самой книге, так и о Школе в целом. Согласно упомянутой «критике», *Знания* ШАР – это «жуткий коктейль стилей и направлений»! Чуть позже мы достаточно подробно рассмотрим эту «критику», и вы убедитесь, что вся она – надумана и преследует вполне определенные цели. Но здесь важно другое: знакомство с подобными измышлениями поможет вам лучше разобраться в нашем *Учении* и, как результат, глубже осознать те идеи, которые мы пропагандируем. Действительно ли мы украли у кого-то *Знания* и не хотим признаваться в этом, или же, наоборот, – принесли в этот Мир совершенно новое **Универсальное Знание**?!

В Мире боевых искусств так называемое «заимствование» техник и упражнений, методик и приемов является общепринятой практикой. Удивительно, но большинство не видит ничего зазорного в том, чтобы выдавать чужие *Знания* за свои! И действительно, считают они: «Зачем изобретать велосипед, если кто-то уже всё придумал?! Не лучше ли просто взять и использовать готовые идеи и наработки?»

В Шоу Дао есть принцип, имеющий по-восточному красивое образное название. Он называется **«воровство жемчужин»!** Как вы думаете, *что* это за «жемчужины» и у *кого* они их воруют?..

«Жемчужины» – это ценные *Знания*, которые «заимствуются» у тех, кто ими обладает. Представители восточных кланов в течение всей истории своего существования непрерывно пополняли свой «сундучок» **чужими «жемчужинами»**. Они тащили все, что могли! Именно поэтому их Учителя нагло врут: «У нас есть всё, просто некоторые техники называются по-другому!» Не подумайте, что им так легко все давалось, ведь чтобы завладеть чужими *Знаниями*, приходилось немало потрудиться: проникнуть в другую Школу, притвориться больным или даже умирающим, без любви жениться или выйти замуж и т. д. Однако, даже скопировав техники и приемы, нужно еще понять, как и для чего они применяются.

**Те, кто обвиняет нас в плагиате, скорее всего,  
судят о других по себе!**

Заявляя о том, что наши техники похожи на чьи-то другие, они забывают, что внешнее сходство каких-либо движений в арсенале разных Школ обманчиво. Если в боксе, например, есть прямой удар в голову и такой же удар имеется в ШАР, то это вовсе не свидетельствует о том, что данный удар взят из бокса, и то же самое можно сказать о *секретных гимнастике* ШАР, *манерах передвижения*, *боевых медитациях* и о многом другом.

А сейчас расскажем еще об одном любопытном случае.

Однажды с нами связался некий бизнесмен с деловым предложением о проведении **совместных семинаров** по самообороне. Оказалось, что он является инструктором одной из Школ рукопашного боя, получившей широкое распространение... в Израиле.

При встрече он заявил:

**«Ваша школа очень похожа на нашу, поэтому  
я предлагаю организовать совместные семинары!»**

Мы поинтересовались у него: **«А в чем сходство?!»**

Содержание его ответа свелось приблизительно к следующему: дескать, и у нас, и у них есть *неотбиваемые удары*, на занятиях не *используется* разминка, нет *заучива-*

ния приемов и движений, учитываются *естественные* реакции организма, есть понятие о «холодных» и «горячих» зонах оружия, осваиваются *принципы*, а не приемы, и т.д.

Вот так! Представляете?!

В их Школе есть **всё то же самое**, что и у нас!!!

### **Неужели кто-то создал похожую систему?!**

А ведь он даже высказал предположение, что, может быть, мы просто использовали (позаимствовали?) какие-то принципы из *их* системы.

Тогда мы решили выяснить, знает ли этот человек о сути нашего сенсационного *Открытия* и что такое «неотбиваемые удары» в *их* понимании.

Оказалось, что о *принципе* «*быстрого касания*» он, вообще, не имел представления. Что касается *неотбиваемых ударов*, он пояснил: «Это удары, которые противник не видит! Существует такое понятие как "мертвые зоны" для зрения. Если удар выполняется в пределах таких "мертвых зон", то человек не может отбить такой удар!»

Поясним, что если удар выполнить, например, снизу, то противник не сможет увидеть его, если траектория удара будет проходить в «мертвой зоне» видимости. Примечательно, что способ нахождения этих зон мы описывали в нашей книге «Мастер рукопашного боя» (в главе «Развитие и использование периферийного зрения»), когда описывали наши техники расширения границ видимости в пределах поля бокового зрения, но инструктор той Школы, оказалось, не был знаком с этими упражнениями.

Но дело даже не в этом.

Он утверждал:

**«Неотбиваемые удары – те,  
которые противник не видит!»**

В нашей первой книге мы рассказывали, что если противник не видит удара, то, конечно, же такой удар он не сможет отбить, и в этом ничего удивительного ни для кого нет. Это – очевидно!

Но разве о **таких** неотбиваемых ударах мы пишем?!

Мы доказываем, что напарник (или противник) независимо от уровня своей подготовки **не может отбить** даже известный и показанный ему заранее удар! Именно **эта Реальность**, открытая нами, является сенсационным *Открытием* в Мире боевых ис-

кусств, причем не важно стоит ваш противник или находится в движении. Более того, противник, даже видя ваш удар, не сможет парировать его!

Таким образом, представитель израильской системы рукопашного боя не имел представления о тех неотбываемых ударах, которым обучаем мы.

Далее. Оказалось, что многие техники и упражнения, которые мы используем в ШАР, вообще **отсутствуют в их системе**. Ему были названы техники и упражнения из нашей первой книги, но он не смог разобраться, о чем идет речь.

Что касается «сходства» в виде – отсутствия разминки и заучивания приемов, учета естественных реакций и движений и т.п., то в любой **хорошей** прикладной Школе рукопашного боя должно быть именно *так*, но это вовсе не свидетельствует об их похожести. Эта похожесть иллюзорна!

Возвращаясь к теме «Кто же у кого украл *Знания?*», мы спрашиваем: «Кто присвоил себе все *Открытия* и достижения наших *Великих Предков?*»

Ответ на этот вопрос для нас очевиден.

Мы утверждаем:

**«У Истоков всех древних Цивилизаций были  
Представители космической Расы!!!»**

Наш ТЕЗИС является **сенсационным историческим Открытием**, которое проливает свет на *Тайны* и *Загадки* всей *Мировой Истории*! Действительно, европейцам есть, чем гордиться, и есть, что изучать, ведь *Знания* наших *Великих Предков* послужили **основой** для развития и поразительных достижений народов всего Мира.

**Это – то, что объединяет все Культуры и Традиции!!!**

Сейчас наше заявление кажется **невероятным** (как в свое время воспринималось наше сенсационное *Открытие* в Мире боевых искусств), однако объективный анализ многочисленных источников о *Прошлом* земной Цивилизации позволяет уверенно говорить, что это правда!

Наше *Открытие* ни в коей мере не является основанием для каких-либо национальных или религиозных конфронтаций, наоборот, тот факт, что у Истоков всех древних Цивилизаций Земли были *Традиции* и *Культура* одной Цивилизации («**Цивилизации Богов**!»), позволяет объединить усилия всего Мирового сообщества по возро-

ждению, изучению и практическому использованию этого *Наследия*. Принесенные на Восток *Высшие Знания* впоследствии были присвоены местными народами, которые искренне полагали, что то *Наследие*, которое им досталось, является *Наследием их Предков*. Именно это обстоятельство поначалу и вызвало у них столь презрительное отношение к европейцам, а Восток ошибочно считался «колыбелью» *Тайных Знаний* и *Учений*.

Современные ученые уже сделали такие *Открытия*, которые буквально переворачивают всеобщие представления о ходе Мировой истории, однако **тираж этих брошюр и монографий ничтожно мал** (от нескольких сотен экземпляров до полутора тысяч), и читают эти издания лишь такие же ученые, или «ботаники», а вовсе не массовый читатель, которому, к сожалению, подобные вопросы попросту неинтересны. Массовому читателю гораздо интереснее узнать что-нибудь экзотическое, сенсационное. Язык цифр и научных рассуждений утомителен и сложен, поэтому, естественно, обычный человек не будет в этом глубоко разбираться.

Примечательно, что наши книги никого не оставили равнодушным, но мнения читателей оказались совершенно противоположными – от абсолютного признания и искреннего восхищения до... неприкрытой злобы и полного отрицания. Мы искренне благодарны тем читателям, которые отнеслись к нашему *Учению* непредвзято и дали высочайшую оценку предложенным *Знаниям!* Другие же, наоборот, не смогли увидеть ничего ценного, однако их также можно понять, ведь наши *Знания* не так просты, как это может показаться на первый взгляд.

Книги серии «Школа адекватного реагирования» в Издательстве «Рипол Классик» вышли с символом, изображающим «**кулак в овале**» (!), и многие ошибочно приняли «*кулак*» за символ нашей Школы.

Нас спрашивали:

**«А разве кулак – это не символ  
адекватного реагирования?!»**

Что можно сказать в ответ на это?

Конечно, при желании можно найти смысл в чем угодно, и даже «*кулак*» можно расшифровать как некий *сокровенный* жест, особенно, если кулак – *левый!* Почему-то, многие думают, что любые проблемы нужно решать кулаками, но *Высшее мастерство* состоит в том, чтобы выйти победителем, вообще не вступая в схватку. Обучая руко-

пашному бою, мы не предлагаем своим ученикам решать проблемы, применяя силу. Конечно, **добро должно быть с кулаками**, но мы считаем, что есть более важные вещи, которые должен отражать *символ* Школы. Прежде чем вы прочитаете «*расшифровку*» нашего символа, попробуйте самостоятельно понять тайный смысл, заключенный в нем.

**Наш символ – это «Золотой медальон»  
с аббревиатурой «ШАР»!!!**

Расшифровка символа нашей Школы проста: **медальон** имеет форму «колеса» (или «круга»), что, безусловно, представляет собой солнечный символ; одновременно, «колесо» – это символ непрерывного движения и цикличности; золото указывает на исключительную ценность даваемых нами *Знаний* (этот металл также символизирует *Солнце*); буквы на медальоне слегка оплавлены, что должно напоминать о той Катастрофе, которую пережили наши *Предки*. Оплавленность букв также указывает на то, что наша Школа относится к «нечетким» Школам, и что это такое вам уже должно быть известно. Вот, пожалуй, главные идеи, которые отражает символ ШАР.

Напомним также **девиз** нашей Школы:

**«Реагируй мгновенно – побеждай всегда!!!»**

**И в этих словах – ключ к победе!!!**

В завершение главы мы хотим пояснить, *почему* некоторые слова мы пишем с большой буквы, ведь по нормам русского языка такого быть не должно?! Некоторые «литераторы» весьма неохотно признают: «Да, возможно, вы сделали *Открытие* в боевых искусствах, но... НЕ НАДО делать открытий в русском языке!!! Словосочетание «*Великие Предки*» должно писаться с маленькой буквы, также как и все остальные слова, кроме названий или имен. Из-за множества выделений жирным шрифтом или курсивом буквально рябит в глазах! У вас очень тяжелый текст!»

**У нас очень тяжелый текст?!**

Наши книги действительно насыщены информацией, причем плотность этой информации настолько высока, что если мы не будем обращать внимание читателей на

**ключевые** моменты, то они просто окажутся незамеченными! Именно поэтому мы выделяем шрифтом наиболее важные мысли.

Слова «Школа», «Традиция», «Учитель» и некоторые другие мы намеренно пишем с заглавных букв, потому что вкладываем в них более ёмкие понятия. Заметим, что в немецком языке (языке одного из близких нам арийских этносов) не случайно все существительные пишутся с заглавных букв.

### **Кому, как не нам, делать Открытия в своем родном русском языке?!**

Этим *Открытиям* будут посвящены отдельные публикации, где мы покажем взаимосвязь всех языков Мира с *Праязыком* наших *Великих Предков*. Мы не стремились делать какие-либо открытия в русском языке. **Это – наша авторская методика** изложения материала! Мы убеждены, что именно таким образом можно донести *Знания ШАР* до читателей.

Своим ученикам мы рекомендуем следующую **методику** изучения наших книг. В первую очередь, необходимо прочитать **весь текст целиком**, по возможности ничего не пропуская: это будет вашим *первым* знакомством с *Учением*. Впоследствии перечитывайте наши книги уже **выборочно**, т.е. начиная с любого места (или с интересующей вас главы!). Вы убедитесь, что такое *выборочное* чтение поможет вам намного глубже понять и усвоить предлагаемые нами *Знания*.

### **Этот метод поможет вам пробудить свою «древнюю память»!**

Кроме того, вы сможете понять, *почему* у большинства людей **генетическая память «молчит»!** На наш взгляд, основная причина здесь в том, что Общепланетарная Катастрофа «**заблокировала**» доступ к этой важнейшей информации, поэтому одной из задач, стоящих перед каждым человеком, является пробуждение этой **древней Памяти**. Кстати, одним из простейших «приемов» **пробуждения** древней генетической памяти, который мы предлагаем, может служить *осознанное* участие в языческих обрядах и ритуалах, воссоздающих «фрагменты» былой реальности. Подобные испытания на выживание (!) являются **ключами** к познанию тех событий, которые происходили

во время Катастрофы много тысяч лет назад. Таким образом, вы как бы «возвращаетесь» в далекое *Прошлое* и, как результат, можете «вспомнить», *кто* вы и *откуда!!!*

**Пробуждение генетической памяти –  
одна из важнейших задач каждого человека!!!**

Отметим, что наиболее безопасными **способами пробуждения** древней генетической памяти являются техники и упражнения *Шарведы*, и данной теме мы посвятим отдельную публикацию.

## Глава 1 История Великой арийской Цивилизации

*О превосходстве одной расы над другой?! Учение о «черных» и «белых» душах. Объединяющая роль Высших Знаний. На каком языке говорили Боги? «Русская Империя» или... арийская Цивилизация?! «О, ты, царица МЕ!..» Кто были первые Правители Месопотамии? Критика «новой хронологии». Объяснение «находок-артефактов» (лавовые слои, радиоактивный пепел и пр.). Каким был «новый каменный век»? «Пещерный человек» – миф или реальность? Разгадка происхождения неандертальцев и кроманьонцев! Что такое «рахит»? Сенсационное открытие генетиков (или тайны 17-ой хромосомы). Роль арийской Цивилизации в Мировой истории. «Доязыческие» и «языческие» времена. Метеоритная или ядерная катастрофа?! Открытие Арктиды! «Ледниковый период» был один!!! Причины гибели Мохенджо-Даро и Хараппы. Ошибки радиоуглеродного метода датировки. Пути миграции арийских этносов. Руины таинственной Цивилизации в Африке. Тайные Знания догонов. Крылатые Боги Египта, Шумера, Арктиды. О пирамидах в Китае. Пришельцы с Венеры и Марса. Доказательства изменения направления вращения Земли. О «качелях» Солнца. Почему «небо упало к Северу»? Карта Меркатора. Куда катится «колесо» Солнца?! «Оружие Брахмы» и Битвы Богов. Война в Солнечной системе. Кто нанес первый удар? Инверсия магнитных полюсов Земли. Палеомагнитология и ее загадки. Строение Земли в виде модели из сферических гироскопов. Доказательство ошибочности теории «проскальзывания» Земной коры (или теории Хэпгуда). Что вызвало «чехарду на небесном своде». О заблуждениях А. Ю. Склярова. «Венерианский» календарь майя и ацтеков – докатастрофный (!) календарь Земли. Расчет древнего биоритма и доказательства внеземного происхождения человека. Наша расшифровка символики «тридцати шести ступеней» Шаолиня. Что означает клятва фараона «не изменять число дней в году»? Тайны пирамид (или Откуда прилетели Боги). Звездная История наших Великих Предков.*

До сих пор никто не может достоверно объяснить, что происходило на нашей Земле много тысяч лет назад? Какие катастрофы уничтожили народы, существовавшие задолго до нас? Чьи это были Цивилизации, и какими Знаниями они обладали?.. Чьими потомками мы являемся?.. Обезьян, людей, космических Пришельцев или Богов?.. Данной теме будет посвящена отдельная книга, где мы познакомим вас со многими научными фактами и Открытиями, полностью подтверждающими наши представления о

ходе *Мировой Истории*. Вы убедитесь, что на Земле не было никаких иных Цивилизаций, кроме арийских, и любые обратные утверждения являются *бессовестной ложью*, что легко доказать на конкретных примерах! И то, что именно *Белая Раса* принесла *Высшие Знания*, это научно доказанный факт! Еще много тысяч лет назад наши *Предки* обладали такими *Знаниями* и технологиями, которые до сих пор превосходят любые современные достижения науки и техники. Однако некоторые ученые упрямо приписывают эти *Знания* тем народам, которые не имеют к ним прямого отношения, а лишь передают из поколение в поколение то, чему когда-то научились от «*Богов*, сошедших с *Небес*».

В связи с этим сразу скажем для так называемых «шовинистов», «националистов», «антисемитов», «русофобов» и всех, кто, возможно, попытается обвинить нас в расизме.

**Мы не говорим о превосходстве  
какой-либо расы над другой  
и не утверждаем, что одна лучше, чем другая!**

Предлагаем вам **освободиться** от подобных предрассудков!

Среди представителей любой расы есть совершенно разные люди, поэтому нельзя сказать, что какой-либо народ является плохим или хорошим!

Есть мудрая русская поговорка:

**«В семье не без урода!»**

И действительно, в любой нации хватает подлецов, подонков, грабителей, убийц и прочей **мрази**, однако, к счастью, хороших людей на Земле гораздо больше!

Наши *Предки* знали о том, что есть «**белые**» и «**черные**» души. Они видели *Душу* любого человека через его глаза. Недаром говорится: «**Глаза – зеркало души!**» И это не просто красивые слова, за этим стоят очень глубокие *Знания* о человеке! В литературе встречается немало примеров, характеризующих взгляд человека: колючий, теплый, лучезарный, злой, пустой, нежный и т. д. Каждый может догадаться, какой взгляд принадлежит «*белой*» душе, а какой – «*черной*».

**Вы должны научиться «через глаза»  
видеть душу любого человека!**

Мы называем это – «**Взгляд в душу**» (или «**Взгляд Силы**»)! О человеке, который владеет таким взглядом, в народе говорят: «**Он видит насквозь!**»

Люди, замышляющие что-то недоброе, чувствуют и боятся такого взгляда!!! При встрече с человеком, у которого «*черная*» душа, вы не должны отводить взгляд. Научитесь смотреть так, чтобы заставить плохого человека почувствовать себя «не в своей тарелке» и вынудить его отвести свой взгляд. Это *психоэнергетическое* упражнение поможет вам чувствовать себя сильным и уверенным, способным подавить волю противника. Подробнее о «*Взгляде в душу*» смотрите в главе «Ключи к абсолютной победе».

*Учение ШАР* является *универсальным и вненациональным*, поэтому **его** последователем может стать любой человек независимо от пола, возраста, национальности и религиозных верований! Кроме того, для некоторых, возможно, покажется странным (или даже *шокирующим!*), если мы скажем, что многие народы, между которыми исторически сложились неприязненные (а иногда даже враждебные!) отношения, относятся к арийским этносам!

«**Вражда племен**», о которой писал *Великий русский поэт* Сергей Есенин, к сожалению, не прекращается до сих пор, причем истоки этой *вражды* уходят своими корнями в далекое *послекатастрофное (!)* прошлое человечества, когда выжившие арийские этносы, уже утратившие *Знания* о своем истинном происхождении, стали воспринимать друг друга как чужие.

Мы хотим, чтобы

**Знания ШАР о Мировой Истории помогли людям  
преодолеть национальные и религиозные  
разногласия, и жить в Мире на нашей общей Планете!**

Мы убеждены, что «*вражда племен*» должна **прекратиться**, когда люди узнают *Правду* о своем высшем космическом происхождении. Все мы являемся прямыми потомками **Цивилизации Богов**, которые прилетели на Землю много тысяч лет назад. Их удивительная жизнь и великие деяния описываются в текстах Шумера, Харатты, Египта и многих других. Изучая эти древние тексты можно воссоздать приблизительную картину происходивших в те незапамятные времена событий, и в дальнейшем мы обя-

зательно подробно расскажем о том, как наши *Предки* осваивали Землю и другие планеты Солнечной системы.

Специалисты до сих пор не могут прийти к единому мнению: *какими* были наши *Предки* и *как* они выглядели?! Хотя, на наш взгляд, ответ можно найти не только *Мифах* и *Легендах* народов Мира, но и в исследованиях археологов, этнографов, антропологов, генетиков и других ученых. Вряд ли кто-нибудь воспримет всерьез утверждения, что *Предками* китайцев (также как и многих других представителей монголоидной расы) были высокие, голубоглазые и белокожие люди, и, тем не менее, есть все основания утверждать, что это действительно так! Достаточно проанализировать древнейшую *Историю* Китая, его *Культуру* и *Традиции*, чтобы убедиться в том, что у истоков китайской Цивилизации были... не китайцы! Сами китаеведы признают, что *Наследие*, которое досталось жителям *Поднебесной*, – это не их *Наследие*! Оно было даровано китайцам *Богам*, сошедшими с *Небес*, и та же самая «картина» наблюдалась во всех других странах (Египет, Шумер, Хараппа, Цивилизации майя, ацтеков, инков и др.).

Вот что пишет об этом Н.И. Коптев в своей книге «**Тайны ойкумены: Земля до и после потопа**» (издательство «Вече», Москва, 2003 год): «У инков и ацтеков существовали легенды о том, что их предками были белокожие люди с голубыми глазами. Археологи на берегу Тихого океана нашли в пещерах саркофаги с мумиями древних инков. Кожа некоторых была белой, а волосы не черными и жесткими, как у всех индейцев, а каштановыми и даже рыжими, вьющимися и шелковистыми на ощупь» (с. 357). Подобных примеров можно привести еще множество. |

Некоторые исследователи, изучая дошедшие до наших дней как письменные, так и устные источники по древней *Мировой Культуре*, делают, казалось бы, **парадоксальный** вывод, суть которого можно кратко выразить так:

**Когда-то на всей Земле говорили на одном языке,  
и этот язык был... русский!!!**

Можно удивляться столь невероятной гипотезе (ведь она противоречит «официальной» Мировой истории!), однако такое было бы возможно лишь в том случае, если бы на Земле действительно существовало **единое Государство** («*Русская Империя*»?!). К таким «парадоксальным» выводам можно прийти в результате глубокого *лингвистического* анализа древних текстов и устных *Традиций* многих народов Мира, и, как бы

это ни казалось невероятным, в подобных предположениях есть немалая доля истины, которая подтверждается с помощью **Шар-этимологии**.

В древних источниках упоминаются первые десять земных царей, которые правили на территории Месопотамии до *Всемирного Потопа*: этих легендарных *Правителей* звали Алорус, Алапрус, Амилларус, Мегалурус, Сизифрус и т. д. (более подробную информацию об этом вы можете найти в книге Захария Ситчина «**Двенадцатая планета**», изд-во «Эксмо», Москва, 2006 год). Мы обратили внимание на «**окончания**» их имен, причем никто прежде не мог предположить, что эти «окончания» несут очень глубокий смысл и имеют важное историческое значение! А ведь все эти имена содержат одинаковый слог, который, по нашему мнению, вовсе не означает, что *Правители* в *допотопные Времена* были... русскими!

Мы считаем, что *Русами* называли тех, у кого были светлые волосы, белая кожа, голубые или серые глаза. Именно это обстоятельство объясняет тот факт, что **своих Богов древние шумеры изображали с синими глазами, белой кожей и золотыми волосами**. Кроме того, для любого русского человека шумерские слова «мамми», «ум-миа», «Инанна», «шар» (или «сар»!) близки и понятны: они означают – «мама», «умный», «Ивановна» (или дочь Ивана, Иоанна), «царь» и т. д.

Поистине анекдотичный пример можно почерпнуть из упомянутой книги. Захария Ситчин переводит слова *Энлиля* (одного из *Богов Шумера*), который обращается к *Богине Инанне/Иштар*:

«Вот подняла ты МЕ,  
вот привязала МЕ к своим рукам,  
вот талию твою обнял любовно МЕ,  
вот грудь твою лобзает...

О, ты, царица МЕ, сияние твое подобно солнцу...» (с. 147).

Как вы думаете, о чем идет речь в данном переводе?!

### **Что такое «МЕ»???**

Захария Ситчин, специалист по шумерским языкам, делает вывод, что «ме» – это объекты божественной власти: «Буквальное значение этого термина связано с "плаванием в небесных водах". Инанна говорила о них как о части "небесного одеяния", в которое она облачалась для путешествий в своей Небесной Ладье. Таким образом, "ме"

входили в состав специального костюма для полетов в воздушном пространстве Земли и в космосе» (там же).

Удивительно, что всемирноизвестный специалист по древним языкам предлагает столь **нелепую интерпретацию** приведенного выше текста?! По нашему мнению, слово «МЕ» с таким же успехом могло означать... «овцу» или, например, «козу» (☺!), которой могли поклоняться древние шумеры, потому что она давала им мясо, молоко, шерсть и т. д. Возможно, Ситчин просто не догадался об «истинном» значении слова «МЕ».

### **Так, может быть, «МЕ» – это... коза?!**

Конечно же, нет! Если обойтись без шуток, то в русском языке слово «МЕ» есть искаженный перевод местоимения «меня» (или «моя»). Кстати, точно также это местоимение произносится и в любых европейских языках, поэтому **если перевести текст правильно** (слово «поднять» перевести как «возвысить», а слово «привязать» понимать не буквально, а в переносном значении!), то становится очевидным, что речь идет о любовном признании мужчины к женщине, о восхищении ее красотой и властью.

Кстати, подобные «неточности» можно найти и в текстах древнеиндийских *Вед*. Например, супругу *Бога Вишну* индусы называют «**Лакшми**», потому что так ее называл сам *Вишну*, однако, вряд ли, кто догадывается, что значит это имя на самом деле?!

### **Что может означать имя «Лакшми»?!**

Мы утверждаем, что имя «**Лакш-ми**» означает ни что иное как... «**лакомая (лакш) моя (ми)**» (или «сладенькая», «любимая»), ведь именно так нежно обращаются любящие мужчина и женщина друг к другу, а иногда родители – к своим детям. Местные жители слышали, как *Вишну* обращался к своей возлюбленной, и навсегда сохранили в своей памяти это «имя», не понимая, какой смысл в него вкладывался изначально.

*В качестве забавного примера расскажем эпизод из приключенческого фильма «Кто Я?» с участием известного киноактера и режиссера Джеки Чана. Оказавшись в непроходимых джунглях и потеряв память, главный герой увидел местных жителей и обратился к ним с вопросом «Кто Я?» Туземцы, не понимая языка пришельца, решили, что его зовут... «Кто Я».*

Из-за искаженных переводов многих слов с древних языков люди до сих пор не могут разобраться, чья же *Культура* и *Традиции* лежат в основе всех древних государств Мира. Нельзя утверждать, что это была «*Русская Империя*», но существовала **Цивилизация Богов**, города и центры которой строились не только в разных уголках нашей Земли, но и на других планетах Солнечной системы! Но потом произошла Катастрофа, и наши *Предки* утратили многие *сверхвозможности* и былое могущество.

Когда же произошли эти глобальные события, оказавшие влияние на судьбы всего *Человечества*? Некоторые современные исследователи (прежде всего, речь идет о сторонниках «**новой хронологии**» **Фоменко и Носовского**), относят *Время* расцвета и гибели этой Цивилизации к *Средневековью* (!!), ссылаясь на то, что *радиоуглеродный* метод датировки произошедших в прошлом событий, по их мнению, абсолютно неверен. Но так ли это? Критиковать несовершенство тех или иных методов датировки можно сколько угодно, но отбрасывать их полностью нельзя, так как только комплексный анализ (например, одновременное использование *радиоуглеродного* метода и *дендрохронологии*!) позволит с известной степенью точности установить, когда же происходили те или иные исторические события.

В качестве научного курьеза можно привести результаты **радиоуглеродного метода** при датировке культурных слоев **в пещере Шанидар** (северный Ирак). При исследовании этой пещеры (и целого ряда других) оказалось, будто нижние слои «моложе» вышележащих!!! Но разве такое возможно?! С точки зрения современной науки, этого просто не может быть! Результаты анализа оказались для ученых поистине *шокирующими*, и, естественно, были сразу отвергнуты, как... ошибочные. Если же учесть, что в далеком прошлом (подчеркнем, не в *Средние века*, а гораздо раньше!) произошла *Мировая ядерная война*, то многое становится понятным, ведь *остаточный* уровень радиации как раз и приводит к подобным «ошибкам», о чем мы еще расскажем чуть позже.

Другой интересный пример касается результатов исследований **Туринской плащаницы**, которую многие верующие считают неоспоримым доказательством реальности событий, описываемых в *Евангелиях*. Исследования по *радиоуглероду C14* показали, что эта вещь – подделка, относящаяся к *Средневековью*. Неужели правы сторонники «*новой хронологии*», которые утверждают, что все «древние события» на самом деле происходили где-то в *Средневековье*?! Значит ли это, что метод определения датировки по *радиоуглероду* неверен? Конечно же, нет! Новые исследования показали, что на результаты первоначальных анализов значительно повлияли последствия того пожара, в

котором побывала *Туринская плащаница*. Если скорректировать полученные результаты с учетом этого известного (!) факта, то выяснится, что плащаница была сделана приблизительно в середине первого столетия от *Рождества Христова*, что подтвердит достоверность происходивших в те времена событий. Об этом в частности пишут С. А. Остапенко и А. Н. Северский в своей книге **«Загадки погибших цивилизаций»** (изд-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 2006 год).

Поистине *анекдотичный* случай описывает Ю. Н. Голубчиков в своей книге **«Глобальные катастрофы в истории цивилизаций»** (изд-во «Вече», Москва, 2005 год): «Интересен пример, приводимый почвоведом Л. О. Карпачевским. Измеренный по радиоуглероду  $C^{14}$  возраст зеленой свежесрезанной травы у здания Московского университета оказался равным многим тысячам лет. Это, конечно, был не возраст травы. Это возраст бензина, на котором работают моторы снующих повсюду машин. Выделяющийся при сгорании бензина углекислый газ поглощается растениями, а он очень древний, как и та нефть, из которой изготовлен бензин» (с. 166-167).

Мы предлагаем **своё (!) объяснение «артефактам»**, которые не вписываются в традиционные представления о ходе Мировой истории, и вы поймете, насколько ложные идеи высказывают иногда некоторые специалисты. Вот что пишет, например, доктор исторических наук А. А. Маслов в своей книге **«Другое человечество. Здесь кто-то побывал до нас...»** (изд-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 2006 год) по поводу разнообразных «находок-артефактов»: «Сверху них нередко залегают лавовые пласты, которые можно датировать весьма точно благодаря калиево-аргоновому методу» (с. 325). И далее: «Любой артефакт, например, золотой гвоздь, звено цепочки, обнаруженные в таком слое, представляет собой настоящую сенсацию, поскольку, по устоявшимся представлениям, в ту пору, например, 30 млн. лет назад, не только не существовало подобных технологий, но и человечества вообще» (там же, с. 325). Поясним, что **калиево-аргоновый метод** используется для определения возраста археологических находок в десятки и более миллионов лет, поэтому можете представить себе, как были удивлены ученые (и вся мировая общественность), когда чуть ли не повсеместно стали обнаруживаться подобные «артефакты». Отметим также, что огненная лава, извергающаяся во время деятельности вулканов из недр Земли, имеет намного более древнее происхождение, чем все то, что находится на поверхности!

**Как же могли сохраниться какие-либо вещи  
или предметы в лавовых слоях,  
имеющих огромную температуру?!**

Двенадцать тысяч лет назад во время общепланетарной Катастрофы происходили **мощные извержения вулканов** и **землетрясения**. Лава покрывала все, что оказывалось у подножий гор или вблизи расколов (или трещин) земной коры, а так как **похолодание на Земле** наступило внезапно и сопровождалось *ливневыми* дождями, наводнениями и снегопадом, то совершенно очевидно, почему предметы, попавшие в потоки огненной лавы, не успели расплавиться. Причем это было не просто похолодание на несколько градусов! В некоторых областях температура воздуха понизилась настолько, что все живое превращалось в «ледяные скульптуры» (вспомните, например, всемирно известные «кладбища мамонтов» в Сибири), а земля *промерзла* на несколько десятков и даже сотен метров вглубь (!), о чем мы уже писали, когда рассказывали об истоках возникновения древних языческих ритуалов.

**Неужели специалисты не понимают  
элементарной логики?!**

Где же здравый смысл?! Лава вытекает из глубин Земли и, следовательно, имеет заведомо более древнее происхождение, чем все то, что находится на поверхности.

Но разве то, что перемешалось с этой лавой (или было накрыто ею), имеет такой же «возраст»?

**Нас удивляет, почему древность  
археологических находок датируется по возрасту  
лавовых слоев, оказавшихся сверху?!**

В качестве других «доказательств» приводятся находки, обнаруженные в **каменноугольных пластах** (фрагменты золотых цепочек, железных гвоздей, каменных ступ, наконечников стрел и прочее). Официальная наука до недавнего времени считала, что образование любых залежей каменного угля происходило сотни миллионов лет назад, и, следовательно, все, что удалось найти в каменноугольных пластах, автоматически «попадало» в соответствующую эпоху. В связи с этим доктор исторических наук А. А.

Маслов (в упомянутой выше книге) недоумевает: «О каком вообще человечестве может идти речь десятки миллионов лет назад? Это – либо грубейшая ошибка, либо... какое-то другое человечество» (с. 328). Далее он пытается убедить читателей в том, что на Земле было много разных «человечеств», которые то возникали неизвестно откуда, то исчезали неизвестно куда! Многим фактам ученый не может дать логичного объяснения. Например, он не понимает, почему находки были в лавовых или каменноугольных слоях, относящихся к разным временным периодам (с разрывом от 100 млн до 3-5 млн лет).

Однако научные данные, на которые мы опираемся, покажут вам, что **каменный уголь образовался не миллионы лет назад, а сравнительно недавно**. Поэтому все, что удалось найти в этих залежах, должно датироваться соответственно, а ведь это – далеко не единственный пример искаженной интерпретации научных данных.

Так, некоторые исследователи считают, будто когда-то к Земле приблизилось огромное небесное тело, и под воздействием его гравитационного поля наша Планета «кувыркнулась» (???) в пространстве на  $180^\circ$  (полюса поменялись местами и т. д.), или – другой, не менее фантастический вариант развития «событий»: из-за сближения с массивным космическим пришельцем («странствующей планетой») произошло изменение наклона *Земной оси*. Ряд исследователей (Захария Ситчин, Алан Ф. Элфорд и др.) утверждают, что это была **планета Нибиру**, о которой рассказывают шумерские тексты.

О том, что подобная «теория» (о «кувыркании» Земли) не имеет никакого отношения к **Реальности**, можно понять, если познакомиться с ЗАКОНАМИ НЕБЕСНОЙ МЕХАНИКИ! Вращающиеся планеты подобны **гироскопам**, которые сохраняют неизменную ориентацию в пространстве *потому*, что обладают *большой инерцией вращения*. В результате, даже под действием очень сильного гравитационного поля внешнего космического объекта не может произойти ни **наклона Земной оси**, ни тем более – **инверсии полюсов**, и это легко доказать с помощью научных расчетов. Тем не менее, современная наука накопила немало свидетельств, которые указывают на то, что около 10 тысяч лет до н.э. «*инверсия полюсов*» (магнитных!) действительно произошла! Некоторые ученые полагают, что это могло быть вызвано накоплением «критической» массы льдов на полюсах, что якобы и привело к тому, будто бы Земля «кувыркнулась» на  $180^\circ$ , вызвав при этом общепланетарную Катастрофу. Мы покажем вам, что за всеми этими *абсолютно нелепыми* гипотезами стоит совершенно **другая реальность**, и приведем описание нашего видения событий многотысячелетней давности.

Древняя история Земли таит немало загадок, и одной из них является:

### **Когда и почему вымерли динозавры?!**

Ученые считают, что гигантские *рептилии* обитали на Земле в период мезозоя (приблизительно 250 – 65 млн. лет назад). Из современных животных ближе всего к ним крокодилы, ящерицы, черепахи. Напомним, что исчезновение динозавров с лица Земли относят к 65 миллионам лет назад, полагая, что именно в те времена произошло падение огромного астероида, который и вызвал Всемирную Катастрофу. Однако мы считаем, имеется целый ряд неоспоримых свидетельств, что катастрофические события произошли не десятки миллионов лет назад, а сравнительно недавно – приблизительно за 10 тысяч лет до н.э.!!!

«Память» о существовании **древних ящеров и птеродактилей** (или *летающих драконов*) сохранилась у многих народов Мира, а это однозначно указывает на то, что наши языческие (т. е. послекатастрофные) *Предки* жили бок о бок с ними (точнее с теми из динозавров, которые каким-то образом уцелели в глобальном Катаклизме). Вспомните, например, русские сказки и былины о *Змее Горыныче*! Были также найдены **изображения динозавров на камнях** (камни из перуанского города Ики) и в виде глиняных фигурок (или статуэток). Некоторые ученые считают их искусной подделкой, о чем рассказывает Ю. Н. Голубчиков в своей книге «**Глобальные катастрофы в истории цивилизаций**» (изд-во «Вече», Москва, 2005 год). Обнаружены также в разных районах Земли окаменелые следы людей и динозавров, которые находились в одном слое почвы, что указывает на то, что они жили в одну историческую эпоху.

Истинность наших взглядов подтверждает еще и тот факт, что **образование залежей каменного угля** датируется не миллионами лет, как это считалось прежде, а всего лишь десятками тысячелетиями (!) до нашей эры, и об этом, в частности, пишет Ю.Н. Голубчиков в упомянутой выше книге «Глобальные катастрофы в истории цивилизаций»: «Поскольку изотоп C14 полностью распадается за 60 тыс. лет, то он должен отсутствовать, например, в каменном угле. Ведь самым молодым месторождениям каменного угля, если судить по отпечаткам содержащихся в нем растений, никак не меньше нескольких миллионов лет. Большая часть угольных залежей имеет возраст от нескольких десятков до нескольких сотен миллионов лет. Тем не менее, любой древний уголь содержит C14. Угля, не содержащего C14, попросту не существует» (с. 168).

**Залежи каменного угля образовались  
сравнительно недавно –  
во время Общепланетарной Катастрофы,  
произшедшей около 12 тысяч лет назад!!!**

Другим аргументом, свидетельствующим в пользу наших утверждений, является то, что в найденных костях динозавров были обнаружены **клетки белка**, тогда как, по мнению ученых, эти клетки не могут существовать более нескольких тысяч лет. Отсюда следует однозначный вывод о том, что динозавры жили на нашей Земле еще не так давно.

Таким образом, лишь **априорное Знание** событий далекого прошлого (войн, пожаров, наводнений, технологических катастроф и пр.), которые происходили на Земле, а также грамотная научная интерпретация явлений окружающего Мира позволят избежать ошибок при использовании *радиоуглеродного, калиево-аргонового, дендрохронологического* и других методов датирования.

**Многие «артефакты», на самом деле, имеют  
простое и логичное объяснение!**

Поэтому если вы знаете реальную, а не выдуманную *Историю Человечества*, то кажущиеся поначалу несвязанными друг с другом факты (и «артефакты»), словно *пазлы*, образуют при соединении целостную *Картину Мира*. Что касается русского (пра-русского или праславянского) языка, от которого, по мнению некоторых исследователей, будто бы произошли все европейские языки (А. Н. Драгункин «**5 сенсаций: Памфлетовидное эссе на тему языка**» (Издательский дом «АНДРА», Санкт-Петербург, 2003 год), то, по нашему мнению, это – чересчур **амбициозное** заявление! Подробно эту тему мы рассмотрим в отдельной публикации, целиком посвященной **Шар-этимологии**, а сейчас лишь отметим, что корни *Праязыка* наших космических *Предков* сохранились в каждом из современных языков Мира, поэтому лишь сравнительный и комплексный анализ этих языков позволит восстановить язык, на котором говорили *Боги*.

Наше видение *Мировой Истории* во многом отличается от представлений не только современных ученых, но и адептов большинства эзотерических Школ и Учений, которые совершенно искренне убеждены в том, что когда-то на Земле господствовало

несколько основных рас, сменявших друг друга на «лестнице эволюции». Эзотерики называют также множество переходных или, как они говорят, «серых» (?) подрас. По их мнению, главными были *черная, красная, желтая и белая расы*, причем *белая раса* почему-то считается самой молодой из них, а следовательно, более **дикой и варварской!** Естественно, что *белая раса* могла получить *Знания* только от «более древних» рас.

Мы не понимаем, на основании чего могут делаться подобные нелепые выводы?! По нашему мнению, *Белая раса* является самой древней, и именно она во все времена (как в прошлом, так и в наши дни!) несла *Культуру* и *Знания* другим народам. Наши идеи подтверждаются, в том числе, и древними *Легендами*, сохранившимися у народов разных стран Мира, которые убеждены:

**Знания им принесли Боги, которые были высокими,  
белокожими, русоволосыми и голубоглазыми!**

Обратите внимание на эти антропологические черты, которые характерны исключительно для **европейцев и славян!**

*Боги* принесли местным народам *Культуру* и *Знания*, научили их письменности и искусствам, наукам и ремеслам. Когда *Боги* уходили, то обещали вернуться, и люди в течение многих тысяч лет ждали их возвращения, передавая из поколения в поколение *Заветы Богов*. Именно с этой целью создавались особые жреческие касты, которые выполняли функции *Хранителей Древних Знаний*.

Вера в справедливых и мудрых *Богов* предопределила судьбу народов Центральной и Южной Америки, которые ждали возвращения **Кецалькоатля, белого бородатого Бога**, – одного из **Царей-атлантов** (жителей легендарной платоновской *Атлантиды!*). Как вы знаете, их поработили испанские конкистадоры, которые своей внешностью и одеждами оказались весьма *похожими* на тех древних *Богов*, возвращения которых индейцы ждали тысячи лет! Подчеркнем, что указанное сходство не удивительно, ведь, по нашим представлениям, европейские народы и являются *прямыми* их потомками. К сожалению, многие письменные и материальные свидетельства *Высших Знаний* наших *Предков* были уничтожены: древние документы сжигались, изделия из драгоценных металлов переплавлялись в слитки и т. д. Такое варварство в отношении памятников древней *Культуры* не позволяет современным ученым восстановить *Наследие* наших *Предков*.

Некоторые исследователи, будто намеренно, стараются дезориентировать всех, кто искренне хочет разобраться в *Тайнах Мировой Истории*. Они утверждают, что в далеком прошлом существовало множество загадочных (появившихся внезапно, словно из ниоткуда!) и несвязанных между собой высокоразвитых Цивилизаций, и здесь достаточно вспомнить Древний Египет, Хараппу, Шумер, Государства инков, майя, ацтеков, древний Китай и т. д.! Во всем этом пёстром многообразии путаются даже те специалисты, которые до сих пор не пришли к единому мнению относительно места возникновения, времени существования и причин гибели этих высокоразвитых Цивилизаций. Как же тогда обычные люди смогут разобраться во всех этих вопросах?!

Ученые не могут понять, откуда взялись древние очаги *Культуры*, так как изначально не готовы принять идею о существовавшей в далеком прошлом *Великой космической Працивилизации*, которая после Катастрофы была «расколота» на отдельные (и утратившие связь друг с другом) языческие государства. Они появились впоследствии на месте уничтоженных ядерной войной развитых городов. Как вы знаете, почти все древние города возникали на руинах былых Цивилизаций!

Идеи, которые мы излагаем в данной главе, возможно, поначалу покажется вам слишком **шокирующими** и **неправдоподобными**! Особенно будут удивлены те, кто хорошо знаком с так называемыми «традиционными» представлениями о ходе *Мировой Истории*. Что же касается самих историков, то они вообще не воспримут наши «теории», так как многое из того, о чем у нас пойдет речь, абсолютно противоречит их представлениям.

Подчеркнем, что мы никому не навязываем своих взглядов, а, наоборот, предлагаем непредвзято разобраться во всех этих далеко не простых вопросах. Прислушайтесь к тому, что говорят специалисты, и сравните это с тем, что предлагаем мы! Вы убедитесь, что у нас есть совершенно неопровержимые доказательства верности наших утверждений, которые основаны на **принципе здравого смысла**. Именно данный принцип используется нами для критической оценки тех или иных гипотез, утверждений или теорий.

Кто из вас в детстве не читал рассказы о тяжелой, полной опасностей и невзгод жизни наших *Предков*?! Воображение рисовало первобытных людей с дубинами в руках. Эти были **люди «каменного века»**, одетые в шкуры убитых животных. Еще не владея развитой речью, они уже общались друг с другом при помощи невнятных звуков, послуживших зачатками будущей членораздельной речи. Как уверяют историки, *пещерные люди* охотились на мамонтов и бизонов, спасались от саблезубых тигров

и медведей. Наши *Предки* прятались в сырых и холодных пещерах, совершенно не приспособленных для жилья, с ужасом взирая на странный и враждебный Мир вокруг. Именно тогда, по мнению большинства ученых, и зародились первые религиозные представления об окружающем Мире, или «язычество» (многобожие??). Иногда, во время лесных пожаров, *дикарям* удавалось раздобыть огонь, и они берегли его как священный дар, утрата которого была равносильна гибели всего племени, ведь огонь давал тепло, на нем готовили пищу, использовали для защиты от хищных животных и т. д. Заметим, что большая толщина пепла в этих пещерах говорит о том, что огонь использовался людьми на протяжении многих лет.

### **Почему же первобытные люди решили поселиться в уютных пещерах?!**

Правильно ответить на этот вопрос можно только в том случае, если знать, что происходило на Земле много тысяч лет назад, и мы предлагаем **по-новому** взглянуть на «каменный век» человечества!

Историки утверждают, что первобытные люди занимались охотой и собирательством. Они использовали примитивные каменные орудия для разделки туш убитых ими животных и изготовления необходимых вещей. Эти орудия труда находят повсеместно (в Европе и в Америке, в Азии и в Африке), и везде, куда бы ни ступала нога человека, можно отыскать следы пребывания наших пращуров. Первобытные люди, объединенные сначала в *стада*, а затем и в *родовые общины*, как более высокую форму социальной организации, боролись за выживание.

До определенного времени **теория эволюции** Чарльза Дарвина прекрасно объясняла большинство находок археологов, ведь, согласно этой теории, развитие жизни на Земле длилось миллионы лет, и человечество постепенно эволюционировало от *человекообразной обезьяны* до современного *гомо сапиенса*. Правда, совершенно непонятно, как произошел переход от человекообразной обезьяны к человеку разумному, ведь ученым так и не удалось найти так называемое «*переходное звено*» в этой цепи! Тем не менее, они признают, что в какой-то исторический момент вдруг (!) произошел резкий и необъяснимый скачок в развитии человека. Чуть ли не повсеместно появились высокоразвитые Цивилизации (Шумер, Хараппа, Египет и др.) с уже сложившимися *Культурой*, системой **государственных** взаимоотношений и научными *Знаниями*, которые превосходят современные.

Как же такое могло произойти, если практически недавно по просторам Земли бегали **люди с каменными топорами**?! Чтобы понять это, вернемся снова в так называемый «*каменный век*». Археологам удалось найти многочисленные останки наших *Предков*, и уже в наши дни с помощью антропологии, а также методов **радиоуглеродного анализа и исследований ДНК** ученые смогли установить весьма любопытные факты. Сначала напомним, что самые первые находки ближайших родственников современного человека были сделаны в 1875 году в долине Неандерталь (в Германии) неподалеку от Дюссельдорфа. Именно там был найден первый скелет одного из предков современного человека, которого сначала даже отнесли к доиндоевропейским жителям Европы. Отличительной чертой *неандертальца* являлось то, что его кости были поражены какой-то болезнью (пока лишь обратим ваше внимание на этот факт!).

Интересно, что спустя несколько лет археологи стали находить и в других местах останки людей с такими же изменениями в костях. Сначала *неандертальца* считали нашим ближайшим предком, но потом ученые «отодвинули» его по лестнице эволюции намного дальше от нас, классифицируя всего лишь как подвид «*гомо сапиенса*», и стали именовать «**человек разумный неандертальский**». Исследование размеров головного мозга *неандертальцев* показало, что они обладали весьма высоким уровнем интеллекта и отличались крепким телосложением. Как считают ученые, их тела («бочковидной» формы) были идеально приспособлены для жизни в холодном климате. Различают **раннего неандертальца** и **неандертальца классического**, причем первый стоит по уровню развития **ближе (!)** к современному человеку, что для ученых до сих пор является загадкой!

Этот факт противоречит эволюционной теории Дарвина, тогда как для нас же он является **бесспорным** подтверждением *наших* представлений, и мы сейчас поясним *почему*! Отличительной чертой *классических неандертальцев* было то, что их бедренные кости имели сильную изогнутость («*кривые ноги*!»), причем этот признак отсутствовал у всех других *гомо сапиенс*!!! Обратите на это особое внимание! Ученые предположили, что *ранний неандерталец* был «общим предком» как *классического неандертальца*, так и современного человека. Однако обе эти «ветви эволюции», как считают ученые, в далеком прошлом полностью разошлись. С *неандертальцем* археологи связывают так называемую **мустьерскую культуру**, основным признаком которой было использование большого разнообразия каменных орудий труда (рубил, скребков, наконечников для копий и пр.).

Сравнительные **исследования ДНК** у *неандертальцев* и у современных людей позволили ученым сделать предположение, что *неандертальцы* были, скорее всего, отдельным самостоятельным *видом* человека разумного, отделившегося от «общего предка» не менее 500 тысяч лет назад. Находки археологов показали, что *неандертальцы* в основном населяли Европу и Западную Азию. Однако уже в XX веке выяснилось, что область обитания *неандертальцев* гораздо шире, чем это предполагалось поначалу: их останки находили уже не только в европейских странах (таких как Германия, Франция, Англия, Испания, Италия, Россия и т. д.), но и в Средней Азии, в Китае, Палестине, Иране, Ираке и даже... в Северной Африке!!!

Ученые установили, что *неандертальцы*, которых традиционно представляют *дикарями*, оказывается, обладали качествами, присущими любому современному человеку, и это несмотря на то, что сначала ученые считали их самыми настоящими каннибалами. Так, в некоторых пещерах были найдены костные останки *неандертальцев* со следами обработки каменными орудиями, что и навело на мысль о том, что *неандертальцы* были... людоедами! Однако в дальнейшем археологи сделали ряд неожиданных находок, которые показали, что *неандертальцы* заботились о своих близких, как это делают современные люди. Они ухаживали за больными, и даже умели лечить переломы и другие травмы, что указывает на глубокие познания в области медицины. Были найдены также захоронения *неандертальцев*, где ученые обнаружили пыльцу цветов, и этот факт говорит о том, что на могилы соплеменников они возлагали *живые* цветы! Вся научная общественность была потрясена *человечностью* тех, кто считался воплощением дикости и невежества!..

### **Кто же были они, эти загадочные неандертальцы?!**

Мы утверждаем, что *неандертальцы* – это люди, пережившие Всемирную Катастрофу, и именно они являются *Предками* всех европейских народов. Однако ученые считают, что нашими предками были *кроманьонцы*, тогда как *неандертальцы* являются обособленной ветвью *человека разумного*.

Обычно *неандертальца* изображают **дикарем** (согласно нашей этимологии, «**дикарь**» – это «**дикий арий**»!) с дубиной в руках и зверским выражением лица. Тем не менее, реконструированный облик *неандертальца* оказался совершенно другим, удивительно похожим на современного человека! Некоторые ученые, используя компьютер-

ное моделирование, «одели» *неандертальца* в европейский костюм и были поражены его сходством с современным человеком!

Кто же были эти таинственные *неандертальцы* и почему они так неожиданно исчезли, уступив место под солнцем предкам современного человека – *кроманьонцам*?! Ответ на эти важнейшие вопросы ученые не нашли, однако придумали несколько гипотез, которые, на наш взгляд, совершенно не соответствуют действительности. Одна из версий состоит в том, что *неандертальцы* были истреблены своими врагами... *кроманьонцами*. Однако дальнейшие исследования археологов показали, что *неандертальцы* и *кроманьонцы* жили вместе на протяжении длительного времени и никаких признаков, которые указывали бы на их взаимную враждебность, обнаружено не было!

Выяснилось также, что, в отличие от *кроманьонцев*, *неандертальцы* были менее приспособлены к холодному климату, а это прямо указывает на то, что они жили еще до Катастрофы, когда климат Земли был почти *тропическим*! Исследования палеоботаников говорят о том, что еще 15 тысяч лет назад в Антарктиде произрастали растения умеренных и даже субтропических широт. Об этом, в частности, пишет Грэм Хэнкок в книге «Следы богов» (издательство «Эксмо», Москва, 2005 год): на горе Ахернар на высоте более 2 км над уровнем моря (в 800 км от Южного полюса) были найдены окаменелые пни деревьев, годовые кольца которых не содержат никаких следов пережитых ими морозов. Указывается, что причиной гибели деревьев было мощное наводнение или грязевой поток (с. 560-561). То же самое Хэнкок пишет о климате земель, находящихся за Северным полярным кругом: «На острове Шпицберген найдены окаменелые листья пальм длиной три – три с половиной метра и ископаемые морские ракообразные того вида, который обитает лишь в тропических водах» (с. 565). И там же: «На Земле Баффина, в 1400 километрах от Северного полюса, в торфянике были обнаружены остатки ольхи и березы».

Подобных примеров поистине райского климата на Земле можно привести еще множество, но сейчас нас интересует другое:

### **Что же связывало между собой неандертальцев и кроманьонцев?!.**

Наш вывод покажется вам невероятным, потому что еще никто не смог доказать, что эти, казалось бы, совершенно разные виды *человека разумного* на самом деле яв-

ляются **прямыми родственниками!!!** А в пещерах они жили лишь потому, что им негде было укрыться во время «*ядерной Зимы*»!

Много лет на Земле царила «*Большая Ночь*»: это были времена голода и холода. Пещеры являлись зачастую единственным надежным прибежищем для тех, кто выжил после Катастрофы. Они хранили огонь, как единственный источник тепла и света. Кстати, именно тогда, по нашему мнению, возникла языческая **Традиция поклонения огню**, но самое главное – другое:

**Жизнь в пещерах не являлась  
этапом эволюционного развития человека!**

Современные ученые пока не желают признавать, что в далеком прошлом на Земле произошла самая страшная *Война в Истории Человечества*, в результате которой наступила «*ядерная Зима*». Выжившие люди долгое время не видели *Солнца*, и это не могло не отразиться на их здоровье и на том, как они выглядели, поэтому *неандертальцы* страдали болезнью, известной во всем Море как **рахит**, и именно это заболевание привело к деформации их бедренных костей. Эту особенность считают отличительной чертой *неандертальца*. Общеизвестно, что *рахит* развивается у людей при недостатке *витамина «Д»*, а если добавить к этому холод, голод и многие другие неблагоприятные факторы, то неудивительно, что люди, которые были вынуждены долгое время находиться в совершенно невыносимых условиях, приобрели целый «букет» заболеваний. Отметим, что слово «**рахит**», которое ученые переводят как... «**хребет**», мы расшифровываем с помощью открытых нами корней *Праязыка*. Таким образом, расшифровка ученых является вторичной.

Впрочем, судите сами!

Мы утверждаем, что «**рахит**» – это «**ра-хит**», что означает «**Ра хит**», т.е. «**тих(ий) Ра**», или «**мало Ра**». Известно, что **рахит** возникает, когда человеку **не хватает «Ра»** (или «**энергии Солнца**»). Наша сенсационная расшифровка подтверждает открытые нами исторические *Реалии*, связанные с «*ядерной Зимой*». Неандертальцы болели рахитом, ведь им пришлось выживать в чудовищных условиях «*ядерной Зимы*», когда *Солнце* надолго скрылось за непроницаемой мглой из пыли и пепла.

**Неандертальцы болели рахитом,  
ведь из-за наступления «ядерной Зимы»  
Солнце надолго скрылось за облаками  
из пыли и пепла!**

Кстати, именно это послужило **причиной массового вымирания динозавров**, которые, являясь хладнокровными животными, не могли существовать в условиях резкого и длительного похолодания, и только теплокровные животные смогли выжить в таких ужасных условиях.

Спустя много лет потомки *неандертальцев*, которых современные ученые называют *кроманьонцами* (по месту первого обнаружения их скелетов в пещере **Кроманьон** во Франции в 1868 году), жили уже в более благоприятных климатических условиях, чем их *прародители*. Из поколения в поколение они приспособивались к условиям, когда появилась смена времен года, которой не было до Катастрофы (напомним, что **смена времен года обусловлена наклоном земной оси**). Внешне *кроманьонцы* были похожи на своих *Предков*, однако они уже утратили многие *сверхспособности*, приобретя взамен то, что было необходимо для выживания. Исходя из вышесказанного, мы делаем поистине сенсационный вывод.

**Мы утверждаем, что кроманьонцы –  
это потомки неандертальцев!!!**

Наше утверждение раскрывает загадку происхождения *кроманьонцев* (а также «исчезновения» *неандертальцев*), и теперь вы можете сравнить наше мнение с выводами современных ученых. Например, в книге «**Другое человечество. Здесь кто-то побывал до нас...**» доктор исторических наук А. А. Маслов пишет: «Неандертальцы не были ни предками, ни родственниками современного человека. Это были два различных биологических вида, произошедших от разных ветвей древних гоминидов» (с. 254). Заметим, что Маслов высказывает мнение большинства ученых, которые так и не смогли разобраться в том, откуда же на Земле появились предки современного человека.

**Ученые не знают, откуда на Земле появились  
предки современного человека!**

В этой главе мы продолжаем знакомить вас с нашими **сенсационными Открытиями**, которые **проливают свет** на *Историю* возникновения и развития человеческой Цивилизации! Для нас совершенно очевидно, *кто* и *откуда* принес *Высшие Знания* древним народам Земли, *что* произошло много тысяч лет назад и *почему* в разных «уголках» нашей планеты возникли и развивались практически одинаковые по своему государственному устройству *центры* высокоразвитой *Культуры*.

В книге «Как побеждать любого противника» мы лишь кратко затронули отдельные историко-философские вопросы, связанные с происхождением и миграцией *Высших Знаний*, однако даже этого оказалось вполне достаточно, чтобы у читателей пробудился неподдельный интерес к предложенной теме. Многие ученики ШАР, ознакомившись с нашим *Учением* о ходе *Мировой Истории*, убеждены, что все эти вопросы гораздо важнее любых боевых или медитативных техник вместе взятых. Другие же считают, что история происхождения *Знаний* несколько им не интересна и вполне достаточно знать лишь то, что все техники ШАР «работают».

Кто же прав?

Мы убеждены, что вопросы происхождения древних *Знаний* очень важны, ведь речь идет об *Истоках* человеческой Цивилизации и культуры, поэтому, зная, **КТО МЫ**, **ОТКУДА** и **КУДА** идем, можно понять, *что* ждет нас в ближайшем будущем:

### **Не зная Прошлого, нельзя узнать Будущее!**

Наши *Предки* обладали удивительно глубокими космическими *Знаниями*, которые поражают не только обычных людей, но и всех современных ученых. Отголоски этих *Высших Знаний* сохранились во всех «языческих» (или, как мы говорим, послека-тастрофных) *Преданиях* и *Мифах* народов Мира.

Какие только гипотезы ни высказывались на данную тему! И ученые, и писатели-фантасты постарались внести свою лепту в понимание того, что произошло тысячи лет назад. Какие же катаклизмы потрясли нашу Планету, и что погубило арийскую Цивилизацию? Кто-то считает, что произошло столкновение с крупным метеоритом («метеоритная» теория), другие уверены, что причиной ее гибели была ядерная война (теория «ядерной катастрофы»), третьи убеждены, что всему виной вулканическая деятельность Земли (теория «геологических катастроф») и т. п.

В нашей второй книге мы уже рассказывали о загадке возникновения тектитов. Напомним, что ученые предлагают массу различных гипотез на эту тему, но лишь одна из них, по нашему мнению, соответствует действительности – это гипотеза о возникновении тектитов при ядерном взрыве!

Очень увлекательно и подробно о тектитах пишет О. В. Михайлов в книге «**Антология полузабытых тайн Космоса, Земли, Моря, Техники, Истории: факты, версии, гипотезы неразгаданного**» (издательство «КомКнига», Москва, 2005 год). Он рассказывает о том, что еще в *Средневековье* на территории Чехии люди, занимаясь земледелием, находили красивые зеленые камни, которые в дальнейшем они стали использовать для изготовления браслетов, ожерелий, бус и т. д. И хотя тектиты похожи на проплавленные стекла черного или темно-зеленого цветов, уже тогда было замечено, что тектиты, несмотря на внешнюю схожесть со стеклом, таковыми не являются.

Когда таинственные «стекла» попали в руки ученых, то первое, что пришло им в голову, было предположение, будто эти необычные камни являются **вулканическими стеклами!** Однако в Чехии нет и не было вулканов, поэтому такая версия о происхождении тектитов не получила широкого распространения. Кроме того, температура, которая возникает при вулканической деятельности, явно мала, чтобы настолько проплавить горные породы, и, опять же, в местах извержения вулканов тектиты обнаружены не были.

Другие исследователи высказали предположение, что тектиты являются **продуктом древнего стекольного производства**, ведь не случайно в Чехии оно было столь развито. Вспомните знаменитое чешское (богемское) стекло! Почему бы не предположить, что эти находки имеют «глубокие исторические корни»? Тем не менее, археологи решительно отрицают наличие старых стекольных заводов в местах находок тектитов. Более того, как раз там, где были обнаружены стекольные производства, отсутствовали тектиты! В дальнейшем тектиты были найдены в самых разных частях Земного шара, причем в отдельных случаях это были даже настоящие **тектитовые поля**. Их особенностью является концентрическое строение: в центре тектитов больше, и они крупнее. Встречаются поля и в виде полос (например, самое крупное – Австрало-Азиатское).

Как пишет О. В. Михайлов, тектиты были найдены в Австралии, Юго-Восточной Азии (Индонезия, Филиппины, Малайзия, Таиланд, Камбоджа, Лаос, Вьетнам), Африке, Европе (Чехия), Северной Америке (штаты Техас и Джорджия) и Северо-Западной Азии (Казахстан, Приаралье, кратер Жаманшин). Причем 90% всех тектитов

оказалось сосредоточено в районе Филиппинских островов, в Австралии и Индокитае. Как считают многие исследователи, распределение тектитов на Земле носит случайный характер, но мы убеждены, что это вовсе не так, особенно если учесть наши утверждения об их происхождении.

Среди множества гипотез высказывались также версии о **метеоритном происхождении** тектитов: например, говорилось, что тектиты образовывались при взрывах гигантских метеоритов на Земле. Однако далеко не во всех районах, где были найдены тектиты, имеются метеоритные кратеры, и это обстоятельство прямо указывает на сомнительность данной гипотезы. Среди самых экзотических версий указывалась даже **инопланетная** версия, согласно которой в далеком прошлом огромный межзвездный корабль пришельцев приблизился к нашей Планете и... завис над ней. Тектиты будто бы образовались от расплавления земных пород под воздействием пламени его ракетных двигателей.

**По нашему мнению, основная версия  
происхождения тектитов – ядерные взрывы!**

В 60-х годах прошлого века в ряде районов бывшего Советского Союза (там, где проводились испытания ядерного оружия) были обнаружены **искусственные тектиты**, которые были поразительно похожи на тектиты, найденные в разных частях нашей Планеты. При наземном ядерном взрыве возникает огненный шар с огромной температурой, и все, что оказывается рядом (в том числе, грунт, горные породы), буквально испаряется или оплавляется до аморфного состояния. У нас есть все основания утверждать:

**Истинной причиной гибели Цивилизации Богов  
была термоядерная война!**

В книге Алана Ф. Элфорда «**Боги нового тысячелетия**» (изд-во «Вече», Москва, 1998 год) рассказывается, что в 1979 году ученые Дэвид Девенпорт и Этторе Винченти обнародовали новые данные о загадочной гибели Мохенджо-Даро. Они изучили так называемые «черные камни», которые во множестве были разбросаны на улицах города. Оказалось, что эти «камни» были осколками глиняной посуды, спекшейся при температуре 1400-1600 градусов по Цельсию. Кроме того, по характеру разрушений

стен города ученым удалось установить, где находился **эпицентр ядерного взрыва**. Они также сделали вывод, что *единственная* причина, по которой археологи не нашли там множества скелетов, состояла в том, что при столь высоких температурах они мгновенно испарились (см. стр. 449). Напомним, что время расцвета и гибели *Цивилизации Долины Инда* ученые (*почему-то?!*) относят к 3-4 тысячелетиям до н. э., когда развитая городская цивилизация неожиданно прекратила свое существование.

Расскажем подробнее о **радиоуглеродном методе** датирования. Он основан на измерении содержания радиоактивного углерода (*радиоизотопа* C14) в органических останках (костях, тканях, красках, зернах и т. п.). Зная *время полураспада* данного элемента (примерно 5730 лет), ученые могут приблизительно оценить «возраст» археологической находки и соотнести полученный результат с теми цифрами, которые дают иные методы.

Современные ученые пока еще не желают признавать то, что в далеком прошлом на нашей Земле произошла Мировая ядерная война, поэтому, применяя *радиоуглеродный метод*, они, естественно, **не учитывают**, что в местах нанесения *термо-ядерных* ударов возросший **уровень радиации** значительно «омолаживает» возраст археологических находок, «приближая» их к нашему времени. Именно это обстоятельство нередко способствует «недостоверным», как считается, результатам *радиоуглеродного анализа*.

В качестве примера можно привести, казалось бы, невероятные случаи, когда «возраст» *нижних* археологических слоев датируется ближе к нашему времени, чем *верхних*. Естественно, что подобные результаты тотчас отвергаются официальной наукой, как ошибочные! Вот что пишет об этом, например, В. Н. Дёмин, автор книги «**В поисках колыбели цивилизации**» (изд-во «Вече», Москва, 2004 год): «Археологи сами же подтвердили абсурдность данного метода и его абсолютизации при раскопках одной из древних пещер в Иране, когда результаты радиоуглеродного анализа нижних слоев показали дату 6595-6054 год до н. э., в то время как вышележащий слой (то есть заведомо более молодой) показал дату 8610 (разница – 2556 лет)» (с. 243-244).

Как видите, подобные результаты считаются показателем **ошибочности радиоуглеродного метода**, тогда как на самом деле все объясняется гораздо проще: исследователи просто **не учитывают последствий** ядерной Катастрофы, что и приводит к ложным выводам и оценкам. Представьте, что археологи провели раскопки, и *радиоуглеродный* анализ показал, что найденные ими *культурные слои* относятся к 3-му или 4-му тысячелетию до н. э. (Шумер, Хараппа, Египет и др.). Однако если учитывать на-

личие *остаточной радиации*, то «возраст» находок в действительности следует отнести к более давним временам, например, к 10-му тысячелетию до н. э. Или, наоборот, в некоторых случаях можно наблюдать обратную картину, когда исследуемые *культурные слои* ученые датируют 35-тью тысячами лет до н.э., тогда как на самом деле речь идет о тех же самых 10-ти тысячах годах до н.э. Все эти вопросы мы подробно будем рассматривать в дальнейшем, и вы удивитесь, насколько искаженные представления могут сформироваться в научных кругах относительно *истинной* датировки тех или иных событий *Древнейшей Истории*.

На наш взгляд, основными причинами, которые приводят к «ошибкам» *радиоуглеродных* измерений, являются:

1) **уровень «остаточной» радиации** после взрывов и выпадения радиоактивных осадков, а также сильные пожары способствуют «омоложению» возраста находок и приближают их к нашему времени;

2) **«вымывание» радиоизотопа С14** из культурных слоев водами *Потопов*, а также тающих ледников «увеличивает» возраст находок, отдаляя их от нашего времени на десятки тысяч лет.

Изучая многочисленные исторические, мифологические, лингвистические, этнографические, палеонтологические, археологические и другие источники, мы обнаружили множество фактов, подтверждающих наши представления о ходе *Мировой Истории*. Мы утверждаем, что именно **Великая арийская Цивилизация** наших *Предков* явилась **Прародительницей** всех крупнейших государств *Древнего Мира*! Возьмите любой уголок Земли, будь то Европа, Азия, Африка, Австралия, Южная, Северная или Центральная Америки, и везде (!) у *Истоков* древних Цивилизаций были наши *Великие Предки*. Местные народы принимали их за *Богов* и называли «*Сынами Солнца*», «*Белыми Богами*», «*Небожителями*», «*Сынами Неба*», «*Посланниками Неба*», «*Небесными Наставниками*» и т. д.

Доктор исторических наук А. А. Маслов в своей книге **«Утраченная цивилизация: в поисках потерянного человечества»** (изд-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 2005 год) пишет: «В весьма запутанных и противоречивых легендах майя мы встречаем упоминания о некой группе пришельцев, которых называли «ица» (некоторые относят их к мексиканским племенам). Они то ли захватывают, то ли просто занимают почетные места правителей в местечке Чичен, откуда начинают управлять большей частью Юкатана» (с. 142).

### Вам ничего не напоминает слово «ица»?!

Мы не сомневаемся, что это – «трансформировавшееся» за тысячи лет слово «арийцы». «(Ар)ицы»! Представляете, сколько прошло тысячелетий, а звучание слова практически не изменилось! Отметим, что **отсутствие согласной «р»** в языках народов Центральной и Южной Америк, Китая и ряда других стран не случайно: там, где было «несколько Солнц», жители не могли впоследствии произносить «солнечные» звуки (или «**Ра-звуки**»); из их речи они практически исчезли.

В своей книге «**Следы богов**» (издательство «Эксмо», Москва, 2005 год) Грэм Хэнкок рассказывает: «Наследием Тиуанако и культуры виракочей является язык местных индейцев аймара – язык, считающийся некоторыми специалистами древнейшим в мире» (с. 137). Подумайте, что может означать слово «**аймара**»?! В обратном прочтении это название звучит как «**арамйя**», т.е. «**а-рам-я**», или, с учетом открытых нами корней *Праязыка*, «**Не смертный Я**»! Но неужели «**Аймара**» – это «**Бессмертные**»?! Произнесите также слово «**аймара**» на английский манер: «**Ай(э)м-ара!**» Может быть, индейцы племени аймара являются потомками ариев?! Или, вы считаете, возможен какой-либо другой перевод?!

Даже поверхностный *лингвистический* анализ подтверждает прямое родство между санскритом и всеми европейскими языками (а также многими другими, включая китайский и японский!), причем легко убедиться, что это не беспочвенные фантазии, а объективная реальность, которая нашла отражение в языках и культуре многих народов Мира.

С помощью **Шар-этимологии** легко понять глубинный смысл слов, используемых в других языках. Например, в китайском языке иероглиф «**жень**» означает «**человек**». По-русски «**жень**» – это часть слова «**жен(ь)щина**». Когда на Земле царил «матриархат», именно с женщиной ассоциировалось **начало жизни человека**. Женщина давала человеку Жизнь, что и нашло отражение в *Культуре* языческих народов. Почему же иероглиф «**жень**» в языческой (т. е. послекатастрофной) письменной *Традиции* Китая был изображен в виде идущего человека без головы и без рук?! О чем это говорит?.. По нашему мнению, данное обстоятельство прямо указывает на то, как в *патриархальном* китайском обществе относились к женщинам. Мы предлагаем вам самостоятельно объяснить, почему иероглиф «**жень(-щина)**» изображают «**без головы и без рук**»?! Ведь на самом деле иероглиф «**человек**» должен быть целым, т. е. с руками, ногами и головой!

Когда-то, в незапамятные времена, китайцы говорили на *языке Богов*, но после Катастрофы, как и многие другие народы, утратили способность произносить некоторые звуки и особенно длинные слова. Их речь сильно изменилась. Они выговаривали лишь часть длинного слова, а слов со звуком «Р» у них практически не осталось. По нашему мнению, слог «Ра», обозначающий на *Праязыке* наших *Предков* «свет», «тепло», «солнце», «огонь», необходим был в тех местах, где люди пережили страшный холод, и, наоборот, – там, где произошли мощные термоядерные взрывы (или огненные вспышки), а люди сохранили «воспоминания» о многих (!) *Солнцах*, выжигающих все живое, – там слог «Ра» практически исчез из употребления.

Когда индусы познакомились с русской *Культурой* и *Традициями*, они были искренне удивлены не просто внешним сходством, а *прямым* родством столь удаленных друг от друга народов. Этот факт казался совершенно необъяснимым до тех пор, пока ученые не изучили сохранившиеся с древнейших времен тексты на санскрите, а также устные *Мифы* и *Предания*.

Мы уже показывали, что *русский народ* (или **русы!**) – это не какой-то «новый этнос», появившийся, по мнению некоторых маститых историков, неизвестно откуда в первом тысячелетии нашей эры, а **один из древнейших** арийских этносов, уцелевших после самой ужасной в *Истории* человечества Катастрофы. В самом названии «**Россия**» (также как и в англоязычном звучании «**Russia**», т.е. «**Руссия**») «зашифрована» принадлежность нашего народа к арийским *Истокам*, так как буквально название страны означает «**Ра сия(ет)**» (сравните произношение слова «Ра-сия»), или «**Ра сия**», т.е. «**сие (это) Ра**» – «**страна Ра**». Современные же историки утверждают, будто название нашего *Великого Государства* произошло от названия некой **реки «Рось»**, на которой будто бы были основаны первые поселения славян.

Посмотрите, как изменение всего лишь одной буквы в написании и произнесении слова отразилось на его смысловом значении! Из *Великого Народа* с многотысячелетней *Историей* мы превратились в какое-то племя «**древлян**», появившихся неизвестно откуда и поселившихся на вышеназванной реке, а впоследствии, как утверждают все те же историки, позаимствовавших *Язык*, *Культуру* и *Традиции* у всех остальных народов. Трудно представить, как такое могло произойти?!

Чтобы разобраться, *почему* на территории России, как и многих европейских стран, практически не сохранилось материальных памятников древнейшей арийской *Культуры*, напомним, что из-за Катастрофы практически вся территория Европы и России оказалась покрыта льдом **километровой** толщины:

## **Ледник уничтожил весь «культурный слой» той легендарной эпохи!!!**

В связи с этим ученые отмечают поразительную **молодость** ландшафта *Русской равнины*, о чем пишет Ю. Н. Голубчиков в книге «**Глобальные катастрофы в истории цивилизаций**»: «Вот эти березки только что взбежали на тот косогор. Древние леса еще не достигли положенной им дремучести: видовой состав растений невелик, ярусов древостоя немного. Почти все долины Русской равнины слишком велики для текущих по ним рек» (с. 171).

По нашему мнению, все это прямо указывает на явные следы произошедшего мощного Катаклизма, после которого (даже спустя несколько тысячелетий!) **растительность не смогла полностью восстановиться**, поэтому благодаря раскопкам на территории России можно сделать еще немало открытий, касающихся нашей древнейшей Истории.

Однако давайте сейчас мысленно перенесемся далеко на Юг. В Африке европейские исследователи обнаружили **руины древней и неизвестной Цивилизации**. Там были найдены заваленные шахты, остатки высокоразвитого металлургического производства и многое другое. Европейские ученые искренне восхищались: «Ну, надо же, какими цивилизованными, оказывается, были *Предки* этих аборигенов!» Тем не менее, когда поинтересовались у местного населения об этих руинах, те ответили, что не знают, откуда все это появилось. Точно такая же ситуация была и вокруг **пирамид Китая**, которые местное население считало всего лишь обычными холмами и совершенно не догадывалось о том, что представляют собой эти «холмы» на самом деле. Об этих загадочных пирамидах мы расскажем чуть позже, а сейчас вернемся к руинам на территории Африки: *откуда* же там появилась древняя Цивилизация и *куда* она исчезла?.. *почему* местное население практически ничего о ней не знает?..

По мнению ученых, приблизительно 1500-2000 лет до н. э. с северных территорий Евразии на Юг и на Восток практически одновременно хлынуло **несколько миграционных волн** арийских этносов. Ученым известны две такие «волны», и они сравнительно хорошо изучены (это – **индоевропейская** и **индоиранская**), однако мало кто связывает их с другими миграциями, а ведь примерно в то же самое время в Китай двинулись **белые гунны**, а в Африку – **гараманты**.

Как вы думаете, куда направлялись все эти народы?.. Почему им не сиделось у себя дома?.. Что искали они в «чужих» странах?..

Вот что пишет о гарамантах историк А. Ю. Низовский в книге «**Загадки антропологии**» (изд-во «Вече», Москва, 2004 год): «Примерно в середине 2 тысячелетия до н. э. в наскальном искусстве Сахары появляются изображения боевых колесниц, запряженных лошадьми. По рисункам на скалах их путь прослеживается от побережья Средиземного моря до верхней излучины Нигера. Рядом с колесницами на рисунках изображены люди, по облику, цвету кожи и одежде явно отличающиеся от всех типов местного населения. Это светлокожие, рослые воины, вооруженные мечами, копьями и дротиками, с круглыми щитами в руках» (с. 192).

О них писали в свое время древнегреческие и древнеримские историки (Геродот, Страбон, Тацит), отмечая особую воинственность этого народа. Напомним, что использование **колесниц** и **лошадей** является отличительным признаком именно арийской Цивилизации! *Гараманты* знали, что древние города, которые основали их *Предки*, находились где-то на Юге, однако там их ждало горькое разочарование, ведь на их месте они нашли только руины и пески, в лучшем случае это были непроходимые джунгли, таящие множество опасностей для человека!

Нас удивляет, как специалисты пытаются *расшифровать* слово «гараманты». Например, А. Ю. Низовский пишет: «Происхождение названия гарамантов и их столицы Гарамы до конца не прояснено. Некоторые исследователи считают, что этноним «гарамант» происходит от туарегского *aghrem* – «крепость», «город», «селение». По мнению французского ученого Ш. Сабатье, название «гарамант» произошло от берберского «гарамедден» («пастухи народа гара»)» (там же, с. 195-196).

С нашей точки зрения, слово «гарамант» **расшифровывается** предельно просто, и ключом к *расшифровке* служат корни *Праязыка Богов*.

Слово «ман» вам хорошо известно («ман» – это человек). «Ра» – Свет, Огонь, *Солнце*. Слово «Га» – это *Путь*. Вспомните русские слова «гать» (дорога, тропа), или английское «go» (идти). Кстати, слово «нога» (произносится, как «на-га»), т. е. то, что ставится на *Путь*! Таким образом, «гарамант» – это «**человек пути Ра**» (или «**человек, идущий по Пути Ра**»)!

Куда исчезли *гараманты*, догадаться нетрудно: смешавшись с местным населением, они всего за несколько поколений полностью растворились в нем. Что касается миграции *белых гуннов* в Китай, то вот что об этом пишет известный индолог Н. Р. Гусева в своей книге «**Русский север – прародина индо-славов**» (издательство «Вече»,

Москва, 2003 год): во II тыс. до н. э. «...потомки пришедших в Азию арьев, известные как центральноазиатские скифы или *белые гунны*, или по-китайски *ю-чжи*, вели бои за овладение западными землями Китая и, оседая на них, поддерживали длительные хозяйственные контакты с местным населением» (с. 166). Обратите внимание, что все «волны» миграции арийских этносов датируются приблизительно одним и тем же периодом времени (серединой II тыс. до н. э.)!

### **Знаете ли вы о том, что в Китае были найдены пирамиды?!**

Впервые их случайно обнаружили американские летчики, которые, пролетая над провинцией Шэньси (в центральном Китае), заметили «холмы» искусственного происхождения. Эти «холмы» имели правильную пирамидальную форму и четкую ориентацию по сторонам *Света*. Самый высокий из «холмов» оказался почти вдвое выше всемирно известной пирамиды Хеопса!!! Летчикам тогда удалось сделать несколько фотографий, и эти снимки впоследствии были напечатаны в некоторых газетах, однако потом о пирамидах в Китае словно забыли. Эту зону сделали закрытой для посещения иностранцев, и власти Китая немедленно **засекретили** любую информацию об этих таинственных сооружениях. Более того, «холмы» искусственно засадили растительностью, чтобы скрыть от любопытных европейцев сам факт их существования. Интересующиеся читатели могут прочитать информацию об этом, а также увидеть фотоснимки китайских пирамид, опубликованные в сети Интернет.

Крайне интересна **мотивация запрета** на проведение археологических исследований. Китайские власти заявили, что сейчас, дескать, не время для каких-либо раскопок, так как эти исследования **могут перевернуть** (и, наверняка, перевернут!) устоявшиеся традиционные представления о древнейшей истории Китая!

Немецкий исследователь Хартвиг Хаусдорф в 1994 году сумел проникнуть в закрытую зону провинции Шэньси и сделал подробный фоторепортаж о китайских пирамидах. Оказалось, что возраст этих пирамид неизвестен, а местные жители ничего толком о них не знают. Если же ориентироваться на сведения, изложенные в дневниках двух австралийских торговцев, которые побывали в этой провинции еще в 1912 году и слышали историю от одного буддийского монаха, то картина вырисовывается следующая. Записи об этих сооружениях будто бы хранились в монастыре, и сообщали о событиях, датируемых III тысячелетием до н. э. Причем даже в этих записях пирамиды

уже упоминаются как **древние**, построенные еще «*Сынами Неба*», которые прилетели на Землю на огненных железных драконах. Именно к тем незапамятным временам исследователи относят появление на территории Китая императора Хуан-ди со своими спутниками. Подробнее о пирамидах Китая вы можете прочитать у Бёрда Киви в «**Книге о странном**» (изд-во «Бестселлер», Москва, 2003 год).!

Заметьте, что пирамиды в Китае были обнаружены еще в 1947 году, однако даже спустя десятки (!) лет все, кто всерьез интересовался и изучал китайскую *Культуру* и *Традиции*, не имеют об этом ни малейшего представления! С тех пор прошло много времени, однако информация об этом поистине сенсационном открытии тщательно скрывается!

Чтобы понять, откуда же в Китае появились пирамиды, необходимо ответить на вопрос:

### **Кем был основатель китайской Цивилизации – император Хуанди?!**

Традиционно его имя переводили как «*Желтый Император*», поэтому ни у кого и не возникало никаких сомнений в том, что первым *Правителем* Китая, конечно же, был представитель желтой расы. Даже специалисты долгое время считали Хуан-ди... китайцем! Однако более глубокое исследование данного вопроса (в том числе, китаеведами) показало, что *Желтый Император* не был представителем *монголоидной* расы. Он был космическим *Пришельцем*, который, спустившись на Землю с Небес, принес местным жителям *Знания* и *Культуру*.

Известный китаевед А. А. Маслов в книге «**Китай: укрощение драконов. Духовные поиски и сакральный экстаз**» (Москва, «Алетейа», «Культурный центр "Новый Акрополь"», 2006 год) пишет: «Имя прародителя китайской нации Хуан-ди обычно переводиться как «Желтый правитель», хотя сам иероглиф «ди» («правитель», «император») был прибавлен к имени Хуан значительно позже» (с. 88). И далее: «Само же имя Хуан традиционно принято переводить как «желтый», хотя первоначально этот иероглиф не имел отношения ни к желтизне, ни к цвету вообще».

Мы убеждены, что Хуан-ди стали называть «**Желтым императором**» вовсе **не из-за цвета кожи** (который был отличительной чертой *местных* жителей). Причина, по которой он получил столь необычное имя, была совершенно другая! По нашему мнению, Хуан-ди являлся одним из «*Сынов Солнца*», или *Богов*, спустившихся на Землю и

передавших людям *Высшие Знания*. Именно цвет его одеяний, скорее всего, дал основание называть его **«Желтым (или Золотым) Императором»**. Напомним, что золотой (или солнечный) цвет всегда ассоциировался с **Царской властью**: золотая корона, золотой скипетр, золотые одежды и т. д. Кроме того, в имени **«Хуан»**, основателя китайского государства, любому русскому человеку нетрудно узнать имя **«Иван»**, т. е. **«Иоанн»** (или **«Уан»**, подобно английскому **«Оне»**, что означает **«Первый»!**). В древнем Шумере также был хорошо известен *Бог «Ан»* (или **«Ану»**, а также – **«Оаннес»**), имя которого в русской транскрипции означает то же самое, и об этом мы подробнее расскажем чуть позже.

Имя **«Ван»**, или **«Хуан»**, которое мы расшифровываем как **«в Ан(а)»** (т.е. **«похожий на Ана»**, или **«ху Ан»**, т.е. **«как Ан»**, где **«ху»** – это **«ку»** или **«ка(к)»**) можно встретить практически у всех народов.

Отметим, что нам удалось разобраться, *почему* в разных языках произошла открытая нами замена **«у»** на **«а»**. Мы выяснили, что в сочетании гласных **«у-а»** «потерялась» одна из них. Например, немецкое слово **«Вундеркинд»** мы расшифровываем как **«Вандеркинд»**, т.е. **«ребенок Вана»**, тогда как у немцев сохранилась согласная **«у»**.

Точно также, мы считаем, имя древнеславянского *Бога Перуна* изначально звучало как **«ПеруАн»** (**«Перв(ый) Ан»**, или **«ПерВан»**), но при «утрате» согласной **«у»** древнее имя у славян стало звучать как **«Перун»**.

### **Никто из ученых не смог увидеть подобных мутаций!!!**

Именно поэтому специалисты не понимают, почему имя **«Брут»** (так звали родственника Цезаря, участвовавшего в заговоре против него), на самом деле означает **«Бруат»**, т.е. **«Брат»!**

**«Брут» – это «Брат»!!!**

Впрочем, обо всем этом подробно мы расскажем в нашей будущей книге **«Запрещенная (или Сенсационная) этимология»**.

Многие искренне удивляются, когда узнают, что в далеком прошлом территория Китая делилась на небольшие уезды, которые управлялись **Ванами**. Однако почему-то

востоковеды упорно не желают «замечать» данного факта и, тем более, правильно интерпретировать его. Что касается приставки «ди» (которую китаеведы переводят как «второй»), мы переводим, с учетом открытой нами мутации гласных, как «да». Таким образом, имя «Хуан-ди» мы расшифровываем как «да, ка(к)Ан», и это, естественно отражало историческую реальность, ведь **Верховными правителями** в *Китае* и других государствах *Древнего Мира* после Катастрофы были уже **не Аны** (напомним, что имя Ан, или Ану, – это имя *Первого Бога*, космического *Прародителя* всех народов Земли!).

**Иваны**, или **Ваны** (как **Первые Цари**), несли жителям Земли *Свет Знаний, Законы, Культуру, космические Традиции!* Примечательно, что и в Шумере *Боги (Пришельцы!)* имели очень созвучные имена (и даже отчества).

Чтобы вы смогли осознать роль русов и русского языка (как сохранившего наибольшее количество корней *Праязыка Богов*), предлагаем вам самостоятельно расшифровать такие имена, как «**Изольда**», «**Сара**», «**Барбара**», «**Софокл**», «**Геракл**» и т. д. Подскажем лишь, что сочетание букв «кл» (в окончаниях имен) в действительности является сокращением от русского слова «кол», а это, в переводе с *Праязыка* наших *Предков*, есть ни что иное, как символ «*Солнца*». Произнесите вслух древнегреческие имена, и вы убедитесь в этом. «**Кол**» (или «**Коло**») – это *Солнце* («**Коловорот**», т. е. «**Колесо Солнца**»).

Обратите внимание, как разрозненные факты объединяются в *целостную Картину* лишь тогда, когда точно известно, что же происходило на самом деле на нашей Планете много тысяч лет назад. Мы предлагаем **НОВЫЙ ВЗГЛЯД** на *Всемирную Историю Человечества*, но при этом ни в коем случае не навязываем вам своего мнения и рекомендуем критически относиться ко всему, что мы пишем. Это поможет вам самостоятельно сделать выводы относительно истинности тех или иных наших утверждений.

В книге «Как побеждать любого противника. Сенсационное Открытие в Мире боевых искусств» мы познакомили читателей с классификацией важнейших периодов *Истории Человечества*.

**Мы делим всю Мировую Историю на «языческие»  
и «доязыческие» времена!!!**

И утверждаем, что так называемое «язычество» – это не период дикости и варварства, к которому пришло *первобытное* общество в ходе длительной эволюции, а – время **упадка** высокоразвитой Цивилизации наших *Предков* (после термоядерной войны).

«*Золотой Век*» мы относим к **докатастрофным** временам, когда на Земле царили *Свобода* и *Справедливость*, соблюдались *Законы*, установленные *Богам*, и люди жили долго и счастливо! В те времена на всей Земле был теплый, почти тропический климат, и там, где сейчас высятся многокилометровые льды (Гренландия, Антарктида, Арктика) или находится «вечная мерзлота», росли лиственные деревья и водилось множество животных. Тогда Арктида и Антарктида были *свободны* от ледниковых шапок, не было смены времен года, и на Земле царило *Вечное Лето*.

**Это был легендарный «Золотой век»,  
когда на Земле правили Боги!!!**

О том, что, по нашему мнению, эти *Боги* являлись *Пришельцами с Венеры*, мы подробно расскажем в дальнейшем, а сейчас лишь упомянем, что они осваивали не только Землю, но и другие планеты Солнечной системы.

На Земле возводились крупные города, причем массовое их строительство происходило почти повсеместно – на территориях Америки, Европы, Индии, Китая, Австралии, Африки, представлявших в то время единое целое (речь идет о Праматерике, названном «Пангеей»), а также – Арктиды и Антарктиды. Как установили современные ученые, там, где сейчас находятся **огромные песчаные** или **ледяные пустыни**, некогда были цветущие края, водилось множество животных, текли полноводные реки, а климат был совершенно иным до тех пор, пока не произошла Катастрофа! Причиной Катастрофы, произошедшей (согласно различным способам датирования) около 12 тысяч лет назад, мы считаем, было не падение какого-либо метеорита (или астероида), как полагает большинство ученых, а ядерная война с использованием **сверхмощного Оружия Богов** («**Оружия Брахмы**»), которым владели наши докатастрофные *Предки*. Напомним, что *Сказания* о применении этого страшного оружия можно найти во многих древнеарийских текстах, которые были записаны еще за тысячи лет до изобретения современными учеными термоядерной бомбы. Подробно об этой страшной *Войне* и о том, *кто* и *с кем* воевал в пределах нашей **Солнечной системы**, мы расскажем в отдельной книге.

Когда в начале прошлого века люди читали в переводе с санскрита слова о том, что при использовании **«Оружия Брахмы»** в небе возникала **вспышка «ярче десяти тысяч солнц в зените»**, земля при этом содрогалась и всё сгорало от страшного **«пламени без дыма»**, то никому и в голову не могло прийти, что речь шла о реальном оружии, которое впоследствии ученые назовут атомным. Многие считали это всего лишь сказкой или выдумкой, и только когда ученые изобрели ядерное оружие, они поняли, что, оказывается, наши *Предки* владели совершенно удивительными *Знаниями* и *технологиями*.

В *Мифах* и *Легендах* многих народов (Индии, Китая, Центральной и Южной Америки и др.) сохранились **«воспоминания о нескольких Солнцах»**. В Китае называлось десять *«Солнц»*, в Индии – пять (или семь), в Центральной и Южной Америке – три или четыре и т. д. Естественно, что подобные *Легенды* смогли передать лишь те из местных жителей, кто выжил во время термоядерной войны.

### **Климат на Земле изменился резко и неожиданно!!!**

Эти *«ложные Солнца»* (или, как мы утверждаем, вспышки ядерных взрывов!) вызвали уничтожающие пожары. В местах нанесения **воздушных** атомных ударов впоследствии образовались огромные пустыни. Там же, где произошли **наземные взрывы**, образовались *многокилометровые* воронки, которые даже спустя много тысяч лет «свидетельствуют» о том, что случилось когда-то.

Исследователи считают, будто тогда произошла **«метеоритная атака»**. По их мнению, именно она вызвала те страшные последствия, о которых мы сейчас рассказываем. Вот что пишет об этом И. А. Резанов в книге **«Планета бушующих катастроф»** (издательство «Вече», Москва, 2005 год): «Исследователи полагают, что мощный слой сажи покрыл всю поверхность планеты. Дым от пожара должен был полностью поглотить солнечный свет, вследствие чего на всей Земле прекратился на определенное время фотосинтез... Наконец, неизбежным было сильное охлаждение планеты. Наступила «метеоритная ночь» и «метеоритная зима» (с. 59). И далее: «Эти события напоминают сценарий «ядерной зимы» (в случае военного ядерного конфликта)» (с. 60). Обратите внимание на это заявление, которое означает, что:

**«Метеоритная зима» – такая же, как и... «ядерная»!!!**

При бурении скважин во льдах Гренландии и Антарктиды ученые обнаружили (на глубине около 1500 метров!) слой вулканического пепла, датируемый с помощью радиоуглеродного анализа 12 - 9 тысячелетиями до н. э. Заметьте, что указанные районы находятся на противоположных частях Планеты, однако каким образом могли «пронуться» одновременно все вулканы на Земле?!

Перечисленные выше факты являются бесспорным свидетельством произошедшего много тысяч лет назад общепланетарного Катаклизма. Ученые знают, что точно такие же последствия возможны и при **ядерных ударах**, поэтому:

**Никто не может определенно сказать, была ли это  
«метеоритная» или «ядерная зима»!**

По нашему мнению, нет нужды придумывать какие-либо версии, если уже известно, что наши *Предки* много тысяч лет назад знали и использовали сверхмощные виды оружия, которые превосходят по своим характеристикам современное!

После взрывов в небо взметнулись тучи пыли, и они надолго закрыли собой *Солнце*. Одновременно начались повсеместные пожары. Дымовая непроницаемая завеса оказалась настолько плотной, что на длительное время прекратился фотосинтез растений и произошло массовое вымирание животных.

Сейчас мы выскажем **свою гипотезу**, которая поначалу покажется вам слишком фантастической, чтобы быть похожей на правду, но мы приведем достаточно убедительные доказательства для ее подтверждения.

**Ракетно-ядерные удары наносились из Космоса,  
а их сила была такова, что вращение Земли  
вокруг своей оси замедлилось  
и на некоторое время даже прекратилось!!!**

Там, где люди еще могли видеть *Солнце*, они наблюдали его «остановку» (!), о чем есть письменные свидетельства. Например, в «Ригведе» говорится: «Свою колесницу бог солнца остановил посреди неба». Некоторые исследователи ошибочно полагают, что речь идет о полярном дне. А вот что писал об этом Б. Г. Тилак в книге «Арктическая родина в ведах» (издательство «ФАИР-ПРЕСС», Москва, 2002 год): «В Ригведе есть и пассаж, также требующий пояснения. В нем говорится о том, что бог Варуна

использовал «золотой слиток» (солнце) как качели в небе». Эти слова имеют ясный смысл – солнце качается в небесах взад и вперед» (с. 159). Далее Тилак рассуждает о том, что подобное явление можно наблюдать только в арктическом регионе, где Солнце кружится по небу и не сразу скрывается за горизонтом.

Мы считаем, что **«качели Солнца»** следует понимать в буквальном смысле, когда при мощных ядерных ударах Земной шар начал покачиваться перед тем, как поменять направление своего вращения. В наше время ход трагических событий можно «восстановить» с помощью компьютерного моделирования. Вращение Земли на время *приостановилось*, но *Воды Мирового Океана по инерции* продолжали двигаться в том же направлении, *закручиваясь* к полюсам под воздействием **силы Кориолиса**. Гигантские волны прокатились по всей Планете: они обрушились на сушу, затопив даже высокогорные районы.

Еще в прошлом веке археологи удивлялись, когда находили в пещерах на высоте нескольких тысяч (!!!) метров над уровнем моря следы морских отложений. «Откуда *это* могло здесь появиться?» – спрашивали они и делали вполне «логичные» выводы, что когда-то эти высокогорные районы были морским дном, но потом из-за каких-то природных катаклизмов «дно поднялось, а некоторые участки суши, наоборот, опустились».

Другие исследователи видели причины огромных наводнений в таянии ледников на полюсах, однако подобные утверждения выглядят абсолютно неправдоподобно, ведь скорость таяния ледников не соответствует катастрофической скорости наступления *Потоп*, описываемого в Библии и других древних источниках. Однако некоторых людей (библейского *Ноя*, шумерского *Утнапиштима*, греческого *Девкалиона* и др.) *Боги* предупредили о грозящей опасности и посоветовали им построить нечто вроде ковчега; именно поэтому им удалось пережить страшное наводнение.

Одновременно с **гигантскими волнами** и **ураганами** активизировались **вулканы**, стали происходить мощные **землетрясения**. Потоки лавы достигали тех, кто пытался спастись от *Потоп* высоко в горах или оказался у их подножий. Раскаленная лава смешивалась с водами *Потоп*, что вызывало ее быстрое охлаждение, поэтому все, что не успело расплавиться и застыло вместе с лавой, сохранилось вплоть до наших дней.

**Так появились «артефакты», возникновение которых  
не может объяснить ни одна из ныне существующих  
теорий происхождения человека!!!**

Ученым непонятно, как могли оказаться предметы, изготовленные человеком, в слоях, относящихся ко времени, когда людей даже не существовало?! Вслед за пожарами и мощными наводнениями наступила «Долгая Ночь», а вместе с ней и «Большой Холод». Резкое похолодание на Земле произошло почти сразу из-за того, что непроницаемый слой пыли и пепла закрыл *Солнце*!!! На полюсах Земли образовались огромные ледяные «шапки». Гигантские массы льда сдавили Земной шар и вызвали его деформацию (или «сплющивание»!). Ледник покрыл чуть ли не половину Европы и Северной Америки, а земля в северных широтах промерзла на десятки и даже сотни метров в глубину, образовав *слой* так называемой «вечной мерзлоты».

Скорость, с которой всё это происходило, поражает воображение! Например, в Сибири и в Северной Америке были найдены замороженные туши мамонтов, в желудках которых осталась непереваренная растительная пища, т.е. животные были подвергнуты практически «мгновенной заморозке» и сохранились до наших дней (известны многочисленные случаи, когда жители северных регионов использовали их мясо для приготовления пищи).

Современные ученые полагают, что «Ледниковый период» (так называемый «Вюрмский период») длился около 100 тысяч лет, однако причины его возникновения, также как и неожиданного окончания (около 12 тысяч лет назад), им неизвестны. Более того, по мнению ученых, таких оледенений на Земле было множество, и наша Планета еще миллионы лет назад то покрывалась *Ледником*, то вновь освобождалась от него. У нас есть все основания утверждать, что никаких других «Великих оледенений» на Земле не было, а был только **один (!)** «Ледниковый период», который наступил в результате термоядерной войны и отбросил человечество на низшую ступень развития!

**«Ледниковый период» был один!!!**

Именно тогда наступило резкое и необратимое изменение Климата на всей Планете. Обо всех этих глобальных процессах мы расскажем в дальнейшем подробнее, а пока лишь отметим, что в наши дни ученые изучают океаническое дно с помощью бурения. Им удалось установить, что промерзанию подверглась не только суша, но и об-

нажившееся во время Катастрофы дно океанов, что неудивительно, так как образование огромных «ледовых шапок» на полюсах привело к значительному понижению уровня Мирового океана. Это кажется совершенно необъяснимым, если не знать о том, что же происходило на самом деле.

Если же рассматривать «механизм» *Всемирного Потопа*, то представьте также, как воды океанов, продолжая двигаться по инерции, обрушились на материки! У многих народов Мира эти глобальные события нашли отражения в Мифах и Легендах о *Великом Потопе*. Исключением являются жители Африки, которые не были свидетелями этих ужасных событий, что объясняется действием **силы Кориолиса**, благодаря которой воды *Потопа* миновали Африканский материк, устремившись к Северному и Южному полюсам. Одновременно Солнце скрылось за непроницаемой мглой из пыли и пепла, вызвав катастрофическое оледенение в разных районах Земли, но бедствия на этом не кончились:

### **Продолжающиеся из Космоса удары заставили нашу Планету вращаться в обратном направлении!!!**

Чтобы понять, как это происходило, представьте Землю в виде **большого глобуса**, который свободно вращается на своей оси (можете даже раскрутить его в любом направлении). Теперь проведите эксперимент: легкими шлепками ладоней, направленными против первоначального вращения этой модели Земли, заставьте глобус вращаться в противоположном направлении. Естественно, данный «эксперимент» не является корректным, ведь Земля имеет значительно большую массу, да и не является полой, и, тем не менее, кое-что вы сможете понять, особенно если познакомитесь с той **моделью**, которую мы предлагаем.

Об этом невероятном факте писал Платон в своем **диалоге «Политик»**: «Я имею в виду изменения восхода и захода солнца и других небесных тел, когда в давние времена они обычно заходили там, где ныне восходят, и всходили там, где ныне заходят... В то время произошло уничтожение всех животных и только немногие люди остались живы». **Драма Софокла «Атрей»** также подтверждает это: «Зевс изменил ход солнца, заставив его вставать на востоке, а не на западе». В **папирусе «Ипувера»** сказано: «Земля повернулась, как гончарный круг, земля перевернулась». По нашему мнению, никакого «кувыркания» Земли не было, а произошло, прежде всего, изменение направления ее вращения! «Опора неба обрушилась, земля была потрясена до самого

основания. Небо стало падать к северу. Солнце, Луна и звезды изменили пути своего движения. Вся система Вселенной пришла в беспорядок. Солнце оказалось в затмении, и планеты изменили свои пути», – так писал католический миссионер Мартин о Катастрофе в своей книге **«История Китая»**.

Если посмотреть на Северный полюс Земли из космоса, то там, где сейчас высятся льды Арктики, до Катастрофы находилась земля ариев – Арктида. Её изображение можно увидеть на **карте Меркатора**, известного фламандского картографа, жившего в XVI веке. Данная карта является перерисовкой с более древнего и, к сожалению, не сохранившегося источника. Карту Меркатора приводит Н. Р. Гусева в книге **«Русский север – прародина индо-славов»** (издательство «Вече», Москва, 2003 год) на с. 195.

**Арктида** (или **Гиперборея!**) представляла собой материк на Северном полюсе, в центре которого, по представлениям древних, находилась **«Священная гора Меру»** (подробнее о ней мы расскажем чуть позже) и четыре реки, растекающиеся от неё по четырем сторонам *Света*. На карте эти реки образуют свастический символ арийской Цивилизации.

### **Обратите внимание на изгиб этих рек!!!**

Совершенно очевидно, что образование рек Арктиды можно отнести ко времени, когда Земля вращалась **по часовой стрелке** (если смотреть из космоса на Северный полюс), т. е. в сторону противоположную нынешнему вращению. Данное обстоятельство служит ещё одним подтверждением произошедшей **инверсии вращения Земли**.

### **Изгибы рек Арктиды указывают на докатастрофное направление вращения нашей Планеты!**

Мы утверждаем, что эти изгибы могли возникнуть лишь в процессе образования Земного шара (под воздействием инерции вращения) при затвердевании верхних слоев земной коры. Причем, чем выше была изначальная скорость вращения Земли, тем больше должен быть угол изгиба «рек», расположенных на ее полюсах. Благодаря этому современные ученые могут приблизительно оценить *докатастрофную* скорость вращения нашей Планеты и сравнить эти цифры с другими источниками информации (например, с расчетами на основе священных календарей майя, ацтеков и др.).

Напомним, что древние *Мифы* и *Легенды* народов Мира связывают **исчезновение Арктиды** (или **Гипербореи**) со всемирным *Потопом*. Ему предшествовали сильные землетрясения и пожары, после которых *Боги* будто бы решили погасить пылающую Землю водами *Потопа*. Эти глобальные события нашли отражение в символике наших *Предков*.

Мы утверждаем, что до Катастрофы *свастика* была «**прямой**» (направление ее вращения было **справа налево!**), а сейчас ее направление стало «**обратным**» (**слева направо!**)! Таким образом, можно говорить о **свастике «созидающей»** (когда на Земле правили *Боги*, и был «*Золотой Век*»!) и **свастике «разрушающей»** (когда после Катастрофы на Земле уже не прекращались кровопролитные войны, а люди перестали следовать *Законам*, которые установили *Боги*).

В наше время *свастика*, столь распространенная на Востоке, является **послекатастрофной** (относиться к **Эпохе разрушения**). Именно эта *свастика* была обнаружена при раскопках древнеарийской Хараппы, и, как мы уже показывали, выжившие после Катастрофы люди постарались передать своим потомкам (т. е. нам с вами) «**память**» о том, что произошло в те далекие времена. Заметим, что в фашистской Германии использовалась «прямая» (т. е. *докатастрофная*) *свастика*! Именно она была выбрана в качестве символа *Третьего Рейха*. Однако, похоже, оккультисты гитлеровской Германии даже не представляли себе, что же она означает на самом деле. Напомним, что в *ведических* текстах *Солнце* сравнивается с «колесом», которое катится по небу, поэтому чтобы понять, какой истинный смысл несет *свастика*, достаточно взглянуть, как из северного полушария Земли воспринимается «**колесо**» **Солнца**.

Мы утверждаем, что **ключ** к разгадке смысла этого древнейшего символа наших *Великих Предков* лежит в ответе на следующий вопрос:

### **Куда катится «колесо» Солнца?!**

Некоторые индологи глубокомысленно рассуждают относительно сути «прямой» и «обратной» *свастик*. Они заявляют, что эти две формы *свастики* отражают... «**дневное**» и «**ночное**» **Солнце**. По их мнению, «дневное» *Солнце* символизирует движение колеса с востока на запад (т. е. слева направо), и эту *свастику* индологи называют «прямой». «Ночное» же *Солнце*, по их мнению, символизирует «обратная» *свастика*, изображающая *Солнце*, которое катится к востоку, но уже под землей. Об этом, в частности, пишет известный российский индолог Н. Р. Гусева. Стоит ли говорить, что

подобное объяснение абсолютно не соответствует реальности, и дело здесь даже не в искаженной терминологии, когда «прямое» и «обратное» заменены одно на другое. Речь идет о глубинном смысле этого символа, однако прежде, чем мы раскроем его для широкого круга читателей, приведем следующий пример:

Вот что сообщается о наступившей Катастрофе в «**Книге о побоище палицами**» известной поэмы «Махабхарата»: «Подули резкие ураганные ветры, обрушивая камни вместо дождя, и птицы стали кружить слева направо. Вспять повернули великие реки, мглой заволкло стороны света, с неба на землю падали метеоры, рассыпая дождем раскаленные угли. Солнечный диск затянуло... пеленой, и на восходе не было видно его лучей сквозь облака. И у луны, и у солнца появился зловещий трехцветный ореол с резкими черными краями, отливающий красным, точно зола» («**Махабхарата: заключительные книги XV-XVIII**», изд-во «Наука», Санкт-Петербург, 2005 год, с. 77, пер. С. Л. Невелевой, Я. В. Василькова). И далее: «Каждый день налетали страшные ураганы..., заставляя вздыматься (от ужаса) волоски на теле. ... У коров рождались ослята, у мулов – верблюжата, у собак – котята, а у мангуст – крысята. ... Пылающее (светило), обильное сиянием, двигалось по кругу слева (направо), испуская по очереди то синие, то кроваво-красные лучи» (там же, с. 79).

Обратите внимание на эти подробности, так как нетрудно понять, что они означают, ведь в них есть даже прямые указания на генетические мутации из-за повышенного уровня радиации. Однако сейчас нас интересует другое: переводчики текста поэмы подчеркивают, что «**движение по кругу слева (направо)**» является «**знаком перевернутости**», ассоциировавшемся со **смертью и разрушением**.

Мы говорим о том, что если смотреть на движение *Солнца* из Северного полушария, то оно будет «катиться» именно слева направо, т. е. так, как это происходит сейчас: *Солнце* встает на Востоке и садится на Западе. Если связать эти указания с произошедшим около 12 тысяч лет назад изменением направления вращения Земли, то многое становится понятным. *Свастика*, которую мы называем **прямой**, и которая символизировала «*колесо Солнца*» до **Катастрофы**, имела направление вращения справа налево, т. е. с Запада на Восток. Именно такое направление движение *Солнца* можно было наблюдать в те времена, когда на Земле царил *Золотой Век*. Таким образом, две формы *свастики*, известные на сегодняшний день, служат косвенным свидетельством произошедшей в далеком прошлом глобальной Катастрофы, вызвавшей изменение направления вращения нашей Планеты.

Заметим, что гипотеза о столкновении Земли с астероидом или метеоритом, который мог бы также изменить направление ее вращения, абсолютно несостоятельна! Земля при столкновении с огромным небесным телом неизбежно раскололась бы на части и прекратила бы свое существование как Планета, превратившись в грудку бесформенных обломков, которые кружили бы вокруг Солнца по прежней орбите Земли.

Наша Планета уцелела только потому, что удары из космоса наносились с определенными интервалами и по разным целям. Планета потеряла свою устойчивость и началась так называемая «**прецессия Земной оси**». Ось Земли (как у огромного сферического гироскопа) начала отклоняться, описывая в пространстве **расходящуюся спиралевидную, а не круговую (!)**, как считают ученые, траекторию. Период *разворачивания спирали* или так называемый «**прецессионный цикл**», по расчетам специалистов, приблизительно равен 25970 лет, однако до сих пор никто не может объяснить его происхождение. Если разделить пополам «*прецессионный цикл*», то можно узнать приблизительно время начала Катастрофы.

Мы считаем, что только благодаря особому внутреннему строению Земля не начала «кувыркаться» на своей орбите, а стала медленно изменять ориентацию своей оси относительно плоскости орбиты (**наклон оси!**). Кроме прецессии ученые обнаружили и явление «**нутации**» (покачивание земной оси), что прямо указывает на *ударный* характер первоначального дестабилизирующего воздействия.

Чтобы вы смогли понять, почему наша Планета все-таки сохранила близкую к прежней вертикальную ориентацию своей оси, мы предлагаем **модель Земного шара** в виде вложенных друг в друга сферических гироскопов, и об этом мы расскажем чуть позже, а пока обратим ваше внимание на следующее наше утверждение:

**Прецессия Земной оси не круговая, а – спиралевидная,  
как при нарушении равновесия волчка-гироскопа!!!**

Таким образом, в далеком прошлом на Земле произошла ужасная **ядерная Катастрофа**. Ракетно-ядерные удары, наносившиеся из Космоса (мы расскажем позже – откуда!), были настолько мощными, что привели к *изменению направления вращения* нашей Планеты и появлению *наклона Земной оси* по отношению к плоскости орбиты.

В качестве еще одного неопровержимого доказательства изменения вращения Земли, мы указываем на тот факт, что в настоящее время ось Земли совершает «**круг прецессии**» в направлении, **обратном (!)** направлению вращения Планеты в наши дни.

Об этом в частности пишет Грэм Хэнкок в своей книге «**Следы богов**» (издательство «Эксмо», Москва, 2005 год, с. 301-303).

По нашему мнению, это обстоятельство **прямо** указывает на то, что **до Катастрофы Земля вращалась (как и Венера!) в противоположную сторону!!!** Удивительно, что этого не замечают современные ученые, в распоряжении которых имеется гораздо большее количество фактического материала, чтобы сделать аналогичные выводы!

Можете провести следующий эксперимент: если вы раскрутите волчок и попытаете нарушить его вращение легким щелчком пальцами, то увидите, что ось волчка начнет «*прецессировать*» в направлении, совпадающем с исходным направлением вращения волчка. То же самое случилось и с Землей: сначала наша Планета вращалась с Востока на Запад, но **после Катастрофы Солнце начало вставать не на Западе, а – на Востоке** (как в наши дни), о чем мы уже рассказывали выше. Отметим, что на самом деле никакого «**круга прецессии**» нет! И, хотя ученые считают, будто земная ось описывает круговую траекторию, по нашему мнению, характер движения оси вращения нашей Планеты должен соответствовать (особенно на «начальном этапе»!) траектории **расходящейся спирали**.

Другим подтверждением наших представлений об этих глобальных изменениях является **инверсия магнитных полюсов Земли**, обнаруженная учеными при исследовании лавовых слоев во Франции в 1906 году. Именно тогда впервые было обнаружено, что вектор намагниченности исследуемой лавы имеет направление, *противоположное* современному!!! Инверсия магнитных полюсов Земли явилась величайшим открытием в **палеомагнитологии**, и теперь, благодаря сделанному открытию, ученые могут изучить глобальные геологические процессы, происходившие на Земле много тысяч лет назад.

Поясним, что механизм образования *намагниченности* расплавленных пород обусловлен их остыванием до **точки Кюри**, при достижении которой направление магнитного поля Земли на данный момент как бы «записывается», подобно сигналам на магнитной ленте. Ученых поразило тот факт, что магнитное поле Земли в наши дни *противоположно намагниченности* лавовых слоев, и это явление получило название «**инверсии геомагнитных полюсов**». Долгое время никто не мог объяснить этого, поэтому появились совершенно абсурдные, на наш взгляд, гипотезы о «кувыркании» Земли на 180°, хотя даже они, по нашему мнению, никак не объясняют наличие инверсии магнитных полюсов.

Мы заявляем, что подобного «кувыркания» произойти не могло, так как Земля представляет собой **массивный сферический гироскоп**, а если говорить точнее, то – **целостную систему из вложенных друг в друга сфероидов**. Вращающийся гироскоп обладает инерционностью по отношению к любым внешним воздействиям, и только благодаря этому «свойству» Земного шара не произошло «кувыркания» Земли.

Ошибочной мы считаем также **идею о многократных инверсиях** геомагнитного поля, основанную на обнаруженных «переполусовках» намагниченности лавовых слоев, относящихся к разным временным эпохам. Ничего подобного быть не могло, так как до Катастрофы Земля вращалась в одном направлении, и полярность геомагнитного поля оставалась такой, какой она была еще при образовании планеты, как одного из тел Солнечной системы.

### **Инверсия геомагнитного поля произошла всего один раз!!!**

Когда мощные ядерные удары обрушились на Землю, то внешний сфероид (твердая мантия) начал тормозить свое вращение вплоть до полной остановки и затем (под воздействием продолжавшихся из Космоса ударов!) раскрутился в обратном (!) направлении. Полярность геомагнитного поля при этом резко сменилась на противоположную, что и нашло отражение в ее «записях» в магнитной структуре лавовых потоков, датированных согласно глубине образования лавы. Заметим, что никаких инверсий магнитного поля за счет постепенного (или плавного) изменения положения вектора намагничивания не было, т. е. инверсии магнитных полюсов – это **скачкообразные** изменения с «мгновенной» переполусовкой!

Условно можно говорить о следующей модели строения Земного шара: внутреннее ядро (или «**внутренний сферический гироскоп**»), внешнее ядро (или «**вязкая среда**»), мантия (или «**внешний гироскоп**»), покрытая **земной корой** с океанами и материками. Таким образом, Земной шар можно представить в виде *сфероидов*, разделенных *вязкой* средой.

В наше время строение Земли хорошо изучено с помощью сейсмических волн, которые возникают при землетрясениях или взрывах и пронизывают Землю по всем направлениям. Известно, что до глубины 2900 км мантия состоит из **твердого (!)** вещества, а глубже (приблизительно до уровня 5170 км) является *жидкой*. *Внутреннее ядро* является твердым и имеет более высокую плотность и температуру.

### **Что же происходило с нашей Планетой при нанесении по ее поверхности сверхмощных ядерных ударов?!**

Из *Мифов* и *Легенд* вы уже знаете, что часть ударов были **воздушными** («**ложные Солнца**»), а часть – **наземными**. Именно *наземные* удары, следы которых в виде многочисленных гигантских (многокилометровых) воронок были обнаружены с помощью современной аэрокосмической фотосъемки, привели к тому, что сначала вращение Земного шара стало замедляться (вплоть до полной остановки!), а затем раскручиваться в обратную сторону.

Исходя из предложенной нами **модели Земного шара**, можно понять, что «*внешний гироскоп*» (называемый «мантией») изменил направление своего вращения, раскрутившись под воздействием ядерных ударов до 365 дней в год. Благодаря «*внутреннему гироскопу*» (или «внутреннему ядру»), имеющему значительную массу, Земля смогла сохранить свою ось ориентированной вертикально по отношению к орбите вращения вокруг Солнца. Однако из-за того, что ядерные удары из космоса были **асимметричны**, ось нашей Планеты постепенно стала отклоняться от докатастрофного (т. е. вертикального по отношению к плоскости орбиты) положения, и сейчас угол ее наклона составляет 23,5°. Отметим, что магнитный полюс Земли не совпадает с ее географическим полюсом вследствие инерционных процессов, связанных с вращением «оболочек» Земли.

Говоря об этих катастрофических процессах, нельзя обойти вопрос о том, какие еще глобальные изменения произошли на нашей Планете из-за перемены направления её вращения. Так, для ученых до сих пор остается загадкой тот факт, что очертания береговой линии Африки и Старого Света полностью совпадают с очертаниями материковых плит Южной и Северной Америки, в чем нетрудно убедиться, если совместить их друг с другом. Данное обстоятельство навело ученых на мысль о том, что когда-то (возможно, миллионы лет назад!) все материки представляли собой единый **Праматерик** (или **Пангею**), но потом, в силу каких-то «необъяснимых» причин, он раскололся на американскую и евро-африканскую части. Причину раскола многие видят в падении огромного метеорита, который и вызвал эти катастрофические изменения. Возможно, считают ученые, именно тогда произошло массовое вымирание животных и возникновение «очередного» (!) Ледникового периода. **■**

Вот что пишет Ю. Н. Голубчиков в книге «**Глобальные катастрофы в истории цивилизаций**» (изд-во «Вече», Москва, 2005 год): «То, что плиты перемещаются, вполне доказано. С помощью спутников можно точно измерить изменение расстояния между двумя точками на разных плитах и определить скорость их перемещения. Но механизм движения плит все еще неизвестен» (с. 37). На той же странице он приводит рисунок **глобальной системы подводных (!) срединно-океанических хребтов**, которые разделяют материковые плиты друг от друга, и далее пишет, что с чисто физической точки зрения совершенно непонятно, как, вообще, могли сформироваться такие гигантские линейные структуры, напоминающие вертикальные трещины в «скорлупе» Земного шара?! Причем эти гигантские трещины пересекают всю Землю, «лучеобразно» сходясь у Северного полюса и образуя также «кольцо» вокруг Южного полюса!

В 70-х годах прошлого века подо льдами Антарктиды был обнаружен кратер диаметром 250 (!!!) километров. Только представьте силу наземного удара некоего «космического объекта», способного образовать такую гигантскую воронку! Может быть, именно этот удар вызвал начало так называемой «прецессии» земной оси, ведь удар пришелся очень близко к оси земного «волчка».

Заметим, что благодаря космической фотосъемке современные ученые зафиксировали уже свыше сотни «следов» столкновений Земли с «телами, пришедшими из космоса». Многочисленные кратеры разных размеров найдены практически во всех частях Земного шара: в Европе, в Северной и Южной Африке, в Северной Америке, в Австралии и т. д. Создается такое впечатление, будто в далеком прошлом наша Земля подверглась массивной ракетно-ядерной бомбардировке.

### **Земля когда-то подверглась массивной ракетно-ядерной бомбардировке!**

Обратите внимание на перечисленные выше подробности! Они позволяют нам понять механизм образования подобных трещин и представить, как все это происходило на самом деле. Известно, что материковые плиты «покоятся» на астеносфере и под воздействием внешних (или внутренних) сил могут «скользить» по ее поверхности. С какой же скоростью могли «разбегаться» континенты, чтобы оказаться впоследствии на расстоянии нескольких тысяч километров друг от друга?! Ю. Н. Голубчиков пишет, что моделирование на компьютере процессов, происходящих при движении *тектонических* плит, показало, что изначально они должны были раздвигаться с невероятно

большими скоростями, до нескольких сотен метров в секунду!!! Однако что же могло послужить причиной раскола континентов?.. Ученые считают, что ее мог вызвать удар о Землю крупного астероида, который и породил ту грандиозную тектоническую Катастрофу, взломавшую земную кору на отдельные плиты.

Что касается возможности «скольжения» Земной коры, то американский исследователь Чарльз Хэпгуд еще в прошлом веке предложил **оригинальную теорию**, казалось бы, объясняющую тот факт, что приблизительно 12 тысяч лет назад на Земле произошла Катастрофа, «воспоминания» о которой сохранились у многих народов Мира в виде *Легенд о Всемирном Потопе*. Именно этот *Потоп* привел к глобальным изменения климата и массовой гибели всего живого на нашей Планете. По мнению Хэпгуда, Катастрофа была вызвана перемещением материков относительно полюсов Земного шара.

### **Теория Чарльза Хэпгуда получила название «теории "проскальзывания" Земной коры».**

Хэпгуд даже описал «механизм», объясняющий возможность скольжения материковых плит относительно полюсов. По его мнению, «механизм» основан на том, что материковые плиты «покоятся» на астеносфере и под воздействием внешних (или внутренних) сил могут «скользить» по ее поверхности. В качестве причины, вызвавшей «проскальзывание», Хэпгуд называл воздействие вращения Земли на гигантские массы льда, расположенные несимметрично в районе полюсов. Примечательно, что эту идею активно поддержал Альберт Эйнштейн, познакомившийся с исследованиями Чарльза Хэпгуда.

Современные исследователи также поддерживают гипотезу Хэпгуда о «проскальзывании» Земной коры, однако в качестве истинной причины, вызвавшей такое «проскальзывание», они называют удар огромного астероида или метеорита.

Например, А. Ю. Складов в своей книге «**Опасное наследие богов**» (издательский дом «Вече», Москва, 2004 год) пишет: «Поскольку масса земной коры много меньше массы всей Земли (сравнить хотя бы толщину коры с радиусом Земли и учесть увеличение плотности с глубиной), постольку усилие, необходимое для смещения лишь земной коры, значительно слабее того усилия, которое понадобилось бы для воздействия на всю планету» (стр. 63). И далее: «Падение крупного метеорита, вызываю-

шего к тому же заметное смещение земной коры, вполне способно обусловить все те эффекты, о которых уже упоминалось» (там же).

В своей книге А. Ю. Складов (в главе «Чехарда на небесном своде») даже приводит расчет, пытаясь доказать, что причиной глобального Катаклизма не мог быть наклон Земной оси.

### **Что же вызвало «чехарду на небесном своде»?!**

Автор пишет: «Гипотеза внезапного изменения наклона оси вращения Земли не выдерживает даже простого анализа с точки зрения физики» (стр. 56), так как «вращающаяся Земля представляет собой гироскоп с весьма внушительным собственным моментом количества движения». И далее: «Довольно легко посчитать, что для поворота оси вращения Земли на угол равный  $20^\circ$  (определяемый из необходимых климатических изменений), для метеорита, подлетающего к Земле со скоростью 100 км/сек, требуются размеры, по самым скромным подсчетам, никак не менее 1000 километров в диаметре (стр. 58).

А. Ю. Складов делает вывод: «Очевидно, что "камушек" таких размеров, сопоставимый с целой Европой, если и не приведет к "сносу" части планеты Земля (диаметр которой всего 12 800 км), то уж наверняка уничтожит на ней все живое» (стр. 58-59).

Таким образом, А. Ю. Складов «убедительно» доказывает, что причиной Катастрофы не могло быть изменение наклона Земной оси (и здесь мы с ним полностью согласны!). По его мнению, объяснение скрывается в теории «проскальзывания» Земной коры. Он пишет: «Учитывая погрешности проведенных оценок, можно сделать вывод, что с точки зрения физики для обеспечения подобного "проскальзывания" вполне может быть достаточно метеорита размером порядка 50 км. Как известно, подобного "мусора" в нашей Солнечной системе довольно много...» (стр. 67). Далее автор проводит предварительную оценку места падения подобного метеорита, помещая его в район Филиппинского моря, а затем уточняет положение допотопных полюсов Земли.

Анализируя чрезвычайно высокую точность ориентации пирамид на плато Гиза (в Египте) и сравнивая ее с ориентацией сооружений в Теотиуакане, Складов рассуждает: «Учитывая жесткую привязку пирамид Гизы к современному Северному полюсу и явную связь двух комплексов сооружений, логично высказать следующую гипотезу: Теотиуакан также был ориентирован на "допотопный" Северный полюс, как пирамиды Гизы ныне ориентированы на современный северный полюс. Лишь "проскальзывание"

земной коры под воздействием падения метеорита, сопровождающегося Потопом и изменениями всех координатных привязок, привело Теотиуакан к его "нелепой" современной привязке к углу  $15, 5^\circ$ . Отсюда сразу следует два вывода. Во-первых, если пирамиды Гизы были построены непосредственно после Потопа, то в случае единого авторства двух объектов строительство комплекса в Теотиуакане осуществлялось непосредственно перед Потопом. Иными словами, Теотиуакан – допотопное сооружение (в буквальном смысле), что косвенно подтверждается и мифами» (стр. 81).

Мы рекомендуем всем нашим читателям познакомиться с интересными книгами А. Ю. Складорова, чтобы вы смогли сравнить предлагаемые идеи и гипотезы этого автора с нашими. Ошибка А. Ю. Складорова в том, что он не учитывает того обстоятельства, что нынешний наклон оси вращения Земли «появился» не одновременно (что действительно потребовало бы удара гигантского метеорита, который «снес» бы часть нашей Планеты), а – постепенно, т.е. за много тысячелетий, о чем мы уже рассказывали выше. Таким образом, в расчеты Складорова, по нашему мнению, вкралась «досадная» ошибка.

Что касается **теории «проскальзывания»**, то мы видим, что эта теория не выдерживает никакой критики, так как речь может идти лишь о «скольжении» отдельных материковых плит, а не всей Земной коры одновременно.

### **Теория «проскальзывания» Земной коры ошибочна!**

Так, согласно *нашим* представлениям, Африка, Евразия и Антарктида не испытали значительных «перемещений», а практически остались на своем «докатастрофном месте», о чем, кстати, убедительно свидетельствует **сверхточная ориентация Великой пирамиды** (или пирамиды Хеопса) на Северный полюс Земли. Причем именно эту пирамиду мы относим к **допотопным (!) сооружениям**, о чем также сохранились древние *Предания* у арабов и египтян.

Мы считаем, что не астероид (или метеорит), а именно целенаправленные сверхмощные ракетно-ядерные удары из Космоса привели к Инверсии вращения Земли и расколу Пангеи. В результате чего **материковые плиты** (нынешние Северная, Центральная и Южная Америки) начали **«скользить»** по астеносфере. Не трудно догадаться (или даже смоделировать на компьютере), каким образом при таком ходе катастрофических событий мог возникнуть поворот в  $15, 5^\circ$ . Добавим также, что именно это «скольжение» вызвало **мощное горообразование** (со всеми вытекающими отсюда последствиями)!

Однако если рассматривать **нашу гипотезу** об инверсии вращения Земли, то мы убеждены, что удар огромного астероида или метеорита, способного вызвать инверсию вращения нашей Планеты, привел бы к **полному разрушению Земли** (как правильно пишет А. Ю.Скляр), и она распалась бы на части, образовав на своей орбите пояс из безжизненных осколков. Вряд ли кто-нибудь смог выжить в таких условиях. По нашему представлению, все происходило иначе. Направленные мощные удары вызвали *дестабилизацию* вертикальной ориентации нашей Планеты, что послужило «толчком» к образованию наклона оси вращения и началу «прецессии». Продолжающиеся ядерные удары имели направление, *противоположное* докатастрофному направлению вращения нашей Планеты. Только благодаря особому внутреннему строению Земля не начала «кувыркаться» на своей орбите.

По нашему мнению, **сверхмощные удары** сначала привели к *замедлению* вращения Земли (вплоть до полной остановки!), а затем к раскручиванию ее в обратную сторону. Именно эти катаклизмы вызвали *ударно-инерционное* смещение и «отрыв» материковых плит Северной и Южной Америк от Евразии и Африки.

Об этом можно узнать, ознакомившись с шумерскими текстами, которые описывают эти трагические события, как результат военно-космического столкновения между *Правителями* (или *Богам*) **Земли, Венеры, Марса...** или, на языке шумеров, – **Тиамат, Нибиру, Мардука...**

Смещение тектонических плит привело к тому, что **пирамиды в Центральной Америке** сместились относительно сторон *Света* (в отличие от **пирамид на плато Гиза**). Удивительно, но Африканский и Евразийский континенты оказались более устойчивыми ко всем этим глобальным потрясениям.

Некоторые исследователи полагают, что причиной, вызвавшей **наклон оси и инверсию магнитных полюсов Земли**, было прохождение (или пересечение?!) неким космическим объектом нашей Солнечной системы. Будто бы, какая-то «блуждающая» Планета много тысяч лет назад вторглась в пределы нашей Системы и унеслась дальше в глубины космоса. Считается, что она периодически возвращается в Солнечную систему, вызывая разные катаклизмы и бедствия на Земле. Автор данной идеи, Захария Ситчин, утверждает, что эта таинственная Планета называется «Нибиру».

По представлениям шумеров, именно с этой Планеты на Землю спускались *Боги* (Ану, Энлиль, Энки, Иштар, Эа и др.), которые принесли людям *Знания*. **Планета Богов** отличалась от всех других планет Солнечной системы тем, что вращалась в **обратную** сторону и, кроме того, имела свой собственный **источник внутреннего тепла**.

Благодаря этому температура на ее поверхности была выше, чем на Земле, что способствовало ускоренному развитию (или эволюции!) всего живого.

По нашему мнению, таинственная Планета, названная З. Ситчиным «Нибиру», имеет другое название.

**Мы утверждаем, что в шумерских текстах речь идет  
об одной из планет Солнечной системы,  
а именно – о Венере!!!**

Именно с этой Планеты *Боги* прилетали на Землю! Напомним, что Венера является **единственной** (!) планетой, которая вращается в обратную сторону. Кроме того, она находится ближе к Солнцу, и, естественно, когда-то должна была иметь более благоприятные условия для развития Жизни, чем на Земле!

Что касается «**собственного источника тепла**», то современные ученые установили, что поверхность Венеры в настоящее время имеет температуру около 500°С, и естественно, на ней не может существовать жизнь! Столь высокая температура вызвана сильным парниковым эффектом из-за сверхплотной атмосферы. Можно предположить, что много тысяч лет назад на Венере произошла «техногенная катастрофа», которая уничтожила жизнь на этой планете, тогда как на самом деле Венера подверглась мощным ракетно-ядерным ударам, о чем мы еще расскажем в дальнейшем.

В наши дни Венеру исследовали с помощью космических зондов. Были обнаружены куполообразные «сооружения» непонятного происхождения, сеть каналов, похожих на русла рек и другие интересные объекты. Все они убедительно свидетельствуют, что когда-то на этой планете существовала жизнь.

**На Венере была жизнь!!!**

Жители древнего Шумера поклонялись **Богине Любви** (и одновременно **Войны!**), которую они знали под именем **Иштар** (или **Инанны**, дочери **Бога Ану**). С точки зрения **Шар-этимологии**, Бог **Ан** – это **Ван**, или **Иван** (Иоанн!), а «**Инанна**» – это трансформированное отчество «**Ивановна**» (или «**та, которая в Ана**», т.е. похожа на него)! Эта *Богиня* не случайно связывалась с *Венерой*! Шумеры называли ее **Иштар**, греки – **Афродитой**, а римляне – **Венерой**!

Что касается имени «**Иштар**», то с учетом открытых нами **корней** *Праязыка* и их **мутаций**, мы расшифровываем это имя как «**(Р)иш-тар**», или «**Рис-тар**», где корни «**рис**» и «**тар**» (или, что то же самое, «**тер**») означают буквально «**рус(ая)**» и «**(по)тер(янная)**». Для сравнения приведем нашу расшифровку слова «тара»: «**тара**» означает «**тар-а**», или «**а-тер**», т.е. «**(в которой) не теряется**», ведь тара служит для сохранения и защиты помещенных в нее каких-либо предметов от неблагоприятных внешних воздействий.

Обратите внимание на **имена Древних Богов**, так как в них таится **ключ** к разгадке происхождения *Белой расы* на Земле! *Богиня Иштар* – это красивая молодая женщина, изображения которой были найдены на цилиндрических печатях, в виде статуэток и барельефов при раскопках городов *Древнего Шумера*. Кроме того, в известной шумерской «**Поэме о Гильгамеше**» подробно рассказывается о жизни и любовных приключениях этой *Богини*.

Используя «некорректную» этимологию ШАР, можно усомниться в фонетической достоверности переводов с шумерского языка, ведь во многих случаях произошла замена отдельных букв, удивительным образом трансформировавшихся в другие, что исказило древнее звучание многих слов. Это произошло из-за **мутаций**. Так, в слове «**Нибиру**», по нашему мнению, отчетливо слышится... «**Венера**»! И это легко показать, если сравнить варианты переводов других шумерских слов, в которых имеются эти буквы. Произошла замена «а» на «у», «е» на «и» и т. д. Также «оказались» переставленными буквы «б» («в») и «н».

Наша Цивилизация имеет **космическое (!) происхождение**, и мы убеждены, что те, кого в древности называли *Богами*, были **Пришельцами с Венеры** (и не только!), причем среди освоенных ими планет Солнечной системы был также **Марс** (или, как его называли шумеры, **Мардук**). Ужасная *Битва*, произошедшая между *Правителями Венеры*, *Марса* и *Земли*, привела к гибели Цивилизации наших *Предков*. О причинах этой **межпланетной Войны** и о том, как все это происходило, мы расскажем в одной из наших будущих книг. Так, в шумерских текстах подробно описывается нападение *Мардука* (*Марса*) на *Тиамат* (*Землю*). На это указывают *Легенды* и *Мифы* *Шумера*, записанные на глиняных табличках!

Многое сообщают и древнеиндийские ведические тексты, повествуя о «**священной горе Меру**» – месте, где жили *Боги*. Например, вот что пишет Н. Р. Гусева в книге «**Русский север – прародина индо-славов**» (издательство «Вече», Москва, 2003 год): «В "Махабхарате" в книге "Лесная" приводится описание горы Меру, и о ней говорить-

ся, что для тех, кто на ней обитает (то есть для богов), день и ночь вместе равняются одному году, и что солнце здесь ходит кругами в течение полугода» (с. 208).

Что же представляет собой «гора Меру», откуда появлялись *Боги*?! Мы утверждаем, что «**гора Меру**» – это языческое представление о... **планете Венере**! Заметим, что и название «**Шумер**» («**Сумер**») также происходит от «**с(у) Меру**», т. е. с планеты, где жили *Боги*.

### **«Гора Меру», где жили Боги, – это Планета Венера!!!**

Пока еще наши утверждения выглядят абсурдными, однако если провести непредвзятый анализ древних текстов, а также познакомиться с последними результатами научных исследований в области Космоса, то наши утверждения уже не покажутся вам столь фантастическими. Подробнее о том, что представляла собой *гора Меру* можно прочесть в текстах *Вед* и *Авесты*, а сейчас мы продолжим знакомить вас с нашими поистине сенсационными *Открытиями*, касающимися древнейшей *Истории* человеческой Цивилизации. Обратите внимание, что среди планет Солнечной системы есть планеты с мужскими и женскими именами!

Давайте вспомним, *какие* это планеты: Меркурий, Венера, Земля, Марс, Юпитер, Сатурн, Уран, Нептун и Плутон. Мы видим, что **только две (!) планеты Солнечной системы** имеют **женские имена** – Венера и Земля! Не случайно, эти две планеты имеют сходные физические характеристики. Иногда их называют «планетами-близнецами». Они почти одинаково удалены от Солнца, у них приблизительно равные радиусы и массы, а, следовательно, их **атмосферы должны быть похожими**! Все это дает основания утверждать, что на Венере, также как и на Земле, когда-то существовала жизнь.

Обратите внимание, что Венера вращается вокруг своей оси **намного медленнее**, чем остальные планеты Солнечной системы.

### **Мы утверждаем, что и Земля до Катастрофы вращалась медленнее, чем сейчас, причем в ту же сторону, что и Венера!**

Наши *Предки* не случайно дали планетам названия, к которым мы с вами уже привыкли. Они осваивали Солнечную систему и прекрасно знали, какими свойствами обладала та или иная планета. Таким образом, условно планеты можно разделить на

«**мужские**» и «**женские**». Обратите внимание, что в русском языке *Солнце* – среднего рода, а это также указывает на тот факт, что ближайшая к нам *Звезда* явилась **прародительницей** всех планет Солнечной системы.

По определению, «женские» планеты должны вращаться намного медленнее, чем «мужские», а также должны отличаться обратным направлением вращения вокруг своей оси! Поэтому мы говорим, что до Катастрофы Земля и Венера вращались медленно и в противоположную сторону, в отличие от остальных («мужских») планет.

На этих двух планетах были наиболее благоприятные условия для зарождения и развития Жизни, поэтому «женские» планеты должны были иметь, в отличие от «мужских», **мощную гидросферу** (океаны, моря, реки). Заметим, что не случайно на Земле океаны занимают большую часть ее поверхности.

Скорее всего, то же самое было и на Венере!

Любопытно, что

### **Венеру древние называли «водянистой»!**

Некоторые ученые полагают, что когда-то в далеком прошлом поверхность Венеры покрывал слой воды глубиной около десяти метров. Мы знаем, что из-за произошедшей много тысяч лет назад ядерно-космической Катастрофы **Цивилизация Богов** погибла, а на Венере, как и на других планетах, условия стали совершенно непригодными для жизни.

Ранее Земля и Венера были подобны *Матерям*, которые дали жизнь своим детям – людям, а те, в свою очередь, всегда относились к Земле, как **Богине-матери**; именно поэтому у многих народов сохранился культ почитания *Матери-Земли*. Вспомните русские эпитеты «**Мать сыра Земля**», «**Земля-матушка**» и т. д. Кстати, в шумерских текстах рассказывается о планете **Тиагат**, которая была *Матерью* всех «**допотопных людей**».

Люди сейчас рождаются на Земле, и все мы в буквальном смысле являемся ее детьми, так как она дает нам все необходимое для жизни. Считается, что в те далекие времена на нашей Планете царил *матриархат*, однако после Катастрофы все изменилась! Ускорился темп жизни, поменялся социальный строй. На смену *матриархату* пришел *патриархат*, и все это произошло из-за... превращения «женской» планеты в «мужскую»!!! Заметим, что, с точки зрения **Шар-этимологии**, слова «**матри-ар-хат**» и «**патри-ар-хат**» фактически означают: «Кто в доме (или **хате**) – хозяин?!»

Для жителей Земли изменение направления ее вращения привело к тому, что на Планете установился совершенно иной «порядок вещей». Кроме глобального изменения Климата, а также многочисленных бедствий, которые обрушились на жителей Земли, нашим *Предкам* пришлось создавать новый календарь. Из-за того, что Земля стала вращаться в другую сторону и сутки стали короче, люди от *старого* («священного») календаря, имеющего **260 дней**, перешли на *новый* (**послекатастрофный!**) календарь, где в году было **365 дней!**

Священный календарь **Тцолкин** (согласно этимологии ШАР, «**Движение Солнца**», или «**Солнечный календарь**», где «*тсол*», по нашему мнению, означает *Солнце*, а «*кин*» – *движение*; например, сравните слова «**кинуть**», «**кинематика**» и т. п.), сохранившийся у народов майя и ацтеков, называют «**Венерианским**». Однако на Венере такого календаря просто не могло быть!!! Сейчас известно, что год на этой планете составляет около 225 земных суток, т. е. почти равен времени её обращения вокруг своей оси (243 земным суткам). Разве человек (или *Бог!*) может не спать столько времени, и о каком календаре может идти речь, если в венерианском году всего один день?!

Захария Ситчин в своей книге «**Потерянные царства**» (издательство «Эксмо», Москва, 2004 год) пишет: «Ученые до сих пор гадают, какое важное событие происходило или продолжает происходить один раз в 260 дней» (с. 120). И далее: «Но откуда взялось число 260? ... Похоже, число 260 было выбрано произвольным образом» (с. 123). Высказываются также нелепые гипотезы, будто число 260 было получено умножением числа пальцев на руках и ногах на 13, или измерением временного интервала между днями, когда Солнце дважды в год (речь идет о 365-дневном годе) проходит через точку зенита, т.е. прямо над головой, что наблюдается на широте 14° 42' (стр. 121 там же) и т. п.

Мы утверждаем, что Священный календарь майя и ацтеков, состоящий из 13 месяцев по 20 дней (Э. Джилберт и М. Коттерелл «**Тайны майя**», изд-во «Вече», 2001 г.), на самом деле является **докатастрофным (!) календарем Земли!!!**

**260-дневный священный календарь майя и ацтеков  
является докатастрофным!!!**

Теперь, благодаря открытому нами сенсационному факту (а это действительно является *Открытием!*), можно рассчитать продолжительность суток на Земле до Катастрофы, и следовательно, **внутренний** (или **древнейший!**) **биоритм человека**.

Сначала мы рассчитаем продолжительность земных суток до Катастрофы. Зная о том, что Земля обращается вокруг Солнца за 365 дней, каждый из которых равен 24 часам, вычислим продолжительность земного года в часах. Если 365 дней умножить на 24 часа, то мы получим продолжительность земного года (8760 часов). Исходя из того факта, что орбита Земли во время Катастрофы не изменилась, и число дней в году было равно 260, можно вычислить продолжительность одного дня на Земле **до Катастрофы**. Для этого разделим длительности земного года на число докатастрофных дней в году:

$$8760 : 260 = 33,7 \text{ (час/день)!!!}$$

Таким образом, мы узнали длительность суток на Земле до Катаклизма, но неужели наш внутренний древний биоритм равен 33, 7 часам?! Чтобы выяснить это, мы обратились к исследованиям ученых и узнали, что, оказывается, в условиях длительной изоляции от любых внешних факторов человек непроизвольно переходит на **36 часовой ритм!!!** Учеными было проведено множество экспериментов, которые подтвердили, что **древнейший ритм человека равен именно 36 часам!**

Для ученых этот факт является настоящей загадкой: *почему* у людей появляется столь «странный» биоритм?! Наши *Открытия* позволяют объяснить тайну древнейшего внутреннего биоритма человека, и если познакомиться с древними **ведическими** текстами, то можно узнать следующее:

**Один день и ночь Богов – это год у людей!!!**

Некоторые исследователи сначала полагали, что это всего лишь красивое образное сравнение, однако уже в прошлом веке ученые высказали предположение, что в древнеарийских текстах речь идет о *приполярных* зонах Земли, где, по их мнению, продолжительность суток соответствует земному году в других регионах. Но ведь тогда рассчитанный нами внутренний ритм человека должен соответствовать 33,7 часа, а вовсе не 36 часам! В чем же тут дело?!

*Боги* прибыли на Землю с Венеры, где сутки (или **день и ночь Богов**) равны 243 дням Земли, поэтому если провести расчет биоритма богов в земных часах, то мы получим:

**8760 : 243 = 36,04939 (час/день)!!!**

Данный ритм с удивительной точностью совпадает с внутренним ритмом человека, который был измерен учеными еще в прошлом веке. Эти расчеты полностью подтверждают наши представления о происхождении *Богов*, однако здесь мы сталкиваемся с еще одним интересным обстоятельством, которое, по нашему мнению, проливает свет на космические *Истоки* Цивилизации наших *Предков*, ведь **в Солнечной системе нет планет с таким периодом обращения!!!** А это значит, что *Боги* прилетели из глубин Космоса с целью освоения планет Солнечной системы, причем **Венера** и **Земля** по своим климатическим (и другим) условиям оказались наиболее подходящими для жизни *Пришельцев*.

На Землю наши *Предки* прилетели с Венеры, и это подтверждается многочисленными письменными и материальными памятниками *Культуры*, обнаруженными археологами в ходе раскопок в разных частях Света. Однако мы не считаем, что Венера была той Планетой, на которой они жили изначально; она служила лишь **космической базой**, или *Центром* для освоения всей Солнечной системы. На Венере, как и на Земле, в те времена был наиболее подходящий климат для жизни человека, но потом произошла Катастрофа, в результате которой Цивилизация *Богов* погибла.

Во *Введении* мы уже рассказывали, что, согласно нашим *Открытиям*, языческие *Традиции* и ритуалы были **испытаниями** на *Выживание*, так как они **имитировали** те чудовищные условия, в которых люди оказались **во время** и **после** общепланетарной Катастрофы, поэтому сейчас мы хотим привести еще один интересный пример, касающийся истоков боевых искусств на Востоке:

В нашей книге «**Как побеждать любого противника**» мы уже рассказывали о нашей расшифровке китайского слова «**Шаолинь**».

Мы писали, что древнекитайское название монастыря «**Шаолинь**» (если расшифровать его с помощью корней *Праязыка*) на самом деле означает «**Ша(р)-о-линь**», или «**О, Неземной Царь!**», где «**Ша**» – это *мутировавшее* в китайском языке слово «**Шар**», а «**лин**» означает «**ли-н(е)**», т.е. «**не ли**» – «**Не земной**». При этом совершенно очевидно, что «**Неземной**» – это «**Небесный**»!

Таким образом, получаем:

**«Шаолинь» – это «Ша(р)-о-линь»,  
или «Дворец Небесного Царя (Ану)»!**

Сравните *нашу* расшифровку с **официальной версией**, согласно которой название монастыря Шаолинь произошло от иероглифов, обозначающих «**маленький лес**» или «**маленькая роща**». Подчеркнем, что графика восточных иероглифов сильно мутировала, поэтому только их *фонетика* несет древний **изначальный** смысл, о чем мы еще расскажем в отдельных публикациях.

Наша расшифровка основана на сделанных нами исторических и этимологических *Открытиях*, которые свидетельствуют в пользу *нашего* толкования *Небесных Истоков* возникновения Шаолиня. Напомним, что в Шаолине существовала языческая *Традиция* испытания монахов-воинов под названием «**Тридцать шесть ступеней Шаолиня**».

Мы спрашиваем:

**«Что символизируют в монастыре Шаолинь  
"тридцать шесть ступеней"?!»**

Согласно нашим *Открытиям*, в далеком прошлом земной Цивилизации произошла глобальная Катастрофа, вызвавшая *Всемирный Потоп*, раскол Праматерика «*Пангеи*» и многие другие бедствия, а **все языческие испытания**, мы доказываем, являются «**отражением**» тех событий многотысячелетней давности.

Если теперь рассматривать испытания в монастыре Шаолинь с учетом нашей расшифровки этого названия, а также знания о **глубинном 36-часовом биоритме** человеческого организма, то можно предположить, что «**тридцать шесть ступеней**» в **Шаолине** (или «**Небесном Дворце Ану**», построенном уже на Земле) являются **языческим «воспоминанием»** об этом древнем биоритме.

**«Тридцать шесть ступеней» Шаолиня –  
это языческое «воспоминание»  
о древнем биоритме Богов!**

После Катастрофы на Земле продолжительность суток *сократилась*, а число дней в году соответственно *возросло*, что явилось прямым следствием произошедшей *Небесной Битвы* между *Богам*и и *полуБогам*и.

В качестве другого убедительного примера, подтверждающего наши сенсационные *Открытия*, приведем тот факт, что фараоны в Древнем Египте, вступая на Престол, давали странную, на первый взгляд, клятву «**не изменять число дней в году!**»

Эта клятва, по нашему мнению, **однозначно** свидетельствует об открытых нами Реалиях.

**В далеком Прошлом земной Календарь  
был изменен Богами!**

И «случилось» это в результате **термоядерной Войны!**

О причинах *Битвы Богов* мы еще расскажем в наших следующих книгах, и вы узнаете: *почему* началась эта ужасная Война, *кто* нанес первый удар, и *что* произошло дальше? Кроме того, мы расскажем, *откуда* в Солнечную систему прилетели наши *Предки*? Добавим лишь, что ответ на этот важнейший вопрос скрывают *докатастрофные* (!) пирамиды плато Гиза в Египте.

Мы утверждаем, что **Великая История** наших *Предков* «записана» в языческих *Мифах* жителей Древнего Шумера, Древней Греции, Древнего Рима, а также целого ряда других народов, выживших после самой ужасной Катастрофы. Расшифровка этих *Мифов* даст КЛЮЧИ к пониманию того, что же произошло много тысяч лет назад.

## Глава 2 «Взаимодействие сфер», или Еще раз об Открытии

*Могут ли Учителя ошибаться?! Об авторских правах, заимствованиях и плагиате. Простое описание сути Открытия! Как «охотника» превратить в «жертву». Сфера «абсолютного превосходства» и ее свойства. Энергетическая гимнастика внутри «Большого Шара». Этимология санскритского слова «шарира» (или тело). Насыщение Сферы энергией и силой. О других разделах Шарведы (Шар-бой, Шар-этимология, Шар-гимнастики, Шар-медитации, Шар-психология, Шар-история, Шар-культура, Шар-педагогика, Шар-медицина и т.д.). Подробно об энергетике человека («шар» или... «яйцо»?!). Медитация «Я – Ра!» Освобождение от духовной «слепоты». Пульсация «невидимой сферы» и эффект «резонанса». Смещение «центра Сферы» и расширение границ досягаемости. Форма «полумесяца» и ее свойства. Связь физического с духовным! Концентрация на «периферии» и состояние сверхреакции. Этимология слова «самурай». Об Истоках японской Культуры. Как приблизиться на дистанцию «быстрого касания». «Взаимодействие Сфер» и принцип «быстрого касания». Секреты наработки ударов «быстрого касания». Нарботка защитно-атакующих техник с учетом дистанции. Эффективность парирования ладонями сверхбыстрых атак. Нарботка ударов по сложным (или «огигающим») траекториям. Что такое «дистанция дотягивания». Атаки за пределами дистанции «быстрого касания». Защита от «быстрого касания» с помощью движений. Способы «замедления» противника. Нарботка «быстрого касания» из неудобных позиций. «Зеркальная сфера», или техники исчезновения. Телепортация в Сфере «абсолютного превосходства». О возможности Путешествий во Времени и Пространстве. Принцип «абсолютного превосходства» и тестирование любой боевой системы. Почему другие «этого» не видят? Ловушка для «профессионалов»! Прикладное значение нашего Открытия. Кто внушает людям ложную уверенность?! О преступном замалчивании сути нашего Открытия!*

После выхода из печати нашей второй книги (**«Как побеждать любого противника. Сенсационное Открытие в Мире боевых искусств»**, издательство «Рипол классик», Москва, 2005 г.) многие читатели заинтересованно спрашивают:

«Как могут использовать ваше *Открытие* люди, которых природа не наградила от рождения ни высоким ростом, ни крепким телосложением, ни какими-либо другими

выдающимися физическими способностями, например, женщины, дети, пожилые люди или люди с ослабленным здоровьем?!»

### Как использовать наше Открытие?!

Большинство людей до сих пор не верит, что *слабый* может уверенно расправиться с крупным, сильным и тренированным противником. Для них это кажется слишком фантастичным! «Не случайно же во всем Мире существует такое огромное количество Школ и стилей! – говорят они. – Если бы всё было так просто, как вы об этом пишете, то, наверняка, все бы уже знали об этой *сфере "абсолютного превосходства"*». Находятся даже такие скептики, которые с плохо скрываемым сарказмом любопытствуют: «Вы что, действительно, считаете, что этот ваш принцип *«абсолютного превосходства»* является... *Открытием*?! Хе-хе... Разве в других Школах не знают об этом – в тех же Школах каратэ, в муай-тай или в боксе?! Неужели их бойцы совершенно не представляют того, о чем вы пишете?!»

### Разве в других Школах этого не знают?!

Многие еще не готовы к восприятию этих *Высших Истин*, именно поэтому мы и встречаемся с подобным «критическим» отношением и искренним непониманием. Однако мы намеренно столь подробно описываем наши методики, техники и упражнения, чтобы каждый человек смог самостоятельно разобраться в них и убедиться в их чрезвычайной эффективности. И действительно, обычным людям нелегко поверить, что все это – **Правда!** Слишком невероятным кажется все, что мы предлагаем, тем более что большинство людей, как правило, опирается на *каноны и авторитеты*.

Но что значит **«авторитет»**?!

**Авторитет** – это уважаемый в своей области человек, т. е. *тот*, кто сам является **автором** (создателем, творцом!), и потому, по определению, способен ошибаться, так как любое *творчество* неизбежно связано с *пробами и ошибками!*

Слово **«авторитет»** мы расшифровываем как **«а-вторит-ет»**, или **«тот, кто не вторит (т.е. не повторяет) за кем-либо»**, а высказывает *свои* идеи, идет *своей* дорогой! Однако обратите внимание, как *ложные* взгляды и представления известных ученых (или крупных специалистов) тотчас *канонизируются* и превращаются в **«застывшие**

**догмы**», следование которым считается для большинства единственно верным и правильным!

Подобная **канонизация ошибок** наблюдается не только в Мировой науке, но и во всех других областях, в том числе, и в единоборствах. В качестве иллюстрирующего примера можно привести методики тренировок и боевые техники современных Школ (и стилей) единоборств. Все они подробно описаны в многочисленных публикациях, руководствах, видеоматериалах и являются **неопровержимым** доказательством истинности наших слов. Даже **поверхностный анализ** этого обширного учебного материала наглядно показывает, что в этих Школах совершенно **не учитывается** наше *Открытие*, которое было просто **неизвестно** их создателям, и данное обстоятельство только подтверждает его **абсолютную Мировую новизну!**

**Владея «быстрым касанием», вы легко можете  
«убедить» в своем превосходстве даже  
Мастера боевых искусств!!!**

Наше сенсационное *Открытие* никому не было известно (кроме наших прямых учеников) до тех пор, пока мы не обнародовали его для широкого круга читателей! Никто не знал о том, *какие* удивительные *Знания* мы предлагаем, и поэтому до сих пор в Мировой борьбе идет бурное обсуждение опубликованных нами материалов.

Мы уже встречались с неоднократными попытками всячески принизить роль и значение нашего сенсационного *Открытия*, низвести его до уровня «примитивного» учета дистанции между бойцами. Некоторые «умники» рассуждали: «А-а... так это всего лишь дистанция?.. Вот где собака зарыта! Ну-ну, все понятно... Кто же этого не знает?». Далее «критики» объясняли, что в их (!) Школах просто не используется такое понятие как... «**дистанция "быстрого касания"**»; у них (как они уверяют) есть другое обозначение данного явления – «**критическая дистанция**». Кроме того, они ссылались на всем известную классификацию, где каждая дистанция («ближняя», «средняя» или «дальняя») обладает своими, присущими только ей свойствами, которые всего лишь нужно учитывать.

Вот так! А вы говорите: «*Открытие*»?! Всем, оказывается, всё известно! Но так ли это?! Подобная «критика», наоборот, убедительным образом свидетельствует о крайнем невежестве этих горе-специалистов, ведь речь идет не о какой-то дистанции, а о более глубоких принципах и техниках ШАР. У нас речь идет о достижении **гаранти-**

**рованной победы** при определенных условиях, которые мы подробно описываем в своих публикациях, чтобы каждый человек смог самостоятельно разобраться в том, **как побеждать любого противника**. И неважно, кто им окажется! Назовите имена любых чемпионов (или грозных мастеров) боевых искусств, и мы докажем, что все они совершенно беспомощны перед *Высшими Знаниями*, которые мы предлагаем. Разве это было известно до наших публикаций?!

Если вы внимательно изучите этот вопрос, то убедитесь, что ничего подобного нет и не было! Естественно, что речь идет о боях **по-настоящему без правил**:

**Слабая женщина, пожилой человек или подросток  
не смогут в схватке по правилам (!) одолеть более  
сильного и тренированного соперника!**

Это практически невозможно, о чем мы уже рассказывали в наших первых книгах. Следовательно, именно в *реальной* ситуации, где нет абсолютно никаких ограничений на применяемые удары и техники, слабый может победить сильного! Естественно, его не следует бить в туловище или по ногам: такие удары лишь разъярят противника! Бить нужно в уязвимые и незащищенные зоны (по глазам, в пах, в горло и т. д.), тогда появляется реальный шанс **легко** расправиться с тем, кто намного превосходит вас по росту, физической силе и уровню подготовки.

Мы долго не решались предать широкой огласке суть нашего *Открытия*, так как прекрасно осознавали, какой *груз ответственности* ложится на нас, ведь совершенно очевидно, что воспользоваться нашим *Открытием* смогут не только те люди, которым оно жизненно необходимо, но и те, от которых предлагаемые нами *Знания* нужно держать в строжайшей *Тайне*. Причиной, по которой мы все-таки решили *обнародовать* свои *Знания* и *Открытия*, явилось то обстоятельство, что Мир, в котором мы сейчас живем, сильно изменился (и, к сожалению, далеко не в лучшую сторону!). Он стал намного агрессивнее и опаснее, и только поэтому пришло время для открытия *Знаний*, которые еще десять лет назад были известны лишь небольшому кругу наших учеников.

**Не секрет, что преступники вооружены до зубов,  
тогда как обычные люди беззащитны!**

Наши *Знания* – это **Оружие**, которое мы *дарим* своим читателям и ученикам с надеждой, что оно поможет им успешно выйти из многих опасных ситуаций. Подчеркнем, что практическое знакомство с *Учением ШАР* окажется полезным не только для людей, всерьез увлекающихся боевыми искусствами, но и для всех остальных, и в первую очередь для женщин, детей и пожилых людей!

Некоторые ученики ШАР поначалу искренне сожалели о том, что наши *Знания* стали известны и другим, ведь раньше о **техниках превосходства** (или **техниках Шар-боя!**) знали только они, а сейчас получается, что любой желающий может познакомиться с ними и освоить их. Обидно!.. Не правда ли?.. Учеников расстроило, что теперь они – далеко не единственные обладатели *Высших Знаний*.

Ученический «эгоизм» вполне объясним и понятен, но есть вещи, которые стоят над всеми подобными эмоциями и рассуждениями: эти *Знания* сейчас жизненно необходимы каждому, кто следует по *Пути Добра* и *Справедливости*! Кроме того, часть *Знаний ШАР* мы уже передали своим *прямым* ученикам, а это значит, что с информацией о нашем *Учении* познакомилась люди, не «обремененные» какой-либо клятвой хранить *Тайны* от непосвященных, и, в результате, рано или поздно эти *Знания* станут известны еще более широкому кругу, поэтому скрывать что-либо просто не имело смысла.

Немаловажно и другое обстоятельство, ведь речь идет о вопросах, связанных с авторскими правами.

### **Почему мы столь «агрессивно» заявляем об уникальности ШАР и о своих авторских правах?!**

Мы знаем, что если этого не сделать, то некоторые Учителя постараются присвоить себе наши *Открытия*, методики тренировок, техники и упражнения. Ведь у них – известные и раскрученные Школы! Поэтому люди будут уверены, что *Знания*, которые вдруг «чудесным» образом появятся в этих Школах, наверняка, уже имелись у них, и просто сейчас они решили раскрыть все свои секреты. А что это за "школа адекватного реагирования", в которой предлагается столь неисчерпаемое количество техник и упражнений?! Скорее всего, именно они, авторы и создатели ШАРа, понахватались всего у других!..

Что можно сказать в ответ?

Мы рады, что к моменту выхода наших книг представители современных Школ (и стилей) уже подробнейшим образом высказались о своем (!) понимании реалий рукопашного боя, и теперь достаточно познакомиться с их публикациями и видеоматериалами, чтобы убедиться в отсутствии у них тех *Знаний*, которые предлагаем мы. Некоторые критики, видя, что *Учение ШАР* по-настоящему уникально, пытались «улучить» нас хотя бы в том, что наша терминология отчасти совпадает с терминологией некоторых Школ, и это обстоятельство косвенно могло бы свидетельствовать о некоторых заимствованиях. Но так ли это?

Как мы уже показывали, *Знания* наших *Предков* были унесены на Восток много тысяч лет назад, и эти *Знания* являются *Ведическими*. Никакого отношения к *Вере* или *Религии* они не имеют; эти *Знания* – **научные!**

Терминология же, которую используем мы и которую использовали наши *Предки*, берет **начало** из общего древнеарийского *Истока*. Обо всем этом мы уже подробно рассказывали в первых главах нашей книги и потому повторяться не будем. Что касается утверждений о практически дословном (?!) совпадении описаний наших техник и упражнений с описаниями, которые якобы даются в других Школах, то мы заявляем, что такое возможно лишь в одном-единственном случае: если «кто-то» имеет нехорошую привычку «заимствовать» чужие *Знания*, даже не утруждая себя передать их своими словами. Как мы уже писали, в большинстве Школ такое «заимствование» (или, попросту, плагиат!) не считается чем-то зазорным, ведь именно так некоторые «умельцы» создают свои Школы и стили!

Мы готовы дать ответ по любой технике или упражнению нашей Школы и доказать, что все эти *Знания* являются неотъемлемой частью *Учения ШАР*! Все они являются нашими **авторскими разработками**, и в этом легко убедиться, если сравнить наши принципы, техники и упражнения с тем, что предлагается (или описывается) в любых других Школах. Когда мы предложили очередному нашему «критику» назвать конкретный источник, из которого мы могли бы скопировать, как он считает, куски текста для наших книг, то услышали в ответ честное: «Извините, погорячился! Ничего такого я не нашел!..»

Вот, оказывается, как!? Погорячился! С чего бы это?! Почему столь велико было желание обвинить нас в том, в чем нечисты на руку другие?! Видимо, кому-то очень хочется выдать желаемое за действительное. Все эти лживые обвинения нужны лишь для того, чтобы скомпрометировать нашу Школу и нас лично в глазах других, и если

бы мы не отвечали на подобные выпады, то многие были бы уверены, что свои *Знания* мы действительно черпаем из чужих источников.

### Так ли это важно, кто является автором?!

Для большинства людей это абсолютно не важно, но для самих авторов данный вопрос является чрезвычайно актуальным! Какой смысл изобретать или создавать что-либо, если плоды вашего творчества присвоят совершенно посторонние люди?! Кроме того, всем известно, что именно автор лучше других представляет себе все тонкости и секреты своей работы. В европейской *Традиции* это называется «ноу-хау!» (или «знаю как!»).

Авторские права – это *признание* за конкретным человеком (или группой людей) приоритета на те или иные открытия, изобретения или разработки, это – *признание* его (или их) личных заслуг перед своим *Народом*, *Страной* и даже *Человечеством*. Заметим, что на Востоке понятие «авторского права» трактуется весьма своеобразно! Восточные *Знания* часто являются всего лишь отражением (записью или пересказом) чужих *Учений*. В том, чьи это были *Знания*, для вас уже не должно быть загадкой (мы подробно рассказывали об этом в главах, посвященных Истории наших *Великих Предков*).

Вспоминается, как *враждебно* были встречены наши первые публикации, какой невиданный «шквал критики» они вызвали! И все это только из-за того, что какие-то авторы обнародовали свои *Открытия* и методики.

«Да, кто они такие – эти Брагины?! Да, как они посмели усомниться в непогрешимости восточных *Учений* и *Традиций*?!» – негодовали адепты и последователи весьма известных Школ боевых искусств. Примечательно, что всем этим «критикам» (по их же собственным утверждениям!) были бы наши публикации абсолютно безразличны, если бы наша Школа оказалась всего лишь «сборной солянкой», состоящей из чужих техник и упражнений, но ведь мы-то заявили о **своем** авторстве, об уникальности и мировой новизне **наших** *Знаний*, именно это вызвало такую бурю негодования!

Профессионалы возмущены:

«Да, кто они такие – эти Брагины?!»

Однако давайте проведем мысленный эксперимент: представьте, что на книжном рынке вдруг появится книга, в которой предлагаются сенсационные *Знания*, позво-

ляющие **победить любого противника независимо от уровня его подготовки**, да еще *минимальными* усилиями, т. е. чуть ли не **одним ударом!!!** И авторы этой книги – не мы, а какие-нибудь известные или, наоборот, неизвестные китайские Мастера! Не сомневаемся, что все искренне восхищались бы восточной *Мудростью* и неизмеримой глубиной *Мысли*. Какие бы хвалебные речи произносились в адрес Учителей Востока, наконец-то открывших «свои» сокровенные *Тайны!* Кому, как не им (восточным Мастерам!), должны принадлежать эти *Высшие Знания?*! Как результат, такая книга разошлась бы огромными тиражами и в считанные дни!

Вспоминается эпизод, когда мы предлагали свою первую книгу различным издательствам, то в одном из них столкнулись с недвусмысленным предложением **включить в соавторы** некоего известного специалиста по восточным (!) единоборствам; причем сделать это предлагалось под внешне **благовидным предложением**: мол, нас, как авторов, еще никто не знает, а имя этого человека у всех на слуху, поэтому, если он будет нашим соавтором, то и книга будет быстро распродана. Естественно, мы тотчас отвергли столь «заманчивое» (для начинающих авторов!) предложение, поскольку не сомневались, что наша книга содержит **уникальные Знания**, которых нет ни в одной Школе. Кроме того, появление так называемого «соавтора» автоматически лишало бы нас... авторства!!! Ведь кто такой этот «соавтор»?! Это – человек, являющийся известным специалистом в области боевых искусств и эзотерики. Естественно, что читатели будут абсолютно уверены, что именно он (!) является автором наших *Открытий*, уникальных методик и упражнений, и уже никто не поверил бы, что на самом деле он не имеет к этому никакого отношения. В результате, у нас просто украли бы авторство!!!

Актуальность предлагаемых нами *Знаний* невозможно переоценить, однако круг наших читателей, к сожалению, пока ограничен лишь мужской «половиной», для которой все эти вопросы представляют огромный интерес.

Бесспорно, что книги, имеющие такие названия, как «Мастер рукопашного боя» и «Как побеждать любого противника», заинтересуют в основном мужчин, а нам бы очень хотелось, чтобы *Знания ШАР* стали известны не только им. Именно поэтому следующие наши книги будут посвящены, прежде всего, женщинам и детям («**Секретное оружие амазонок**» и «**Непобедимый воин**»), где мы подробно рассмотрим наиболее важные вопросы применения техник и упражнений ШАР для женщин и детей.

Поясним, что *Традиция «женщин-воинов»* является древнеарийской языческой *Традицией*, а слово «**амазонка**», с точки зрения «некорректной» этимологии ШАР, расшифровывается нами, в том числе, как «**а-мазон-ка**», или «**не мазать** (не промахи-

ваться), т. е. «не промахивающиеся», «меткие»! Частица «а», как вы уже знаете, на *праязыке* народов Европы означает «отрицание». Амазонки прекрасно владели луком и стрелами, что позволяло им успешно одолевать своих противников, не сближаясь с ними на опасную дистанцию, и подробнее обо всем этом мы расскажем в вышеупомянутой книге.

Сейчас мы продолжим знакомить вас с **секретами наработки принципа «быстрого касания»** (выполняемого в пределах *сферы «абсолютного превосходства»*) и с теми уникальными боевыми техниками, которые открывают перед любым человеком поистине безграничные возможности.

Если передавать практическую суть нашего *Открытия* предельно просто, то это будет выглядеть следующим образом:

Разведите руки широко в стороны и, поворачиваясь вокруг (как вправо, так и влево), очертите кончиками пальцев границы их досягаемости. Те же самые движения выполняйте и ногами. Постарайтесь не потерять равновесия, балансируя на *опорной* ноге, и помогайте себе руками, словно держитесь за «**невидимые опоры**» (например, «канаты» или «тросы», натянутые вокруг). В ШАР понятие «*опор*» имеет чрезвычайно широкое значение. Это не только реальные объекты или предметы, но и *представления* человека о Море, те *идеи* и *принципы*, которые он защищает, и многое другое. Каждый человек опирается на эти «*невидимые опоры*», и они помогают ему сохранить самообладание в любых экстремальных ситуациях. Сфера, которую вы сейчас «рисуете» в воздухе, мы называем «**сферой "абсолютного превосходства"**»!

Для физически развитых людей радиус этой *невидимой* сферы будет чуть больше пределов досягаемости кончиков пальцев при разведении рук широко в стороны. Для нетренированных (или ослабленных) людей, наоборот, – ближе, но здесь важно другое: вокруг любого человека существует определенная зона пространства, внутри которой становятся возможны поистине удивительные вещи! Именно это с неохотой признают адепты практически всех современных Школ и стилей единоборств, так как многое в их методиках обучения и техниках придется теперь коренным образом пересматривать. Наше *Открытие* должно было бы **вызвать НАСТОЯЩИЙ ПЕРЕВОРОТ** в традиционно сложившихся (и *канонизированных*) представлениях о реалиях рукопашного боя, но **этого не произошло!** Более того, сейчас пока еще мало таких людей, которые сумели по достоинству оценить всю глубину и значимость предлагаемых нами *Знаний*.

Между тем, психологи хорошо знают, через какие этапы проходит у большинства людей знакомство с чем-либо новым:

Сначала все говорят: «Бред! Этого не может быть!»

Затем соглашаются: «В этом что-то есть!»

И – наконец:

**«Ну, кто же этого не знал!»**

Действительно, спустя несколько лет любой скажет, что *Суть* нашего *Открытия* очевидна и бесспорна, поэтому сейчас требуется лишь определенное время для его осмысления. Тем не менее мы видим, что отдельные **основополагающие Идеи** нашего *Учения* все-таки требуют пояснения, поэтому напомним, в *чем* заключается наше *Открытие*:

**В пределах сферы «абсолютного превосходства»**

***никто* не способен среагировать**

**на неожиданную и быструю атаку!!!**

Причем *это* в равной мере относится как к «статичным» позициям, так и к «динамичным». Наше утверждение не является плодом «неумной фантазии авторов», как это пытаются представить некоторые злопыхатели. Оно основано на реальных фактах, подтверждаемых современной наукой. «Механизм», объясняющий наше *Открытие*, удивительно прост: скорость реакции человека на проводимую против него атаку **намного ниже** скорости самого удара, и это – научно установленный факт! Некоторые же критики пытаются «уличить» нас в том, будто никакого *Открытия* мы на самом деле не сделали, а всего лишь использовали цифры, взятые нами из книги по боксу. В связи с этим будет уместно рассказать историю о том, **как мы нашли нужные нам цифры**, полностью подтвердившие наше сенсационное *Открытие*:

*Когда в мае 2005 года мы уже заканчивали работу над рукописью второй книги и собирались отдавать ее в издательство, нам срочно понадобились точные научные данные о скоростях реакций и ударов. Мы понимали, что без этих цифр наша информация об Открытии будет для многих читателей абсолютно неубедительной! К сожалению, ранее подобные материалы нам не встречались. Ни в одной из книг по единоборствам, как это ни странно, мы не смогли найти интересующих цифр. Их там*

*просто не было!!! Представляете?! Ни в одной (!) из многочисленных книг (по самообороне, по рукопашному бою, по боксу, по каратэ, у-шу, муай-тай и т. п.) этих цифр не было!!! Даже в книгах отечественных авторов, описывающих Школы и стили, казалось бы, основанные на биомеханике, эти характеристики боевых движений напрочь отсутствовали. Ведь предпочтение в отечественных Школах отдавалось не ударам, а техникам выведения из равновесия и броскам, основанным на использовании «рычагов и шарниров»! Поэтому когда мы решили поехать в «Московский дом книги» (на Новом Арбате), то особо не обольщались: вряд ли мы смогли бы найти то, что искали уже на протяжении столь долгого времени. Тем не менее, нас ожидал приятный сюрприз. Мы нашли ту самую, одну-единственную книгу среди огромного множества других, в которой и оказались нужные нам цифры. Словно чья-то "неведомая рука" заботливо положила её на полку к нашему приходу. "Удивительным" здесь было то, что данная книга была издана ещё в 2001 году тиражом всего лишь 2000 экземпляров, и вероятность её появления именно на Арбате в 2005 году была ничтожно мала.*

Добавим, что практически также мы находили и многие другие нужные нам материалы и публикации; например, когда нам понадобились тексты с описанием «*Оружия Богов*» («Махабхарата. Книга седьмая. Дрона Парва, или Книга о Дроне», издательство «Наука», Санкт-Петербург, 1993 год), то приобрели мы необходимую нам книгу совершенно "случайно" в ближайшем книжном магазине, причем самое удивительное, что ее там не могло быть в принципе, так как она была издана 12 лет (!) назад, а магазин, где мы ее купили, не имеет букинистического отдела!!!

Видимо, нам настолько нужна была именно эта книга, что она не могла не появиться на полках этого магазина!.. Подобных примеров можно привести еще множество, но, задумайтесь, *как* такое может происходить?! Неужели это просто случайные совпадения?! Чтобы вы могли понять механизм подобных «случайностей», напомним об одном хорошо известном как в научных, так и эзотерических кругах явлении – о **биолокации** (или способности человека находить различные предметы или объекты, которые скрыты от физических глаз либо непрозрачными объектами, либо значительными расстояниями).

С помощью *биолокации* специально обученным людям удается обнаруживать тайники и клады, залежи полезных ископаемых, находить похищенных людей или потерянные предметы. Известны такие примеры, когда специалисты по *биолокации* принимали участие в раскрытии серьезных преступлений. Механизм возникновения «*биолокационного*» эффекта основан на особой чувствительности человека к различным

полям и энергиям. Например, когда он *настраивается* на поиск какого-либо объекта, то должен совершенно четко представить себе его. Благодаря подобной *настройке* (или «резонансу») он начинает *улавливать* информационные сигналы, уровень которых лежит ниже *порогов* обыденного восприятия, в результате чего и происходят подобные «чудеса». Заинтересованные читатели могут самостоятельно познакомиться с обширной литературой на данную тему и даже поэкспериментировать. Таким образом, *биолокация* – это способность чувствовать информационно-энергетические *взаимосвязи* между различными объектами и предметами окружающего нас Мира; однако в нашем случае, как вы могли догадаться, всё обстоит гораздо сложнее, и одной только *биолокации* здесь явно недостаточно, ведь должны были еще каким-то удивительным образом «совпасть» между собой вполне определенные события.

Заметим, что знание цифр о скоростях ударов и реакций вовсе не является какой-либо тайной или секретом, и любой специалист по боевым искусствам мог при желании познакомиться с ними. Однако, похоже, слишком велико было давление авторитетов и «канонов». Многие оглядываются на них: «А что скажут они – знаменитые Мастера и Учителя боевых искусств?! Разве это не святотатство – подозревать их в некомпетентности?!» В результате, *слепое* подражание авторитетам и *Традициям* не позволяло специалистам *объективно* оценивать реалии рукопашного боя.

Тем не менее, все параметры движений человека давно измерены, и оказалось, что *быстрота удара*, которую он способен развить, составляет в среднем десятки миллисекунд (напомним, что 1 мсек = 0,001 сек), тогда как скорость простейшей двигательной реакции на внешнее воздействие в ДВА РАЗА БОЛЬШЕ (как минимум)! Это означает, что любой, даже тренированный человек начинает реагировать на внешние движения с очень большой задержкой относительно начала удара.

Заметьте, что даже эти измеренные цифры не позволили специалистам и ученым увидеть за деревьями лес, а ведь вывод, который напрашивается сам собой, просто удивителен: оказывается, вовсе не нужно тратить много времени на изучение каких-либо единоборств, так как у каждого человека уже **изначально** («готовый результат») есть все необходимое, чтобы победить в реальной схватке!!!

*Знание* сути нашего *Открытия* позволяет любому человеку на уже известной вам дистанции (дистанции «*быстрого касания*») выполнять любые **неотбиваемые удары**, и совершенно неважно, кто выполняет их, – мужчина или женщина, ребенок или взрослый, чемпион или вовсе необученный человек.

Как мы уже показывали, удары следует наносить в жизненно важные зоны, которые не защищены крупными мышцами и потому легко уязвимы. Речь идет прежде всего об ударах по глазам, в горло, в пах и т. д. В опасной ситуации и женщина, и ребенок (на дистанции своей вытянутой руки) могут ударить противника куда угодно, и тот **ничего** не успеет сделать!!!

**Все равны перед Высшими техниками,  
или техниками Шар-боя!!!**

Любой противник абсолютно беспомощен на указанной дистанции и совершенно не представляет себе ваших возможностей! Из «охотника» вы легко можете превратить его в «жертву», причем он даже не поймет этого до тех пор, пока вы не атакуете его неожиданным и быстрым ударом.

Многие могут возразить, что удары по этим зонам опасны для здоровья, но подумайте, о чьем здоровье вы беспокоитесь?! О здоровье тех, кто не жалеет никого и готов покалечить или даже убить на своем пути даже ребенка?!. Неужели эти *нелюди* заслуживают какого-либо снисхождения?! Да, и можно ли предложить иной способ остановки насилия, если сама жизнь показывает, что эти *отморозки* не остановятся ни перед чем в достижении своих преступных целей! Нам известен, например, случай, когда один такой *изувер* избивал ногами беременную женщину!!! И, как, по-вашему, следует относиться к этим *нелюдям*?! По нашему мнению, все они заслуживают **адекватного наказания!**

**Наказание должно быть адекватным!!!**

Если кто-то смеет угрожать вам ножом или пистолетом, и уж тем более применять это оружие против вас (или ваших близких), разве он заслуживает какого-либо снисхождения?! Следует трезво оценивать опасность, которая вам угрожает, и принимать *адекватные* меры самообороны. В случае нападения вооруженного противника его нужно бить так, чтобы он уже больше не мог противостоять вам. Атака глаз, горла, паха, болевые воздействия на пальцы и пр. – гарантируют вам быструю и эффективную победу!

Если рассматривать *природные рефлексy*, которые мгновенно активизируются при атаках вышеперечисленных зон, то именно эти цели человек защищает лучше дру-

гих. Когда возникает хоть малейшая угроза повреждения глаз, то человек *рефлекторно* успевает зажмурить их. Это удастся лишь потому, что моргание является самым быстрым физическим движением, на которое способен человек! Закрывание глаз происходит намного быстрее времени выполнения самого удара, поэтому человек и успевает зажмуриться, избегая их повреждения.

### **Моргание – самое быстрое движение человека!!!**

Если в схватке бойцы атакуют друг друга ударами по глазам, то *рефлекторно* они реагируют так, что повредить эти зоны очень непросто, причем то же самое относится и к ударам в пах, и в горло. Вспомните пример девочки, отбившейся от насильника в лифте с помощью дверного ключа, которым она ткнула ему в глаз: насильник успел зажмурить глаза, но боль от удара повергла его в состояние шока, что и позволило его задержать. Еще раз подчеркнем, что для нанесения *неотбиваемых ударов* на указанной дистанции вовсе необязательно тренироваться! Это звучит *парадоксально*, но желаемой цели (т. е. победы в схватке по-настоящему без правил!) вы можете добиться даже без предварительных тренировок.

### **Всеми необходимыми боевыми качествами вы уже обладаете изначально!!!**

Наши *Знания* делают вас абсолютным *Победителем*, которому не нужны какие-либо состязания или соревнования (чтобы убедиться в своем превосходстве). Некоторые трудности в осознании этих реалий могут возникнуть только у тех людей, здоровье которых подорвано болезнью или возрастом, но даже и они смогут восстановить нужные боевые способности, если будут использовать наши гимнастики. Механизм *восстановления* здесь основан на использовании *естественных движений*, которые оказывают лечебное воздействие на весь организм.

Следующее упражнение, с которым мы вас познакомим, является **энергетической гимнастикой**, которую вы можете делать, как сидя, так и стоя (в том числе, и во время ходьбы).

Попробуйте сейчас выполнять руками внутри *сферы* плавные и медленные движения расслабленными руками. Помните, что такие движения мы называем «*движениями в воде*», и познакомились вы с ними еще в нашей первой книге. Делайте движения

руками во все стороны, поворачивайтесь и вправо, и влево, наклоняйтесь также в любую сторону и меняйте положение «центра тяжести» по высоте (если вы тренируетесь стоя). Не забывайте вращаться вокруг своей оси и будьте внимательны ко всем своим ощущениям! Как мы уже показывали, ваши **ощущения** являются **ключом** к пониманию глубинного смысла любых техник и упражнений ШАР, и одновременно **ваши ощущения являются тестом**, отражающим *реальный уровень* вашего мастерства.

Кто-то может почувствовать усталость, а кто-то, наоборот, прилив сил и энергии. Однако о чем это говорит?.. Ответ здесь очевиден: все ваши движения выполняются легко и без усилий, поэтому вы не затрачиваете практически никакой энергии; если же при выполнении данного упражнения у вас все-таки возникает чувство усталости, то это прямо свидетельствует об *энергетической ослабленности* вашего организма (а следовательно, о том, что вам необходимо больше отдыхать, чтобы восстановить свои силы).

Ценность любых наших упражнений и техник состоит в том, что при их выполнении вы не только выявляете различные отклонения в своем здоровье, но и оказываете на организм мощное целительное действие. Будет прекрасно, если вам удастся почувствовать и более *тонкие* вещи, например, прикосновение к «чему-то» невидимому, едва осязаемому и почти неуловимому. Речь идет о развитии *сверхчувствительности* к внешним энергетическим полям или «оболочкам» вашего тела. Подробнее о применении этих *Знаний* мы расскажем чуть позже, а сейчас обратите внимание, как быстро ваше тело разогрелось, наполнилось жизненной силой и энергией. Вы убедитесь, что *энергетическая гимнастика* внутри **сферы «абсолютного превосходства»** великолепно развивает, оказывает благотворное воздействие, способствует активизации вашей *внутренней* энергии и перераспределяет ее в соответствии с нуждами организма. Мы рекомендуем выполнять данную гимнастику не менее двух раз в неделю (или даже чаще!), тогда вы сможете по достоинству оценить ее эффективность. Как вы понимаете, время для тренировок можно найти и утром, и вечером; и дома, и на работе.

**Движения внутри сферы «абсолютного превосходства»  
насыщают ее энергией и силой!**

В *Учении* наших *Предков* любое «тело» (физическое, энергетическое или духовное) имеет на санскрите название «**шарира**», что, с точки зрения этимологии ШАР, от-

ражает глубинную энергетическую суть любых объектов (или «тел») окружающего нас Мира – «Шар» и «Ра»! Подумайте, что это значит?..

### Что такое «Шар Ра»?!

«Шар Ра» – это «Шар Энергии», или «Шар Силы»!!!

Современной науке известно, что любое материальное тело является «**концентратом**» (или «**сгустком**») огромной потенциальной энергии, которая может быть выделена при **аннигиляции**, причем эта энергия **превосходит** даже энергию ядерного взрыва. Наши *Предки* **знали** об этих *Реалиях* и активно **использовали** их!

Кроме того, *энергетика* (или «Ра»!) любого тела представляет собой форму, которая более всего распространена во *Вселенной*. Взгляните вокруг! Солнце, звезды, планеты – все они имеют **шарообразную** (или **сферическую**) **форму**, и это не случайно! Ученые даже физически обосновали, *почему* любые космические объекты стремятся принять форму *шара*, ведь данная форма, с точки зрения энергетических затрат, наиболее совершенна! Мы говорим о **гармонии объема**, благодаря которой обеспечивается самодостаточность, сила, целостность и завершенность любых подобных объектов, а ведь именно этими *замечательными* качествами обладает энергетика «**шарообразных**» **форм**.

С учетом вышесказанного, вы теперь можете значительно расширить понимание того *глубинного* смысла, который мы вкладываем в **аббревиатуру** нашей Школы. Именно поэтому наше *Учение* **включает** в себя все вышеперечисленные качества (**самодостаточность, завершенность, целостность, рациональность** и т. д.). На шумерском языке слово «Шар» означает «Царский» («шар» ↔ «сар» ↔ «цар» ↔ «царь»), и это неудивительно, особенно если знать об **арийских (!) Истоках** одной из древнейших Цивилизаций на Земле. **Техники Шар-боя** (и, вообще, **Знания Шарведы!**) можно без преувеличения назвать **Высшими**, или **Царскими**.

**Разные разделы Учения Шарведы** (учитывая их тесную **взаимосвязь**) мы предлагаем называть следующим образом: **Шар-бой, Шар-гимнастики, Шар-медитации, Шар-этимология, Шар-психология, Шар-философия, Шар-история, Шар-культура, Шар-педагогика, Шар-медицина** и т.д. Нетрудно понять, что это значит на самом деле, ведь «Шар» (или «Сар») означает **Царский, Высший, Истинный!** Именно это объединяет **все разделы** нашего *Учения*.

Если вы когда-либо увлекались **экстрасенсорикой** (или **биоэнергетикой**), то вам будет интересно узнать ответ на вопрос:

### **Какую же форму имеет биополе человека?!**

Многие считают, что оно имеет форму *яйца*, и некоторые люди, действительно, представляют (и даже видят!) *энергополе* человека в виде *яйца*, но так ли это на самом деле?.. Соответствует ли это видение реальности?..

### **Шар или, все-таки, яйцо?!**

Всем известна шуточная задачка на сообразительность: как поставить яйцо, чтобы оно не упало, на плоскую поверхность? Можно ли это сделать? Ведь совершенно очевидно, что яйцо будет опрокидываться на бок и катиться. «Нестандартное» решение данной задачи («**О колумбовом яйце**») состоит в том, чтобы разбить любую его часть, т. е. нарушить целостность скорлупы; в этом случае яйцо будет «стоять». Заметим, что форма «яйца» **изначально неустойчива**, но подобной проблемы не было бы, если бы речь шла о **шаре!**

Мы утверждаем, что *энергополе* человека от природы имеет форму «шара» (а не *яйца!*), однако в силу ряда причин, о которых мы уже рассказывали, оно *деформировалось*. Как результат, у человека появилось множество нарушений, как на физическом, так и на духовном уровнях, ведь вы *сознательно* отождествляете энергетику своего тела с весьма несовершенной формой. Чтобы устранить подобные аномалии, мы рекомендуем выполнять специальные гимнастики и медитации; тогда границы *биополя* постепенно «выровняются», а это, в свою очередь, поможет вам устранить многие *психологические* проблемы.

Теперь мы познакомим вас с медитацией, которую мы называем **медитацией «Я – Ра!»**, причем эта поистине *волшебная* техника полностью отражает тот глубокий смысл, который мы вкладываем в название и аббревиатуру нашей Школы. *Медитация «Я – Ра!»* выполняется следующим образом:

Попробуйте сначала *шепотом* (или *вполголоса*) произнести: «Я – Ра! Я – Ра!! Я – Ра!!!» и т. д. Повторяйте данное утверждение так, чтобы оно стало для вас **реальностью**. Это означает, что на уровне физических ощущений вы должны почувствовать, **КТО ВЫ!!!** «Я – Ра!», «Я – Свет!», «Я – Солнце!», «Я – Бог!», «Я – Истина!» и т. д.

Можете даже произносить эти слова (т. е. «Я – Ра!») мысленно, важно лишь, чтобы вы чувствовали ЭТО, и тогда произойдет нечто важное:

### **Это станет Реальностью!!!**

Вы осознаете, что Вы – это «Ра»! Вы испытаете удивительные ощущения – необыкновенную *Силу*, абсолютное *Могущество*, *Всеведение*, *Вездесущность*, безграничное *Счастье* и неопишное *Блаженство*. Все эти чувства являются отражением (или «отблеском») качеств *божественной Природы Создателя*, или *Природы Творца*!

Заметим, что это вовсе никакая не игра воображения и не галлюцинации! Всё, что вы делаете, является **Реальностью**, которую вы учитесь познавать и использовать! Основой успеха указанной медитации является тот факт, что вы на самом деле являетесь «Ра»! Каждый человек – это частица «света» (частица «Ра»), плененная *узами* материи!

### **Человек, использующий медитацию «Я – Ра!», освобождается от Духовной слепоты!!!**

Он осознает себя *тем*, кем является в действительности, и начинает видеть «**внутренним зрением**» сокрытое от физических глаз, оказывать тонко-энергетическое влияние на весь окружающий Мир. Таким образом, наша медитация пробуждает многие *сверхспособности*. Кроме того, *медитация «Я – Ра!»* оказывает прекрасное укрепляющее (и целительное) воздействие на весь организм! В дальнейшем пробуйте использовать ее, в том числе, и как *невидимую* (или *скрытую*) тренировку.

В качестве интересного применения данной техники можно привести эффективность ее использования в логопедических целях: если человек, плохо выговаривающий букву «р», станет произносить слог «Ра», то сможет достаточно быстро и легко избавиться от дефекта речи. Кроме того, проговаривание слога «Ра» способствует развитию таких важнейших качеств, как смелость, решительность, энергичность.

Теперь, когда вы научились восстанавливать свои силы и здоровье с помощью *энергетической гимнастики движений* и освоили духовно-энергетическую *медитацию «Я – Ра!»*, вы будете учиться *сжимать* или, наоборот, *расширять* границы этой сферы. Попробуйте сосредоточиться на границах *сферы «абсолютного превосходства»*. Постарайтесь физически почувствовать её! Когда ранее вы осваивали медитацию «*небес-*

ной паутины» (см. книгу «Мастер рукопашного боя»), то уже делали нечто подобное, однако в данном случае «форма» вашего чувствующего поля будет четко *сферическая*, или *шарообразная*. Благодаря этому вы легко сможете управлять ее радиусом, *расширяя* или, наоборот, *сжимая* «сферу» до нужных вам размеров, охватывая при этом интересные вас объемы окружающего пространства. Если данное упражнение выполнять *ритмично*, то вы получите *пульсирующую* энергетическую «сферу» восприятия.

**Пульсация сферы восприятия** позволяет *осознанно* настраиваться на любые нужные вам *ритмы*, благодаря чему вы сможете активизировать у себя самые разнообразные *сверхспособности*. Например, вы можете настроиться на *пульсацию Земли, Солнца, созвездия «Большой (или Малой) медведицы»* и т. д. Можете представить, какие необыкновенные возможности при этом откроются перед вами!!! В современной науке есть такое понятие как **«резонанс»** – эффект, при котором процесс *ритмичного* раскачивания (или изменения) параметров какого-либо объекта вызывает в других подобных объектах (или предметах) точно такую же «пульсацию». Кстати, именно на **эффекте «резонанса»** построена работа **всех** радиоэлектронных средств связи и телекоммуникаций. Отметим, что в дальнейшем мы подробно рассмотрим **биогравитационные резонансные взаимодействия** (включая резонанс между *«застывшими формами»* и др.).

Предлагаемое нами несложное упражнение обучает управлять энергетикой своего организма, **насыщая** ее до уровня необходимой **«плотности»**, буквально **«материализуя»** в окружающем пространстве энергетический **«Шар Силы»**. Именно этот **«Большой Шар»** использовался вами в упражнении «птенец выбирается из яйца», когда вы учились расширять границы досягаемости своих рук и ног. Данная техника подробно описывается в нашей первой книге в главе «Тайны боевых передвижений». После освоения простейших передвижений внутри **«Большого Шара»** вы учились *вращать* его в направлении своего движения (или *раскачивать* в любую сторону).

При концентрации внимания на границе **«Большого Шара»** рефлекторно активизируется **сверхреакция**, и происходит это потому, что благодаря сосредоточению на «периферии» вы начинаете воспринимать опасность задолго до ее приближения. Обратите внимание, что *центр* вашей *«невидимой сферы»* является *виртуальным*, так как он оказывается вынесенным за пределы вашего физического тела, которое принимает **форму «полумесяца»**. Об этой форме мы расскажем немного подробнее, и тогда вы поймете, каким образом между собой связаны «физическое» и «духовное».

Вспомните медитацию *«лунный свет»*, подробно описанную нами в главе «Ключи к сверхреакции» (см. книгу «Как побеждать любого противника»)! Для вас теперь

уже должно быть совершенно ясно, почему именно «лунная» природа *Духа* является источником *сверхвосприятия*.

Наши *Великие Предки* учили:

### «Дух подобен Луне!»

Отголоски древнеарийской *Традиции* вошли в японскую *Традицию* почти слово в слово. «Дух как Луна!» – говорили *самураи*, передавая *Высшие Знания* наших *Предков*. Кстати, слово «**самурай**» расшифровывается нами как «**Сам у-Ра!**», или, с учетом открытой нами замены «у» на «а» (где «а» означает частицу отрицания), «**сам не Ра**», и здесь же можно упомянуть о «*яваре*» (короткой палочке, или «*когте*») – древнейшем оружии наших *Предков*! Теперь, зная об **арийских истоках** этих названий, вы можете самостоятельно расшифровать, что на самом деле означает слово «**явара**».

Чтобы понять, почему японская боевая *Традиция* имеет древнеарийские корни, мы предлагаем вам подумать:

### Что означают слова «иппон», «хаджимэ» и «матэ»?!

Для людей, которые занимаются дзюдо, смысл этих слов хорошо известен: «иппон» означает «чистую победу», «хаджимэ» – «начало борьбы», а «матэ» – «окончание схватки». Взгляните на эти японские слова с точки зрения «некорректной» этимологии. Слово «иппон» – это трансформировавшееся слово «полный» (в японском языке отсутствует согласная «л»). «Хаджимэ» происходит от русского слова ходить (хадж, хождение), т. е. начало борьбы выражено призывом «Ходите!» (или «Начинайте!»). «Матэ» – окончание схватки.

### Древнее слово «матэ» мы расшифровываем как «мать», или «мама»!

Нетрудно понять, что проигравший схватку боец с криком «**Мама! Мама!...**» убегал с татами прочь, чтобы его не убили или не покалечили. С тех пор и появилось это «загадочное» восточное слово, которое стало символизировать окончание схватки. Заметьте, что на Востоке истинное значение многих слов и названий оказалось утраченным!

Об *Истоках Высших Знаний* на Востоке мы уже рассказывали, поэтому вряд ли вы будете удивлены, если узнаете, что **Идея «лунной» природы Духа** была заимствована японскими Мастерами из *Ведических древнеарийских Учений*, и имеются конкретные стихи «*Ригведы*», которые описывают данные философские понятия. Но как же это могло произойти?!

### **Какое отношение арийские этносы имеют к японской Культуре?!.**

На одной из научных конференций, посвященных *Культуре и Традициям* Японии, европейские ученые привели совершенно неопровержимые доказательства того, что у *Истоков* японского государства находились... **не японцы**, и что *Традиция* самураев также не является японской, а относиться к *айнской*! В качестве доказательств приводились *антропологические* данные представителей правящего класса Японии, включая императорскую семью. Когда известного японского ученого-антрополога спросили, что он может сказать в ответ, тот поднялся и, лишь недоуменно пожав плечами, сказал:

**«Я надеюсь, что вы... ошибаетесь!»**

Ему даже нечем было возразить! Подробнее обо всем этом и многом другом вы можете узнать из книги А. Ю. Низовского «**Загадки антропологии**» (Москва, изд-во «Вече», 2004). О судьбе *айнов* в Японии мы расскажем в дальнейшем, а сейчас лишь отметим, что все они были подвергнуты принудительной ассимиляции, в результате чего древняя культура этого народа (одного из арийских этносов, уцелевших после глобальной Катастрофы!) оказалась практически утерянной, а ведь японцы позаимствовали из нее очень многое, например, **религию «Синто»**, или «**Путь Богов**».

В японском слове «**Синто**» мы четко слышим «**Сын то**», или «**(э)то – Сын**»! Дети *Бога (или Богов)* становились *Верховными Правителями*, поэтому их *Учение* также можно трактовать как «**Путь Богов**», а точнее «**Путь Сыновей (Бога, а если быть точнее – Богов)**».

**«Синто» – это «Путь Сыновей»!**

Заметьте, что «переводы», которые предлагают отечественные дипломированные востоковеды, основаны на *комментариях* китайских, японских и других специалистов, однако, как вы теперь убедились, они даже *не догадываются* об **истинном смысле** тех слов и понятий, которыми пользуются. Добавим также, что **айны – не монголоиды**, поэтому их происхождение ставило в тупик всех европейских ученых. Айны были высокими и белокожими людьми с голубыми или серыми глазами! Они являлись коренными жителями Японских островов, Сахалина и Курил, а их *Предки*, как установили археологи, обитали там даже ранее 8-го тысячелетия до н. э.

Обо всем этом мы подробно расскажем в книге, которая будет целиком посвящена нашим историческим исследованиям, а сейчас вернемся к основной теме. Речь пойдет о взаимосвязи *физического* и *духовного*. Если ваше физическое тело принимает какую-либо «застывшую форму» (например, форму «*полумесяца*»), то ваше «Я» *заполняет* ее, подобно *воде в кувшине*. Заметьте, что в зависимости от формы физической оболочки ваше «Я» будет принимать различные «очертания». Таким образом, «внутреннее» определяется внешней формой! Поэтому если физическое тело уподобить некоему сосуду (например, кувшину), то содержимое этого «кувшина» и будет ваша *душа*.

В русской народной *Традиции* есть замечательное выражение «**излить душу**», которое чрезвычайно точно отражает *глубинную Природу* человека, уподобляя её стихии *воды*. В дальнейшем мы подробно рассмотрим все эти философские аспекты, а пока лишь отметим, что индивидуальная *душа* действительно подобна «капле воды» из **Океана Жизни**. В дальнейшем индивидуальная *душа* сливается с *Океаном* (*Мировой душой*, или *Брахманом*), возвращаясь к своему *Источку*. Вспомните арабские сказки о *джинне*, заключенном в кувшин (или в лампу, или в сосуд)! Эти истории отражают в несколько упрощенном виде древнеарийские представления о «строении» человека, где *джинн* – есть не что иное, как... «*джива*» (индивидуальная *душа*), а «**кувшин**» – **физическое тело**! Когда «кувшин разбивается» (т. е. утрачивает свою энергетическую целостность) *душа освобождается* от уз материального Мира и обретает подлинную *Свободу*! Заметим, что арабский язык теснейшим образом связан с русским языком, и в качестве примера можно привести расшифровку с использованием русского языка таких понятий как «**джихад**», «**хадж**», «**мастаба**» и др. С точки зрения «некорректной» этимологии, слово «хадж» есть не что иное как «ходить» или «ходьба», а слово «джихад» буквально означает «хождение души». «Мастаба» – «место Ба» (где «Ба» – духовное начало человека) и т. д.

Энергетический «*центр Сферы*» при передвижениях бойца *смещается* относительно физического «*центра тяжести*», а это, как мы уже показывали, дарит бойцу необыкновенные возможности в бою. Это *смещение* «центра» в направлении противника позволяет легко дотянуться до него, что невозможно при использовании широких и устойчивых стоек в каратэ! Таким образом, дистанция «*быстрого касания*» может быть значительно увеличена за счет *правильной* позиции тела (или **формы** «*полумесяца*»). Смещение «*центра Сферы*» влияет не только на **границы досягаемости** ваших рук и ног, которое необходимо учитывать в реальной ситуации (как дистанцию «*быстрого касания*»), но и позволяет особым образом использовать энергетику своего организма. «*Центр Сферы*» является одним из важнейших энергетических «*центров*» человеческого тела, который изначально обладает огромной энергией! Именно эту энергию вы уже учились использовать при выполнении «*облачных*» *движений*. Движениями *расслабленных* рук вы «**черпали**» ее из этого «*центра*» и направляли по своему желанию в нужную сторону. Потоки *невидимой* энергии при этом обрушивались на противника, перегружая его психику и нарушая энергетический баланс.

Рассмотрим теперь, как можно сблизиться на дистанцию «*быстрого касания*», чтобы противник не догадался о ваших намерениях. Выход на указанную дистанцию является одним из важнейших условий достижения гарантированной победы в реальном бою! Если вы еще не приняли боевой позиции и противник не ожидает от вас угрозы, то сближение на эту дистанцию может произойти следующими способами:

- 1) вы **сами** идете навстречу своему противнику;
- 2) **он** приближается к вам;
- 3) вы **одновременно** идете навстречу друг другу.

Возможны также **варианты**, когда вы **преследуете** друг друга, но суть техник от этого не меняется. Обратите внимание, что тот, кто нападает на вас, сам сближается на нужную вам дистанцию, и как только это происходит, необходимо бить первым. При этом обязательно учитывайте рост нападающего! Так, если противник выше вас, то у него, естественно, более длинные руки, и при сближении вы раньше окажетесь в поле действия его *сферы* «*абсолютного превосходства*», чем он – в вашей.

### **Мы называем это – «Взаимодействие Сфер»!!!**

Таким образом, вы уже знаете, что вокруг каждого человека существует *невидимая энергетическая сфера*, радиус которой напрямую зависит от его *антропометриче-*

ских данных, а также от *психофизического* состояния в конкретный момент времени. Если вы сосредоточитесь на границах *невидимой сферы*, то мгновенно войдете в состояние *сверхреакции*, причем произойдет это автоматически, на уровне врожденных рефлексов. Как только противник начинает «проникать вглубь» вашей *сферы* (или «*Большого энергетического Шара*»), вы легко можете атаковать его, и любые ваши атаки будут успешными. Нарботку «*Взаимодействия Сфер*» желательно выполнять с напарниками различного роста и телосложения (и в статике, и в движении!), тогда вы на практике сможете оценить свои истинные возможности в случаях, когда противник будет либо одного с вами роста, либо намного ниже, либо, наоборот, – выше. Такую же наработку следует проводить, когда вы сближаетесь друг с другом, уже находясь в боевых позициях (т. е. с поднятыми на уровень лица руками). Таким образом, учитесь выполнять **удары «быстрого касания»** (или **неотбиваемые удары**) с учетом «**Взаимодействия Сфер**» (своей и противника или противников), в том числе **в движении**, как это происходит **во время реальной схватки**.

Поясним, что

**Удары «быстрого касания» – это удары, которые  
выполняются в пределах дистанции  
«абсолютного превосходства»!!!**

Учитесь предельно точно оценивать дистанцию досягаемости до своего соперника с учетом длины ваших рук и ног. Этот навык требует хорошего **глазомера** и является чрезвычайно важным, так как от него зависит исход любой схватки. Например, вы можете обладать отменной скоростью реакции или силой удара, но если вы не сумеете правильно оценить дистанцию, на которой удары становятся *неотбиваемыми*, то рискуете проиграть схватку. Напомним, что **глазомер можно нарабатывать в быту** (*невидимая* тренировка!): учитесь дотягиваться до любых бытовых предметов или объектов и брать их в свои руки, заранее оценивая дистанцию.

Ранее мы подробно описывали атаки «*быстрого касания*» пальцами и кистью, поэтому сейчас рассмотрим, как эти же самые техники выполняются другими ударными формами (например, кулаком!). Практическое знакомство с ударами «*быстрого касания*», выполняемыми кулаком, позволит вам коренным образом изменить свое представление об эффективности наших боевых техник. Только представьте, что все ваши кулачные удары станут *неотбиваемыми*, а если же вы при этом овладеете ударами с

учетом «внутренней наковальни», то у противника вообще не остается никаких шансов на победу!

Сначала выполняйте **удары-касания кулаком** по *невидимым* целям, помещая их с любой стороны и на разных расстояниях от своего тела, но в пределах досягаемости. Вы сразу обнаружите, что это не так легко сделать, как может показаться! Зачастую ваше тело не будет вас слушаться, ведь вы должны выполнять не просто удары кулаком, а именно удары-касания!!! Это означает, что локоть бьющей руки никогда не должен полностью выпрямляться в конечной фазе удара, и вы как бы касаетесь поверхности *невидимой* цели, но делаете это максимально быстро и резко! Естественно, что в движении должно участвовать все ваше тело, тогда *удары-касания* практически ничем не будут отличаться от обычных сильных ударов.

### **Так в чем же отличие *обычных* ударов от ударов «быстрого касания»?!**

Разве это не то же самое?!

Если вы будете правильно выполнять описываемые нами движения, то уже скоро заметите чрезвычайно важное отличие. Оно состоит в том, что вы пытаетесь не просто ударить, а делаете это так, чтобы в дальнейшем ваш *реальный противник* не смог парировать ваши атаки, несмотря на все свои усилия. Если вы будете продолжать тренироваться указанным образом, то вскоре обнаружите, что ваше тело приобретает новые способности. Одна из таких замечательных способностей состоит в том, что вы теперь сможете наносить **неотбиваемые удары** (или **удары «быстрого касания»**) практически в любую сторону, а ударной формой будет кулак!

Научившись выполнять удары на воздухе, далее атакуйте легкие подвесные цели в виде занавесок, штор и, наконец, боксерских снарядов, после чего уже переходите к работе с напарником. Пусть один из вас будет только защищаться, а второй атаковать, причем тот, кто атакует, должен подойти на дистанцию «*быстрого касания*» и сначала попробовать на разных скоростях выполнять удары «лицом» (или фронтальной частью) кулака. Удары-касания кулаком должны быть нацелены в живот и выполняются любой рукой. Естественно, что необходимо также менять стойку с правосторонней на левостороннюю, и – наоборот. После того, как вы убедитесь, что у вас получаются точные и быстрые *удары-касания*, ваш напарник должен попытаться защищаться от них. Если вы выполняете их с учетом наших рекомендаций, то сможете убедиться, что все **удары-**

**касания кулаком** со стопроцентной (!) гарантией достигают выбранной цели, а ваш напарник оказывается абсолютно беспомощным. Естественно, те же самые удары-касания нарабатывайте и **в движении**, когда напарник пытается уйти на безопасную дистанцию (т.е. за пределы **вашей** дистанции «*быстрого касания*») или перемещается *так*, чтобы помешать вам ударить. Обязательно меняйтесь ролями, чтобы точно также почувствовать, *почему* никто не успевает парировать атаки.

Тренируясь указанным образом, вы уже скоро поймете, что всё, о чем мы говорим, и всё, что демонстрируем, работает. Вы действительно убедитесь, что никто не способен защититься от быстрых и неожиданных ударов на указанной дистанции, причем в данном случае вы атакуете не кончиками пальцев или кистью, как это делали ранее, а самой что ни на есть «классической» ударной формой – **кулаком**. Теперь переходите к следующему этапу наработки данной техники – к ударам-касаниям по «*маске лица*». Напомним, что речь идет об ударах, которые выполняются не прямо в голову, а – в невидимую поверхность вокруг лица напарника. Мы называем ее «**маской лица**» и подробно описывали в книге «Как побеждать любого противника» (см. главу «Шуточный бой»). Делается это ради **вашей безопасности**, чтобы вы случайно не травмировали друг друга. Напомним, что поверхность «*маски лица*» должна быть удалена от головы на расстояние («*толщина маски*») нескольких сантиметров, а если ваш напарник (или вы сами) еще не обладаете достаточной точностью ударов, то увеличивайте это расстояние до 10-15 см (и более!). Помните, что вы ни в коем случае не должны повредить здоровью друг друга!

Атаку «*маски лица*» всегда выполняйте на дистанции «*быстрого касания*» и помните, что важнейшим условием правильности наработки является **согнутость** локтя в момент *удара-касания*, т.е. в завершающей фазе удара. Если же вы распрямите руку полностью, то легко дотянитесь до поражаемой цели (т.е. головы), а это значит, что ваши удары всего лишь останавливаются на пути к цели, тогда как на самом деле легко могут поразить ее. Атаки «*маски лица*» выполняйте, как *прямые*, так и *дугобразные*, по самым разным траекториям, в том числе сверху и снизу. Ваш напарник не должен успевать коснуться вас даже на *обратном* движении вашего кулака (мы называем такие удары «*небесными*»), поэтому вам должно быть понятно, что такое «**небесные удары**».

После приобретения навыков защиты от отдельных *ударов-касаний* кулаком или в живот, или в голову переходите к наработке тех же самых ударов, но уже по двум целям. Напарник не знает, какую цель вы станете атаковать в данный момент, поэтому его задача – попробовать сделать невозможное! Естественно, что практически сразу вы

обнаружите **абсолютную беспомощность** любого, кто пытается защититься на указанной дистанции от ударов кулаком либо в голову («маску лица»), либо в живот. Это чувство будет настолько ярким, что вы будете поражены! Ещё бы! Ваш напарник совершенно не способен отбивать удары (ни в голову, ни в туловище), но почему такое стало возможным?! Почему раньше, когда вы выполняли «**обычные**» удары, то у вас они не всегда получались?!

Что изменилось?!

### **Может быть, напарник подыгрывает вам?!.**

Вряд ли, ведь вы точно также не можете парировать удары, направленные против вас! Значит, дело здесь совсем в другом.

Ответ на подобные вопросы теснейшим образом связан с тем, знают ли в Мире боевых искусств о тех *Открытиях*, которые мы обнаружили. Ведь находятся скептики, которые уверены в том, что «на Востоке все это давным-давно известно». Мы предлагаем вам разобраться, *почему* все, о чем мы рассказываем и чему учим, не было известно до появления наших публикаций.

### **Почему в других Школах не представляли себе открытых нами реалий рукопашного боя?!**

При наработке ударов «*быстрого касания*» кулаком против «*невидимого противника*» мы рекомендуем выполнять их с **утяжелителями** (легкими гантелями или грузами), тогда вы сможете значительно повысить скорость своих атак. Чрезвычайно полезными будут техники наработки атакующих движений с использованием резиновых жгутов, веревок, поясов и т. п. Методика тренировки проста и доступна. Прикрепите к чему-либо резиновый жгут и сожмите его в кулак, после чего наносите удары кулаком (в направлении растягивания жгута), создавая себе пространство «*внешней вязкости*». Меняйте скорость ударов, чередуйте их с ударами на воздухе, т. е. без резинового жгута. Что касается использования **пояса-веревки**, то здесь речь идет об особых (*статических!*) приемах развития силы ударов «*быстрого касания*». Результаты, которые достигаются указанными способами, поистине удивительны, и в этом легко убедиться, если применить их на практике.

Когда мы заявляем, что наше *Открытие* не было известно в Мировом боевом искусстве до появления наших первых публикаций, то не кривим душой. Если не учитывается наш принцип «абсолютного превосходства», эффективность боевых техник такой Школы будет весьма и весьма сомнительна, тем более по отношению к условиям реальной уличной схватки.

**Наработка любых защитно-атакующих техник  
должна проводиться с неизменным учетом  
дистанции «быстрого касания»!!!**

Если указанная дистанция не учитывается, то говорить о каком-либо реальном применении тех или иных приемов и техник просто не приходится. Любые сомнения в эффективности нашего **универсального критерия** (или **теста!**) устраняются с помощью демонстрации движений на *боевых скоростях*. Вы тотчас убедитесь в искусственности (а следовательно, ложности!) практически всех приемов и техник, лежащих в основе многих Школ и стилей единоборств. Мы предлагаем критически взглянуть на предлагаемые ими боевые техники и оценить их результативность, прежде всего, с этой точки зрения!

Попробуйте теперь парировать удары «быстрого касания» **ладонью**, а не предплечьем! Вы убедитесь, что скорость вашей реакции значительно возрастет. У вас начнет получаться то, что ранее далеко не всегда удавалось, а иногда вы даже сможете отбивать неожиданные удары и на *дистанции «абсолютного превосходства»!* Естественно, что для атакующего потребуется дополнительное усилие (или «внутреннее напряжение»), чтобы все атаки были успешными. Если вы задумаетесь, *почему* возросла скорость реагирования на *сверхбыстрые* движения, то, скорее всего, найдете ответ самостоятельно. Кстати, именно поэтому мы рекомендуем своим ученикам использовать раскрытые кисти рук.

Важнейшим этапом освоения принципа «абсолютного превосходства» являются упражнения, при выполнении которых вы будете наносить удары «быстрого касания» **по сложным (или «огигающим») траекториям**. Это означает, что атакуемые вами цели не должны быть открыты изначально, как это было ранее. Например, если вы атакуете «быстрым касанием» живот напарника, то зона атаки пусть теперь будет закрыта его руками. Следовательно, вам придется бить таким образом, чтобы «обойти» его защиту и дотянуться до цели в конечной фазе удара.

**Дистанцию, при которой вы дотягиваетесь  
до атакуемой цели по «оггибающей» траектории  
мы называем «дистанцией дотягивания»!**

Учитесь выполнять атаки и по любым другим уязвимым зонам, но никогда не забывайте о мерах безопасности! Если ваш напарник не успел адекватно среагировать, вы должны уметь остановить свой удар вблизи зоны поражения, и ни в коем случае не причинить ему вреда. Этот навык необходимо развивать и совершенствовать! Помните, что лучше остановить свой удар заранее, не доведя его до конечной *фазы*, чем случайно травмировать напарника. В дальнейшем, когда у вас будут получаться любые удары со стопроцентной гарантией, усложните свои занятия. Выполняйте удары *«быстрого касания»* **дальней рукой** и даже **за пределами дистанции «абсолютного превосходства»!** Заметим, что поначалу такие удары у вас получаться не будут, так как они требуют особой подготовки. Однако со временем вы убедитесь, что ваш противник уже не сможет парировать их, и это покажется невероятным, ведь вы действительно будете успевать его ударить практически из любой исходной позиции!

Теперь попробуйте атаковать своего напарника произвольной рукой и в любую часть тела (кроме лица, горла, паха). Это упражнение мы называем **«градом касаний»**. Вы также убедитесь в абсолютной беспомощности напарника против *хаотичных* (непредсказуемых!) атак, но здесь важно другое, ведь точно также ничего не сможет противопоставить вам и реальный противник. И все-таки многих волнует такой вопрос:

**«Можно ли сколько-нибудь эффективно противодействовать  
ударам "быстрого касания"?!»**

Если вы будете стоять на месте, то не сумеете защититься от неожиданных ударов на указанной дистанции, что обусловлено *психофизиологией* человека. Поэтому, как мы уже показывали, **лучшей защитой** от подобных *неотбиваемых ударов* является **движение**.

**Движение – лучшая защита!!!**

Только благодаря движениям вы реально сможете защитить себя в экстремальной ситуации, причем это могут быть либо атакующие действия на опережение, либо перемещения, либо иные техники, связанные с «хаотичным» изменением положения тела (например «танец небесного воина», «живой волчок», «вибрация-потряхивание» и др.).

Яркой иллюстрацией эффективности подобных защит на указанной дистанции могут служить фрагменты поединков между боксерами высокого уровня. Если на дистанции «быстрого касания» наносится удар, то он всегда достигнет цели при условии, что противник «статичен», т.е. неподвижен (или двигается достаточно медленно). Однако если противник до начала атаки уже находится в движении, то вероятность гарантированного попадания в цель резко снижается, именно поэтому хорошие бойцы непрерывно двигаются, чтобы защитить себя от любых неожиданных и быстрых ударов.

Подробно вопросы, касающиеся **секретов выполнения неотбиваемых ударов в движении**, мы будем рассматривать в нашей будущей книге «**Формула победы. Искусство реального боя**», а сейчас подскажем вам некоторые простейшие **способы «замедления» противника**, с помощью которых вы обеспечите себе явное превосходство (и неуязвимость) в реальном бою. Противника можно «замедлить» (или даже полностью «остановить»!) с помощью: **ударов, захватов, криков, синхронных движений** (или **техник «слияния»**), **жестов** или «**застывших форм**» (специальных позиций тела), **ускорением собственных движений** (вплоть до полной «остановки» движений нападающего), использованием **мыслеобразов** и т. д.

При наработке техник «быстрого касания» учитесь также выполнять удары **из неудобных позиций** (сидя, лежа, или когда ваши руки в карманах, заняты сумками и т. д.). Подобные формы тренинга значительно расширят ваши боевые возможности. Напомним, что в отсутствии напарника наши техники можно успешно нарабатывать и с «невидимым противником». Здесь очень важно приобрести именно навык выполнения быстрых атакующих движений в любую сторону и любой частью тела.

Теперь рассмотрим некоторые эзотерические вопросы, касающиеся сферы «абсолютного превосходства» (или «**Большого энергетического Шара**»). Вы будете учиться управлять энергетикой *Сферы* с помощью мыслеобразов, и одной из интереснейших медитативных техник является работа с «**Зеркальной Сферой**». Данная техника основана на том, чтобы физически почувствовать, будто стенки *Сферы* являются идеально **зеркальными**, а это означает, что со стороны никто не может увидеть, что же находится внутри вашей *Сферы*. Ни люди, ни животные не в силах заглянуть внутрь

*Большого Шара*, они могут увидеть лишь то, что находится вокруг, в том числе, и самих себя (точнее, свое мировосприятие!). Предлагаемые нами техники теснейшим образом связаны с **Учением о Невидимом Воине**, как *составной* части Учения ШАР. Действительно, при соответствующей настройке человек словно *исчезает* из поля зрения окружающих:

**Никто не сможет увидеть и понять,  
где вы и что вы делаете!!!**

Мы рекомендуем это медитативное упражнение использовать в качестве *невидимой* тренировки в быту. Отметим, что *исчезновение* из поля зрения еще не означает **физического исчезновения**, т. е. на вас будут наталкиваться, могут сбить с ног или ударить, поэтому будьте внимательными, чтобы не выдать своего присутствия!

Откроем вам еще один из глубинных смыслов **Сферы «абсолютного превосходства»**: используя ее свойства, человек может **путешествовать** во *Времени* и *Пространстве*, причем «механизм» данного явления прост и легко объясняется с научной точки зрения, но об этом расскажем позже. В качестве иллюстрирующего примера можно привести эпизод из фантастического фильма-боевика «**Терминатор**», в котором действующие герои путешествуют во *Времени* внутри некоей «**энергетической сферы**» (или «**капсулы**»).

**С помощью сферы «абсолютного превосходства»  
можно даже путешествовать во Времени  
и Пространстве!!!**

Отметим, что в данном эпизоде из художественного фильма, если проводить аналогии с техниками и упражнениями ШАР, есть немалая доля *Истины*, которую фантасты (благодаря **свободе творчества**) сумели открыть *интуитивно*, и об этом мы расскажем в дальнейшем. Пока лишь упомянем, что на начальных этапах мы рекомендуем использовать **техники вращения самой** Сферы «абсолютного превосходства» и техники вращения **внутри** Сферы «абсолютного превосходства» (подобно техникам «**живого волчка**», описанным в нашей книге «Мастер рукопашного боя»). Кроме того, предлагаемые нами техники и медитации тесно связаны с древнерусской языческой *Традицией «оборачивания»*, когда герой русской *Волиебной сказки* превращался в

кого-нибудь другого (т.е. менял свой облик) или оказывался в ином месте и времени. Как мы уже показывали, Сказки народов Мира (а также Легенды и Мифы) сохранили «воспоминания» об удивительных способностях и возможностях наших *Предков*.

В завершение главы отметим, что *принцип «абсолютного превосходства»* является наглядным **тестом на «профпригодность» любой системы единоборств!** Вы уже знаете, что зрелищность и красота выполнения каких-либо приемов и техник вовсе не гарантирует, что они будут эффективны в реальных условиях, поэтому мы рекомендуем критически оценивать боевые техники, изучением которых вы занимаетесь. Это поможет вам избежать ложных представлений об искусстве реального боя и не тратить время напрасно, однако самое главное – другое:

**В пределах дистанции «быстрого касания»  
любой неожиданный и быстрый удар  
становится неотбиваемым!!!**

Причем **не важно**, стоит противник или активно перемещается, пытаюсь одновременно парировать направленные против него атаки. Если вы находитесь на **своей** дистанции «*быстрого касания*», то **никто** не сможет отбить ваши удары. Именно этот установленный нами факт является сенсационным *Открытием* в Мире боевых искусств и одновременно – камнем преткновения для понимания адептов и мастеров других Школ и стилей, не говоря уже об их многочисленных последователях и учениках. Они не могут поверить, что на дистанции «**быстрого касания**» защититься **невозможно**, ведь в противном случае им придется признать, что **тренируются** они, мягко говоря, **неправильно**, а большинство техник и приемов из их арсенала – **ложные!** Если это действительно так, то придется пересматривать все методики обучения и способы наработки боевых техник, а это не так просто сделать, так как весь их арсенал целиком построен на использовании движений и принципов, не учитывающих дистанции «*быстрого касания*».

В качестве убедительного примера раскроем сейчас **секрет**, который мы называли «**ловушкой для "профессионалов"**».

**Наши Открытия – это настоящая ловушка  
для «профессионалов»!!!**

Когда вышла наша книга «Как побеждать любого противника. Сенсационное Открытие в Мире боевых искусств», то профессионалы официально никак не отреагировали на нее. Дело в том, что они оказались в непростой ситуации: ведь если сказать, что Брагины правы, значит придется признать свою некомпетентность, а если, наоборот, заявить, что наше Открытие им было известно, то возникает вопрос: «Почему они абсолютно не учитывали его на практике?!» Ловушка! Тем не менее, прошло уже несколько лет с момента **обнародования** нашего *Открытия*, и ситуация, наконец, созрела – профессионалы, похоже, убедились, что в статике (когда противник неподвижен или движется относительно медленно!) наш принцип, как это ни прискорбно для них, работает, но, дескать, в этом нет ничего особенного, ведь настоящая схватка – это всегда динамика, движения, обоюдное стремление ударить противника. А вот здесь-то «Открытие Брагиных» не работает, или – работает, но с очень большой натяжкой. Во всяком случае именно так им хотелось бы представить.

Профессионалы *почему-то* решили, что наше *Открытие* распространяется **только** на «статичные» (!) ситуации, и в этом – их **главная ошибка**.

Напомним, что в **первом издании** нашей книги «Как побеждать любого противника», формулируя **суть** нашего *Открытия*, мы писали:

«Теперь мы раскроем вам один из глубинных смыслов данной техники:

**Внутри этой сферы все ваши атаки  
становятся неотразимыми!!!**

Это означает, что любой человек (независимо от уровня своей подготовки!) абсолютно беззащитен, если удар против него выполняется на указанной дистанции. Вы можете ударить его куда захотите, и он ничего не успеет сделать, даже если будет знать, куда вы его будете атаковать. Это неопровержимо доказано нашими многочисленными экспериментами, проводимыми с людьми различного возраста, телосложения и психофизическими способностями. Человек, даже обладающий повышенной скоростью реакции, точно также беззащитен перед атаками на указанной дистанции» (стр. 73, глава «Сенсационное Открытие»).

Теперь же, в **дополненном и переработанном** издании книги, мы добавили всего лишь небольшое уточнение, но это уточнение находится в абсолютном соответствии с **формулой** нашего *Открытия*:

«Теперь мы раскроем вам один из глубинных смыслов данной техники:

**Внутри этой сферы все ваши атаки  
становятся неотразимыми!!!**

Это означает, что **любой человек** (*независимо* от уровня своей подготовки!) **абсолютно беззащитен**, если удар против него выполняется на дистанции *досыгаемости*, причем **не важно**, стоит ли он неподвижно или находится в движении! Вы можете ударить его куда захотите, и он ничего не успеет сделать, даже если будет знать, куда и чем вы его будете атаковать. Это неопровержимо доказано нашими многочисленными экспериментами, проводимыми с людьми различного возраста, телосложения и психофизическими способностями. Человек, даже обладающий *повышенной* скоростью реакции, точно также беззащитен перед атаками на указанной дистанции».

Обратите внимание, что свое пояснение мы выделили сейчас **подчеркиванием**. Скорректированный текст «говорит» о том, что применение *принципа «быстрого касания»* внутри *Сферы «абсолютного превосходства»* **справедливо** и по отношению к «статике», и по отношению к «динамике».

Таким образом, мы видим, что специалисты не смогли разобраться в этом и не захотели на практике лично убедиться в практической эффективности неотбиваемых ударов в реальных схватках. Они посчитали, будто *то*, о чем мы пишем, *Открытием* **не является**, так как это... «всем давным-давно известно»!

Реакция представителей Мира боевых искусств была предсказана нами заранее, о чем мы уже писали в нашей первой книге («Мастер рукопашного боя»).

**Никто не захочет признаться в том,  
что не знает «очевидных» истин!**

Разве не очевидно теперь, что на дистанции *досыгаемости* (обратите внимание, что речь идет о той дистанции, с которой обычно и наносят удары на поражение!) нельзя защититься?!

Некоторые завистники и злопыхатели **пытаются принизить** роль и значение нашего *Открытия* и заявляют, что, по их мнению, никакого *Открытия* мы не сделали, а один «умник» даже изрёк: «**А я тоже сделал... открытие!**» И добавил: «Если научиться очень быстро бегать, то можно убежать от любого противника!» К сожалению

нию (или к счастью!), настоящие открытия сделать не так просто, поэтому можно лишь посмеяться над подобными «заявлениями».

Или вот другой пример из *Гостевой книги* нашего сайта ([www.shkola-shar.narod.ru](http://www.shkola-shar.narod.ru)), причем это пишет человек **спустя семь (!) лет** после появления наших первых публикаций об *Открытии*:

**Александр Михайлович:**

*«Здравствуйте, Михаил и Ирина. С большим интересом читаю Ваши книги, многое мне нравится в Вашей системе. Но только сейчас появилось время написать. Хотелось бы поговорить о главном принципе Вашей школы "Быстрое касание" и неотбиваемые удары. Не совсем понятно, почему это является Вашим открытием. Подобную технику я практикую с 1981 года и показываю её своим ученикам. Я встречался с разными мастерами с превосходной казалась бы реакцией, но ни один не успевал среагировать на удар. Хочу сказать об одном нюансе – когда на эти удары на вытянутую руку ученики начинают реагировать, то я усложняю задание. Можно на стопу стать дальше и тогда в удар вовлекается всё тело. Но и в этом случае ученик не всегда успевает среагировать. Я не ставлю это себе большой заслугой, но хочу официально заявить, что принцип "быстрого касания" и невидимых ударов я у Вас не воровал, если мне кто-то об этом скажет. А в остальном Ваши книги интересны, с удовольствием их читаю».*

Мы предлагаем вам сейчас **самостоятельно** разобраться, в чем принципиально ошибается автор данного сообщения и какую **чушь** он написал о своих «**достижениях**»!!! Особое внимание обратите на его слова: «когда на эти удары на вытянутую руку ученики начинают реагировать, то я усложняю задание...»!!!

Мы спрашиваем:

**«Понимает ли этот человек, в чем состоит  
суть нашего Открытия?!»**

Пусть это звучит высокопарно, но, по нашему мнению, вся **глубина** и **прикладное значение** нашего *Открытия* еще долгое время будут осмысливаться нашими современниками и потомками.

### **Что же дает человеку знание сути нашего Открытия?!**

Мы уже приводили ранее ставший почти классическим **«пример с доской»**, которая может лежать на земле или висеть над пропастью. В первом случае любой человек уверенно пройдет по ней до конца, тогда как во втором случае это сможет сделать далеко не каждый, а только специально обученный и подготовленный человек. Так и в нашем случае, **зная о сути Открытия**, любой человек сможет уверенно победить противника независимо от уровня его (и своей) подготовки. Для женщин, детей, стариков и всех тех, кого *Природа* не наградила особыми физическими данными или возможностями, наши *Знания* – настоящий **Подарок Судьбы!**

Обратите также внимание, что **ни в одной (!) из книг или телепередач**, посвященных самообороне или боевым искусствам (БИ), не упоминается сделанное нами сенсационное *Открытие!* Информация о нашем сенсационном *Открытии* **намеренно замалчивается** так называемыми «экспертами» и «специалистами», а ведь подобное *замалчивание* приводит к *тому*, что **большинство людей** не знают об одном из самых **фундаментальных Мировых Открытий**, значимость которого невозможно переоценить.

### **До сих пор большинство людей не знают о нашем сенсационном Открытии!!!**

А ведь, ничего не зная о сути нашего *Открытия*, человек не способен **адекватно** вести себя в **экстремальных ситуациях!** Более того, приемы и техники, которыми «вооружают» его специалисты по боевым искусствам, не будут «работать» в реальных условиях: когда противник не подыгрывает, а ведет себя так, чтобы убить или покалечить свою жертву.

Мы считаем, что ведущие и участники подобных телепередач и учебных фильмов (а также авторы многочисленных книг и пособий по единоборствам или уличной самообороне) должны **в первую очередь сообщать** своим зрителям о том, что существует такой *принцип*, который называется **принципом «абсолютного превосходства» (или принципом «быстрого касания»)**.

Суть этого поистине *Волшебного принципа* состоит в том, что **на дистанции досягаемости** своих рук и ног **любой человек** способен нанести **неотбиваемый удар** и

**никто (!)** не в силах его отбить. Обязательно должно быть пояснение, что «механизм» нанесения таких *неотбиваемых ударов* удивительно прост: на неожиданное и быстрое атакующее движение (удар или захват) человек реагирует в два раза медленнее, чем быстрота самого удара (или захвата), т.е. **изначально** в каждом человеке заложена способность бить быстрее, чем кто-либо успевает реагировать. Зная об этих *Реалиях* и учитывая *принцип «абсолютного превосходства»*, можно **адекватно** действовать в опасной ситуации и выйти победителем в столкновении даже с намного более сильным и подготовленным противником.

Если же эксперты по боевым искусствам **не раскрывают** своим слушателям (или ученикам) **суть** нашего (!!!) сенсационного *Открытия* в Мире боевых искусств (речь идет об использовании *принципа «быстрого касания»* внутри **сферы «абсолютного превосходства»**), то это означает, что они **внушают ложную уверенность** людям относительно их реальных сил и возможностей, со всеми вытекающими отсюда негативными последствиями!

### Глава 3 Ключи к абсолютной победе

*Нужно ли реагировать на несправедливую критику? Адекватно ли это? Все техники ШАР – авторские! Знание Истоков древних Учений – ключ к разгадке Высших Тайн! Утраченные Знания Северной Традиции. Чему удивлялись адепты Шоу. Древнеарийские Истоки китайского слова «Дао»! Жестикуляция (или как связаны «шоу» и «show»?). Что означает название китайского трактата «У бэй чжи»?! Наша расшифровка китайского названия «у-шу». **Закрытые публикации** и... сенсационные **открытия**. Адекватность реагирования – ключ к абсолютной победе! Не следуйте «канонам»! Примеры адекватного поведения. Притча о двух монахах. Как отличить инструктора ШАР от шарлатана. Этимология слова «шарлатан». Анекдоты в народной Традиции. Адекватность – это зеркало?! Следование Законам Природы – необходимое условие победы. Как действие рождает противодействие. Если вас хотят убить. Принцип «быстрого касания» как ключ к абсолютной победе в реальной схватке. Как научиться адекватному реагированию. Мы не состязаемся ни с кем, поэтому – непобедимы! Об агрессивной самообороне, или как побеждать всегда! Владение техниками превосходства. Кто победит, если встретятся два Мастера? Высшие техники боя. «Слияние с Потоками» и «Небесный Воин». Ключ к управлению временем (мыслями, ощущениями)! «Взгляд в Душу» (или «Взгляд Силы»). Кто такие «бандиты». Искусство жизни и адекватность. Оперезающее реагирование. Свобода – ключ к развитию любых сверхвозможностей!!!*

Нас, как авторов, нередко спрашивают: «Стоит ли так остро реагировать на несправедливую критику в свой адрес? Может, лучше руководствоваться мудрым принципом "собака лает, караван идет" и просто не обращать внимания на враждебные выпады?»

#### **Нужно ли реагировать на критику?!**

По нашему мнению, здесь очень многое зависит от того, какая это «критика». Если она – объективная, мы будем только рады ей, а вот если – злобная, лживая, агрессивная, то мы убеждены, что отвечать на неё просто необходимо, и это будет – АДЕКВАТНО! Представьте себе, вы сделали *Открытие*, а вам говорят: «Да никакое это вовсе не открытие! То, что вы предлагаете, давным-давно всем известно!» Или – другой вариант: «Вы украли это *Открытие* у господина Х!». Как, по-вашему, следует поступать в таких случаях?.. Вы знаете, что это – действительно *Открытие*, причем сделали

его именно Вы, и что господин Х. не имеет к нему никакого отношения!!! Если вы не ответите, то это однозначно будет расценено, как ваше молчаливое согласие с выдвигаемыми «обвинениями». Многие подумают, что вам просто нечего сказать в свою защиту и что вы не можете доказать свое авторство. Здесь будет нелишним рассказать о том, как относятся к авторским правам в разных странах. Заметим, что представления об **авторском праве** в европейском и в восточном понимании действительно во многом отличаются, а термин «**интеллектуальная собственность**», похоже, вообще считается изобретением исключительно европейским. На Востоке традиционно не принято говорить о своем авторстве; наоборот, все восточные Учителя и Мастера предлагают свои *Знания*, как древнейшую *Традицию*, передаваемую из поколения в поколение: от отца к сыну, от Учителя к ученику. Самое интересное, что они не далеки от истины, и передача *Знаний* на Востоке идет из глубин тысячелетий, но вот действительно ли передаваемые ими *Знания* не имеют автора?.. У нас есть все основания утверждать, что *Древние Знания*, которыми так гордятся на Востоке, были принесены нашими *Предками*, и именно поэтому восточные Учителя и Мастера не являются их авторами! Эти *Знания* были уже известны и открыты задолго до них, и они лишь передавали древнейшую праевропейскую *Традицию*.

Отголоски *Высших Знаний* сохранились и дошли до наших дней практически в первозданном виде, однако еще раз напомним, что это были уже **языческие** (или **послекатастрофные**!) *Знания*. Мы хотим донести до вас достаточно ясную мысль. Учтите, что *Древние Знания* **изначально были праевропейскими**, именно европейские (!) ученые и исследователи могут разобраться в их ныне утраченном смысле! Вспомните китайскую «*Книгу Перемен*», превращенную на Востоке в объект для гадательных практик, «*карты Таро*», астрологию и многое другое.

Когда летом 2005 года вышла наша вторая книга, посвященная нашему сенсационному *Открытию* в Мире боевых искусств, то практически никого она не оставила равнодушным! В Интернете на разных форумах наряду с положительными отзывами появились также и весьма негативные. На вопрос о том, что вы можете сказать о книгах «Мастер рукопашного боя» и «Как побеждать любого противника», некоторые критики заявляли: «Ничего нового!!! Всё, о чем пишут Брагины, давно известно каждому, кто серьезно занимается боевыми искусствами». А другие добавляли: «И ничего авторского!!! ШАР – это дешевая компиляция из неумелого Шоу Дао и пары приемов из АРБ (примечание авторов: АРБ – армейский рукопашный бой). Плюс много рассуждений о небесной крутизне!»

**Представляете себе?! Ничего нового!..**

**Ничего авторского!!!**

Заметьте, что наши критики нередко противоречат сами себе, ведь мы рассказываем о том, что на Восток *Высшие Знания* были принесены нашими *Предками* (арийскими этносами, или праевропейцами), и что **ничего своего** там нет и не было! Более того, мы пишем о том, что у *Истоков* всех древних Цивилизаций Земли были представители *Белой расы*, и после этого нам говорят: «Ничего нового»? То есть, надо полагать, данные факты давным-давно всем известны?! Сомневаемся! Если вы пообщаетесь с людьми, серьезно занимающимися боевыми искусствами и глубоко интересующимися *Культурой* и *Традициями* Востока, то они будут в явном недоумении относительно «подобных» *Истоков*.

«Разве Восток – не колыбель Цивилизации?! – искренне удивятся они. – И разве Китай не является *Прародиной* боевых искусств?!»

**Разве Восток – не колыбель Цивилизации?!**

Только наиболее эрудированные скажут вам, что на самом деле все боевые искусства зародились в *Древней Индии*, и именно оттуда они попали в Китай, Японию, Корею и т. д. Однако даже эти утверждения, как вы теперь знаете, не вполне соответствуют *Истине*, так как в Индию эти *Знания* принесли *арию*! Обо всем этом мы подробно рассказываем в наших книгах. Более того, все эти вопросы, на наш взгляд, настолько важны, что уже в ближайшее время мы планируем подготовить и опубликовать отдельную книгу, посвященную исключительно исторической тематике.

**Знание Истоков древних Учений –  
ключ к разгадке Высших Тайн!!!**

Это легко понять на примере изучения таинственного *Наследия* древнеарийской Цивилизации (или **Ра-Цивилизации!**), а ведь многие историки вообще не признают факта ее существования, считая, что в *Древности* было лишь несколько древнейших *Государств* (Шумер, Хараппа, Египет, Китай и др.), которые возникли неизвестно откуда и неизвестно куда исчезли, оставив после себя одни загадки. Разобраться в этом

пестром многообразии *Культур* и *Традиций* не под силу даже профессионалам, не говоря уже об обычных людях. Более того, некоторые «исследователи», пользуясь «неразберихой», пытаются навязать обществу ложные мнения. Одни начинают превозносить семитские народы, утверждая, что именно им *Боги* передали свои *Высшие Знания*, и они являются единственными их наследниками. Кто-то, наоборот, восхваляет славянские народы, утверждая, что только они являются прямыми потомками языческих *Богов*. Третьи пытаются доказать, что первооткрывателями и изобретателями всего были... китайцы, а четвертые убеждены в том, что самыми древними и цивилизованными являются коренные жители Африки и все свои знания *Белая раса* получила от них.

Так, где же Истина?!

За всеми этими спорами почему-то скрывается (или теряется?!) тот факт, что ученые до сих пор не могут **вразумительно** ответить на вопрос:

### «А откуда, собственно, взялась Белая раса?!»

Вот уж, действительно, **загадка тысячелетий**, а ведь ответ на нее позволил бы понять, что же происходило на нашей Земле тысячи лет назад. Тем не менее, в первой главе этой книги мы уже ответили на этот важнейший вопрос, и вы уже знаете, откуда на Землю прибыли *Боги*. Подробно об этом мы расскажем в дальнейшем, а сейчас вернемся к основной теме.

Имеются ли какие-либо секретные техники, с помощью которых можно побеждать любого противника?!

### Что такое «Абсолютное Оружие»?!

Существует ли оно на самом деле?! А если существует, то где находится в настоящее время?! Кто его создал и как управлять им?!

Вот лишь малая часть вопросов, над которыми ломают голову уже в течение многих лет не только фантасты, но и ученые всех стран, причем особый интерес к этим вещам проявляют в первую очередь военные ведомства. Современные исследователи теперь чуть ни под микроскопом изучают *древнеарийские* тексты, в которых упоминается описание, применение и воздействие этого страшного *Оружия*, а ведь еще сравнительно недавно (вплоть до изобретения ядерной бомбы) многое из *Наследия* наших

*Предков* считалось лишь вымыслом, или *Мифом*, не имеющим под собой никакой реальной основы.

Древние (уже языческие!!!) источники на *санскрите* сообщают, что при применении этого *Оружия* в небе возникала вспышка света «**ярче десяти тысяч Солнц в зените**»!!! Вся Земля содрогалась, а люди и звери приходили в ужас и трепетали перед ужасной мощью «**Оружия Богов**»! Каково же было изумление ученых, когда во время испытаний ядерной бомбы возникла **вспышка**, яркость которой в тысячи раз превосходила яркость Солнца. Ученым вдруг стало совершенно ясно, что в древнеарийских текстах описывалось не «мифическое», а самое что ни на есть реальное *Оружие*!

Наши языческие *Предки* называли его «**Оружием Брахмы**» (или «**Оружием Богов**»). Любопытная деталь – *Оружие* приводилось в действие с помощью... *мысли*, а иногда с помощью *слов* (или «*мантры*»).

### Представляете себе уровень древних технологий?!

Кстати, в местах нанесения ядерных ударов земля, камни и стены городов оплавлялись до состояния аморфной *стекловидной* массы темно-зеленого или черного цветов. Остатки этих оплавленных пород дошли до наших времен в виде тектитов, которые находят в самых разных уголках нашей планеты. Иногда встречаются даже целые тектитные поля, о чем мы уже рассказывали в главе «История Великой арийской Цивилизации». Однако давайте задумаемся, является ли **Абсолютное Оружие** ключом к абсолютной победе?! Можно ли победить, если уничтожить всех и вся?! Надеемся, что вы правильно сможете ответить на эти непростые вопросы.

А теперь представьте, что вы изучаете **чужую Традицию**! Кто может дать *гарантию*, что вам передают ее без искажений и в полном объеме?! Многочисленные последователи восточных *Учений* даже не представляют себе, *что* зачастую предлагается им под видом каратэ, у-шу, таэквондо, муай-тай, цигун, йоги и др. Обо всем этом у нас еще будет разговор впереди, а сейчас вернемся к упомянутому выше тезису «**Ничего нового!**»

Если даже чисто теоретически предположить, будто он соответствует действительности, то получается, что всем уже давно известно, как побеждать любого противника независимо от уровня его подготовки?!

**Неужели всем давно известно,**

**как побеждать любого противника  
независимо от уровня его подготовки?!**

Спрашивается, *почему же* тогда во всем Мире существует такое огромное количество Школ и стилей единоборств, которые, к тому же, еще и **соостязаются** между собой, чтобы выявить «лучших из лучших»??. Если провести непредвзятый анализ любой подобной Школы, то вы увидите, что в арсенале их движений (и методиках тренировок) совершенно не учитывается даже хоть какое-то представление о нашем сенсационном *Открытии*.

В качестве примера можно упомянуть о тех книгах, в которых (если судить по их *сенсационным* названиям), казалось бы, и должны излагаться эти *Высшие Знания*:

1. «**Как победить зеленого берета**» А. Медведева;
2. «Секреты уличных единоборств: **как победить любого противника** в экстремальной ситуации» Д. Куропаткина;
3. «Кобудо. Уроки Мастера: секретные приемы **победы над любым противником**» И. Линдера.

А в 2007 году издательством «АСТ» была выпущена книга **китайского автора** Вэйсунь Ляо «**Как побеждать любого противника**. Секреты боевых искусств Китая», аннотация к которой (читайте и **удивляйтесь!**) сообщала:

*«В этой книге вы найдете новый, современный перевод трех оригинальных классических текстов древних мастеров Тай-Цзы – так называемой "Библии Тай-Цзы", что позволит вам освоить не только древнюю философию, но и практическую технику медитативных движений. Автор надеется, что таким образом вам удастся получить более полное и глубокое представление о философии Тай-Цзы и ее приложении к практическому боевому искусству. Мастер Ляо дает подробное описание медитативных движений Тай-Цзы, иллюстрированное его собственными рисунками».*

Однако мы спрашиваем: «О каких "секретах боевых искусств Китая" может рассуждать человек, не знающий, что такое "Тай-Цзы"?!»

Вэйсунь Ляо пишет: «Тай-Цзы – это образ жизни, практиковавшийся в Китае в течение нескольких тысячелетий» (стр. 11). И далее: «Тай-Цзы значит "предел". Одновременно это значит поступательное движение, развитие, которому нет пределов; это значит необъятность и вечность» (стр. 13).

Если вы уже знакомы с нашей расшифровкой китайского названия «Тай-Цзы», то вам должно быть понятно, что человек, утверждающий, будто слово «Тай-Цзы» означает «Предел», на самом деле не знает, что это такое!

### **Представляете, китайцы не знают, что такое «Тай-цзы»?!**

Напомним, что, согласно нашей расшифровке, «Тай-Цзы» означает буквально «Тайна Жизни»! Именно поэтому символом «Тай-цзы» является знаменитая монада в виде взаимопроникающих «мужского» и «женского» начал.

### **«Тай-Цзы» – это «Тайна Жизни»!!!**

Однако вернемся к упомянутым книгам.

Разве в книгах со столь **громкими** и **сенсационными названиями** нет *Знаний*, которые предлагаем мы?! На этот вопрос вы легко сможете ответить самостоятельно, если удосужитесь их прочесть. Тогда вы убедитесь, что никому из указанных авторов абсолютно неизвестно то, о чем пишем мы, а названия этих книг (как это нередко бывает) вообще не соответствуют их реальному содержанию.

Наше утверждение об **абсолютной Мировой новизне** *Открытия* не является голословным, и достаточно провести сравнительный анализ любых современных публикаций, посвященных техникам (и методикам) той или иной Школы, чтобы наглядно убедиться в этом. Некоторые читатели совершенно справедливо замечают: «Однако, может быть, существуют какие-либо *закрытые* публикации, предназначенные для служебного использования, например, для сотрудников спецслужб? Может быть, там описываются *Открытия*, подобные вашему?»

Во-первых, *Открытие* потому и называется «**открытием**», что его *суть* открывают. Если же человек, сделавший открытие, счел необходимым по каким-либо причинам утаить его, то для подтверждения своего приоритета он должен привести документальные доказательства.

Во-вторых, если бы нечто подобное уже было известно в силовых структурах, то при подготовке бойцов спецподразделений эти «**новшества**» непременно использовались бы, тогда как на самом деле мы видим, что разработчики «*суперсистем*» рукопашного боя абсолютно не учитывают тех реалий, которые мы описываем. Безусловно, все понимают необходимость развития у бойцов таких качеств как *сверхскорость*, *сверх-*

*точность, сверхреакция* и т. д., но достаточно проанализировать их методики, чтобы стало ясно, *насколько* это отличается от всего, что предлагаем мы, и подробнее об этом вы сможете прочитать в нашей будущей книге «**Сверхвозможности бойца**».

### **Мы гарантируем, что все наши техники – авторские!!!**

Причем слово «**автор**» мы расшифровываем как «**а-втор**», т.е. «**не втор(ящий)**» кому-либо, или, что то же самое, «**не втор(ой)**», а следовательно: «**первый**»! Иногда нас еще умудряются обвинить в «**неумелом**» Шоу Дао, *спекулируя* на общих (древнеарийских!) *Истоках* ШАР и Шоу Дао! Поэтому для тех, кто не знает, поясним, что Шоу Дао – это языческая *ветвь* древнеарийского *Учения*, которая несколько тысяч лет назад была унесена вместе с одним небольшим языческим **племенем белых людей** на Юг и затем на Восток. Здесь чрезвычайно важным является то обстоятельство, что даже адепты Шоу Дао искренне удивлялись тому, что у *Истоков* их *Учения* было какое-то «**племя белых людей где-то на Севере Европы**»!!! Это удивление подтверждает сам факт утраты *Высшего Знания* на Востоке, в том числе, *Знания* о существовавшей тысячи лет назад Великой арийской Цивилизации, или «**Цивилизации Богов**». Именно в силу утраты *Знаний* о *Мировой Истории* восточные последователи Шоу Дао уже не представляют, *почему* их Школа имеет столь необычное название – «*Путь Спокойствия*», или «*Дорога Бессмертия*», ведь с китайского языка иероглифы «шоу» и «дао» переводятся соответственно как «кисть» («рука») и «путь» («дорога»).

«**Шоу Дао**» должно переводиться как «**Путь кисти**» (или «**Путь руки**»), а это почти то же самое, что и каратэ-до, которое специалисты переводят с японского как «*Путь пустой руки*». Справедливости ради отметим, что иероглиф «шоу» иногда переводят как «*Спокойствие*», но, похоже, не вполне понимают тот глубинный смысл, который отражен в этом названии. Чтобы убедиться в истинности наших слов, познакомьтесь с их разъяснениями на данную тему. Добавим также, что по звучанию китайский иероглиф «шоу», означающий «кисть» (или «рука»), практически созвучен англоязычному слову «**show**», которое означает «**показывать**».

### **Что же показывает «шоу»?!**

Не случайно «**язык жестов**» столь популярен во всем Мире, ведь с их помощью можно показать очень многое. Отметим, что жесты понимают и животные. Древнеа-

рийское англоязычное слово **«show»** означает ни что иное, как жестикуляцию, показ или демонстрацию, а это почти то же самое, что и значение китайского иероглифа, обозначающего кисть или руку.

В отличие от Школ Востока, мы подробно объясняем своим ученикам, *почему* наше *Учение* (или *Учение ШАР*) является *Учением Бессмертных* (*Спокойных, Мудрых, Совершенных* и т. д.). Если на китайский язык переводить название **«Путь Бессмертия»**, то оно должно звучать как **«Сянь Дао»!!!** Но никак не **«Шоу Дао»!** А что такое, по-вашему, **«сянь»?** С точки зрения **Шар-этимологии**, китайское слово **«сянь»** – это трансформировавшееся индоевропейское слово **«сан»** (или **«Солнце»**)! А **«Сан»** (или, что то же самое, **«Сянь»**) означает **«с Ан(ом)»!**

### **«Сан» означает «с Ан(ом)»!**

О чем мы еще подробно расскажем в дальнейшем. Кстати, от этого же корня (а на самом деле – от имени *Бога Ану*) происходит и китайское слово «ян», где **«Ян»** – это **«Йан»**, т.е. **«Ан»!** В главе «Власть над эмоциями» мы расскажем о происхождении второго значения самоназвания древнеарийского *Учения* (смотрите нашу расшифровку слова **«арья»!**).

Что касается загадочного и ласкающего слух любого восточника слова **«дао»**, то мы утверждаем, что оно является трансформированным в китайском языке русским словом **«дорога»**. Заметьте также, что произносится это слово как **«дарога»**. В китайском языке очень **редко встречается** буква **«р»**, а сами иероглифы – краткие по звучанию; они представляют собой только отдельные слоги. Напомним, что именно **в Китае** сохранилась древняя *Легенда о десяти (!!!) Солнцах*, которые однажды вспыхнули в *Небе*, выжигая все вокруг. Именно тогда, как мы показываем, длинное слово **«дорога»** трансформировалось в **«да-о-га»**, или → **«да-о»!** Заметьте, что слог **«га»** (а ведь именно он на *Праязыке* наших *Предков* означал **«дорогу»**, или **«путь»!**) «необъяснимым» образом исчез. Осталось только **«дао»!**

### **Сомневаетесь в правильности нашего толкования китайских слов и названий?!**

Тогда приведем еще один убедительный пример.

Знаете ли вы, как **китаеведы** переводят название *китайского* трактата «**У бэй чжи**»?! Они заявляют, что соответствующие иероглифы означают буквально «**Энциклопедия боевых искусств**»! По нашему же мнению, название этого трактата, в котором изображены приемы и способы *травмирования* (и даже *убийства*), переводится как «**Убей Жизнь**».

**«У бэй чжи» – это «Убей жизнь!»**

Разве **маститые китаеведы** догадываются о том, как *правильно* перевести с китайского на русский *это* и *многие другие* названия?! А что означает древнее название «**у-шу**», которое специалисты обычно переводят как... «**воинское искусство**»?!

Познакомьтесь с нашей расшифровкой этого древнего названия:

Мы расшифровываем это название с учетом произошедших (вследствие общепланетарной Катастрофы) мутаций, из-за которых в китайском языке произошло «**выпадение**» согласной «**р**», и утверждаем, что «**у-шу**» – это «**у-шур**», или «**у-сур**», что означает «**не Сур**». При этом корень «**Сур**» мы расшифровываем как «**с ур**», или, что то же самое, «**с Ра**» («**тот, кто с Ра**»). И действительно, все искусство «**у-шу**» основано на **подражании** (!) каким-либо животным, птицам, мифологическим персонажам и т.п., а это абсолютно не свойственно «**Ра**» (или «**Сурье**»).

**Китайское «у-шу» – это «не Сур(ья)»!**

По сути, китайское «**у-шу**» представляет собой «**лунную Традицию**» (со всеми вытекающими отсюда практическими выводами и последствиями). Как *Луна* отражает свет *Солнца* («**Ра**»), так и «**у-шу**» **отражает** окружающий Мир, **копируя** различные его аспекты.

В книге, посвященной **Шар-этимологии** (или, что то же самое, «некорректной» этимологии ШАР), мы приведем немало интересных примеров, показывающих *Истоки* происхождения в китайском, японском и других языках Мира слов с корнями *Праязыка* наших *Великих Предков*. Вы увидите, что **корни Праязыка** сохранились практически **во всех языках** Мира, благодаря чему можно разобраться в *Истоках* происхождения всех древних Цивилизаций Земли и установить многие факты нашей древнейшей Истории.

В своих книгах мы подробно рассказываем о нашем сенсационном *Открытии* в Мире боевых искусств, об удивительном **принципе «абсолютного превосходства»**, владение которым *гарантирует* победу в реальном схватке над любым противником. Мы не предлагаем вам ложных или ошибочных боевых техник. Все, что мы описываем, проверено нами лично (и нашими учениками) в жизни, поэтому не надо верить нам на слово! Споры о том, «работают» эти техники или нет, легко решаются на практике. Мы убеждены, что жизнь многих людей может спасти *Знание* о сути нашего *Открытия*. В реальном бою достаточно лишь выйти на дистанцию «*быстрого касания*», и победа вам гарантирована. Вопрос состоит только в том, *как* сблизиться с противником на указанную дистанцию?!

Кроме того, чтобы побеждать всегда, необходимо обладать особыми качествами, однако наиболее важным из них является умение **адекватно реагировать**, и мы не случайно дали своей Школе такое название. В реальном бою важны не какие-либо приемы или секретные техники, а, прежде всего, поведение человека! Мы утверждаем и показываем, что **Ключом к абсолютной победе** является **адекватное реагирование**, и достижение *адекватности* является одной из важнейших *Целей* обучения в ШАР:

### **АДЕКВАТНОЕ РЕАГИРОВАНИЕ – ЭТО КЛЮЧ К АБСОЛЮТНОЙ ПОБЕДЕ!!!**

Заметим, что сам термин «реагирование» не должен вводить вас в заблуждение, ведь некоторые под этим словом ошибочно понимают лишь *ответную* реакцию. На самом же деле, это и *упреждающие* действия.

Согласно древнеарийской *Традиции*, **Жизнь есть Борьба!** Каждый человек должен научиться защищать свои интересы и интересы своих близких, а также жизнь и здоровье всех, кто ему дорог. Именно поэтому мы хотим вооружить своих учеников и последователей специальными *техниками превосходства*, владения которыми вполне достаточно для уверенной победы в реальном бою. Однако важно не только это. Ни для кого не секрет, что с возрастом люди стареют и постепенно утрачивают не только быстрое здоровье, но и саму *Радость Жизни*, поэтому ученики ШАР заранее готовятся к подобным «*перспективам*»: они ежедневно занимаются своим здоровьем, выполняют специальные гимнастики и медитации, правильно питаются и т. д. Таким образом, *адекватное* реагирование (по своей сути!) является ни чем иным, как *Искусством Жизни*.

Что же касается рукопашного боя, то мы сейчас приведем отдельные цитаты с нашего сайта ([www.shkola-shar.narod.ru](http://www.shkola-shar.narod.ru)), чтобы разъяснить, что же мы понимаем под словом «адекватность» в реальном уличном столкновении:

#### **Вопрос Егора:**

*«Рукопашный бой на поражение – это конечно хорошо. Удары в уязвимые точки, в глаза, пах, горло. Противник лежит искалеченный, а мы бежим от места происшествия подальше. Главное, чтобы свидетелей не было. И совесть не мучает, ты ни на кого первым не нападаешь, он сам подошел и, угрожая ножом, пытался ограбить, или поиздеваться. Но бывают случаи, когда нападающие – это знакомые люди, живущие рядом, учащиеся в одной школе, классе и знающие, где тебя искать. И нападающие эти состоят в бандитской (или хулиганской) группировке. И, искалечив одного из них, рискуешь встретить около подъезда своего дома целую шайку с битами, ножами, а то и с пистолетами. А ты не имеешь таких крутых друзей, которые могут за тебя заступиться. Если нарвавшийся, хоть и не имеющий друзей отморозков, а просто наглый тип, то все равно после драки хорошенько его отколбасив, можно иметь дело и с милицией. А еще и посадят, если нечаянно искалечишь кого из знакомых, или при свидетелях. Уважаемые Михаил и Ирина, какие в таких случаях будут рекомендации по системе ШАР?»*

#### **Наш ответ:**

*«Уважаемый Егор, одним из важнейших качеств мы считаем способность человека к адекватному реагированию!!! Применительно к рукопашному бою **адекватное реагирование** предполагает такие действия, которые полностью соответствуют реальной угрозе: например, мы не предлагаем калечить противника, если он вам просто наступил на ногу, толкнул плечом или обругал матом. Однако если ваш знакомый или сосед (или кто-либо другой) нападает на вас с ножом, битой или пистолетом, то действовать необходимо решительно и агрессивно, а удары по глазам, в пах или другие уязвимые зоны позволяют вам сразу вывести его из "игры". Ваша защита должна быть **агрессивной**, лишь в этом случае у вас появится шанс выжить и победить! Все это мы подробно описываем в наших книгах. Вспомните, чему мы учим! Даже "ослепляющие" удары пальцами мы предлагаем выполнять именно как "ослепляющие", т. е. в кавычках. Вы должны научиться бить по глазам так, чтобы лишь на время "ослепить" его, и даже это (!) мы предлагаем делать только в той ситуации, когда вашей жизни действительно угрожает опасность. Вспомните также безопасные удары ножом, травмирующие подставки, удары с учетом "внутренней наковаль-*

*ни" и мн. др. Все эти техники позволяют одержать победу, не причиняя существенного вреда здоровью нападающих. Своих учеников мы учим давать отпор любым (!) посягательствам на их жизнь и здоровье, однако ответ должен быть адекватным. Никому не позволяйте себя бить или унижать, а для этого развивайте необходимые боевые качества, интуицию и будьте внимательны ко всему, что происходит вокруг! Учитесь предчувствовать опасности и по возможности избегать их!»*

### **Мир, в котором мы живем, стал чрезвычайно жестоким!!!**

А люди разучились *адекватно* реагировать на происходящее вокруг. Один наш знакомый на вопрос о том, как он поступит, если на улице столкнется с хамством и агрессивным поведением, уверенно заявил, что если к нему только посмеет задираться кто-нибудь, то он, не задумываясь, ударит его пальцами по глазам. Представляете себе? Разве это адекватно?! Другой наш знакомый также предложил ударить, но не по глазам, а... коленом в пах. Возможно, кому-то это покажется более гуманным, однако, на наш взгляд, подобные действия являются, мягко говоря, не совсем *адекватными*. Неужели можно травмировать человека только за то, что он схватил вас за грудки или толкнул плечом? Конечно же, нет! Здесь многое зависит от конкретной ситуации, и, в первую очередь, необходимо прислушиваться к собственной *интуиции* – к своему «*внутреннему голосу*». Нужно четко представлять себе, *как* вы будете действовать в той или иной ситуации, причем никаких *универсальных* канонов не существует! Более того, если вы попытаетесь следовать каким-либо искусственным и надуманным рекомендациям, то, скорее всего, попадете в беду.

Мы убеждены, что нельзя *слепо* руководствоваться «**канонами**», ведь то, что подходит для одного человека, может оказаться *губительным* для другого. Необходимо знать, что на самом деле каких-либо «канонов» в жизни не существует! Так, ранее мы уже рассказывали историю нашего ученика, который мгновенно *остудил* пыл своего противника неожиданным *шлепком* основанием ладони по его щеке. В результате, тот побоялся связываться с человеком, настолько уверенным в своих силах и готовым в любой момент к схватке. Однако следует понимать, что подобный способ *подавления* агрессии мог, наоборот, спровоцировать бессмысленную драку. Просто наш ученик интуитивно *почувствовал*, как поступить в конкретной ситуации. Таким образом, важнейшей целью обучения в любой Школе боевых искусств является приобретение ученика-

ми навыков *адекватного* реагирования, и никаких «канонов» здесь нет и быть не может.

*А вот что произошло с двумя жителями Москвы, которые шли по тротуару в центре города и осмелились не уступить дорогу несшейся прямо на них иномарке. Машина резко затормозила, а из нее вылезли накачанные мордороты с бейсбольными битами. Они жестоко избили прохожих, после чего совершенно спокойно сели в машину и скрылись. Когда приехала скорая помощь, один из прохожих был уже мертв, а второй находился в коматозном состоянии и был срочно доставлен в реанимацию.*

Вам должно быть ясно, что как раз в данном, конкретном случае удары по глазам и в пах могли бы быть абсолютно **адекватны!** Конечно, лучше, если бы жертвы нападения, вообще, уступили дорогу и не связывались с отморозками, но если они все-таки решились отстоять «справедливость», то должны были быть готовы ко всему.

*Другой трагический случай произошел с учащимся московского колледжа, который возвращался домой и решил сократить путь, свернув в сторону торговых палаток. Там его встретили двое грабителей 16 и 18 лет. Они потребовали у него мобильный телефон и деньги! Подросток, следуя рекомендациям, которые не раз слышал от взрослых, немедленно отдал все, что у него было, а отморозки, тем не менее, ударили его ножом и скрылись с места преступления. Подросток от этого удара скончался на месте. Преступников задержали впоследствии, причем за аналогичные преступления: они всегда ходили на «дело» с ножами и резали своих жертв.*

### **Как, по-вашему, следует поступать в подобных случаях?!**

Может быть, лучше бежать в людное место, где преступники, возможно, не рискнут напасть?! Или, наоборот, постараться самому расправиться с ними, атакуя их быстрыми ударами по глазам или в пах, ломая им пальцы или носы?! Вряд ли кто-либо заранее может предположить, что произойдет в критической ситуации.

В своей книге «Как побеждать любого противника: сенсационное открытие в Мире боевых искусств» мы уже подробно описывали способы достижения победы над любым противником, причем речь шла об *Открытии*, переворачивающем общепринятые представления о реалиях рукопашного боя.

Мы наглядно показываем, что в опасной ситуации у слабых и незащищенных людей (женщин, детей, стариков), на самом деле, есть вполне реальный шанс защитить

себя! Им необходимо поверить в свои силы и воспользоваться нашими **техниками прервосходства**.

Нам пишут и звонят те, кто уже на собственном опыте убедился в чрезвычайно высокой эффективности предлагаемых нами *Знаний*. Люди, по достоинству оценившие **техники Шар-боя**, хотели бы глубже познакомиться с уникальными боевыми и медитативными практиками, именно поэтому наша третья книга также была посвящена вопросам, связанным с дальнейшим совершенствованием в *Искусстве реального боя!* Знание о сенсационном *Открытии* (и практическое владение техниками, основанными на его использовании) позволяет любому человеку выйти победителем даже из неравной схватки, но, к сожалению, многие не могут в это поверить, особенно те, кто познакомился с нашими публикациями лишь теоретически. Однако мы заявляем, что даже такое (казалось бы, чисто теоретическое!) знакомство многое меняет!

Мы продолжаем знакомить вас с уникальными *Знаниями* древнейшей *Традиции*, которая сохранена в глубинах *подсознания* каждого европейца! Все мы являемся наследниками *Великой Цивилизации*, и нам есть, чем гордиться, и есть, что изучать! Не ради красного словца мы утверждаем, будто рукопашный бой, как таковой, нас не интересует; хотя некоторым этот тезис может показаться непонятным. Почему, предлагая *уникальные и сверхэффективные боевые техники*, мы заявляем так?!

Ответ находится на поверхности.

**Если вы научитесь техникам Шар-боя, то  
сможете одержать победу над любым противником  
независимо от уровня его подготовки!!!**

Именно поэтому нас не интересуют какие-либо соревнования или состязания, столь распространенные в Мире единоборств. Нам не в чем соревноваться с кем-либо и не нужно выяснять, *кто* сильнее или *чья* Школа лучше! Есть вещи более значимые, которыми действительно следует изучать, ведь человек пришел в этот Мир не для того, чтобы заниматься только боевыми искусствами. Рукопашный бой является лишь частью *Искусства Жизни*, но – не более того!

В настоящей главе мы рассмотрим вопрос, чрезвычайно важный для любого человека независимо от его пола, возраста, религиозных и иных убеждений. Речь пойдет о том, **как побеждать всегда**, а *это* уже является КЛЮЧОМ К АБСОЛЮТНОЙ ПОБЕДЕ!

Если рассматривать рукопашный бой, то хороший боец обязан научиться реагировать *адекватно*, и все боевые и медитативные практики ШАР способствуют этому. На удар в голову необходимо реагировать как на удар в голову, а на удар в пах – как на удар в пах!

### **Любая неадекватность может привести к беде!!!**

Очень важно уклоняться от ударов ровно настолько, чтобы противник не смог достать вас, однако если вы «переусердствуете», то рискуете пропустить удары, выполняемые по другим уровням. Все это специально нарабатывается на занятиях по рукопашному бою ШАР. Также не менее важно учитывать, вооружен ваш противник или – нет, один он – или их несколько!!!

Представьте, что вас атакуют «розочкой» от разбитой бутылки и бьют прямо в лицо. Если вы уклонитесь слишком далеко, то можете даже потерять равновесие и упасть, кроме того, у вас будет открыт низ живота. Если же вы, наоборот, недостаточно далеко отпрянете от удара, то вас могут поранить; точно также *неадекватным* будет защитное движение кистью руки навстречу такому удару. Недопустимо также ввязываться в борьбу с несколькими нападающими, а ведь именно это обычно предлагается некоторыми отечественными Школами.

А вот еще любопытный пример:

*В одной из рейтинговых телепередач мы увидели сюжет о том, как противодействовать ударам «розочки» при нападении в подъезде жилого дома. Известный специалист по восточным единоборствам, анализируя очередной случай хулиганского нападения в подъезде, рекомендовал широкому кругу телезрителей способ противодействия удару «розочкой» (от разбитой бутылки). Этот «специалист» заявил, что удары «розочкой» выполняют **только одним (!) способом** и показал, что удары «розочкой» выполняются **наотмашь по дуге**.*

Для нас его фраза о том, что удары «розочкой» выполняются «только таким способом», прозвучала как **откровенная дезинформация**, или же, наоборот, как проявление **явного непрофессионализма**. Почему «специалист по единоборствам» считает, что «розочкой» бьют *так*, чтобы поцарапать открытые части тела?! На самом деле никто *так* не бьет!!! «Розочку» используют в основном для **тычковых (!) ударов!**

Мы спрашиваем:

**«Почему так называемые "дипломированные специалисты"  
несут откровенную чушь?»**

А ведь советы, которые они предлагают для массового российского телезрителя или читателя, просто убийственны и ничем не отличаются от пресловутого совета «**бить в правую почку**» (при угрозе ножом!), который рекомендовал некий «инструктор по ножевому бою с двадцатилетним стажем преподавания»! Отметим, что подобных **глупых** и **опасных** для жизни рекомендаций мы видим множество, что **свидетельствует о крайнем непрофессионализме «профессионалов»**.

**Мы считаем подобные рекомендации  
неадекватными!!!**

Теперь вам должно быть понятно, что такое «**адекватность реагирования**» и *почему* в ШАР ей уделяется столь большое внимание!

На Востоке известно немало притч (в основном *чаньских* или *дзенских!*), которые прекрасно иллюстрируют то, о чем мы рассказываем. Еще раз повторим, что речь идет об *Учениях*, которые в своей основе имеют *древнеарийское* происхождение. Прочитайте внимательно эти притчи и попробуйте самостоятельно прокомментировать их:

*Однажды по проселочной дороге шли два монаха. Им повстречалась девушка, которая не могла перейти через большую лужу. Один из монахов бережно поднял ее на руки и, прижимая к себе, перенес через грязь, после чего монахи продолжили свой путь. Прошло часа два, прежде чем второй монах осуждающе произнес: «Ты знаешь, а ведь это – большой грех! Нам нельзя даже думать о женщинах, тогда как ты держал на руках молодую девушку и даже прижимал ее к себе. О! Это очень тяжкий грех!» Его спутник ответил: «Я оставил девушку там, а ты нес ее с собой столько времени! Кто же из нас совершил более тяжкий проступок?!»*

**Как, по-вашему, следовало поступить?!**

Помочь девушке или равнодушно пройти мимо?! Мы убеждены, что вы понимаете, о чем идет речь. Речь идет об **способности адекватно реагировать** на происходящее. С нашей точки зрения, монах, который помог женщине, поступил абсолютно пра-

вильно. Конечно, он мог слепо следовать монашеской «традиции», но он поступил так, как должен был поступить любой мужчина на его месте.

Всегда ли нужно поступать подобным образом?.. Конечно же, нет, и все здесь зависит от той конкретной ситуации, в которой вы можете оказаться. Преступники нередко используют похожие ситуации в качестве ловушек для порядочных людей, ведь воспитанный человек не сможет пройти мимо человека, нуждающегося в помощи, и примеров подобных историй немало можно почерпнуть в ежедневной криминальной хронике.

Отметим, что в чаньской *Традиции* почти все притчи посвящены приемам и способам **адекватного реагирования**. Кроме того, огромное число обучающих историй относится к взаимоотношениям между Учителем и учеником. Нередко ученик приходит в дом к Учителю с просьбой **объяснить, в чем смысл жизни**. Учитель хватает новоиспеченного ученика за шиворот и выбрасывает в окно. При этом ученик успевает осознать: «**Этот Учитель – явно сумасшедший!!!**»; или, наоборот: «**Так вот, оказывается, в чем Смысл жизни!!!**» И если в *первом* случае ученик, вообще, не понимает происходящего, т. е. *неадекватен*, то во *втором* – он испытывает настоящее *просветление*, ведь неординарная ситуация, которую создал для него Учитель, способствует пробуждению в нем *Высшего «Я»*.

В экстремальной ситуации в организме человека происходят значительные изменения, связанные с выработкой определенных гормонов и перестройкой психики. Не секрет, что реальная опасность действительно помогает человеку *открыть глаза* на многие вещи, в том числе, и на смысл жизни!

### **Реальная опасность позволяет осознать свою истинную Природу!!!**

Известны и другие случаи, например, Учитель в ответ на философские вопросы начинает избивать ученика палкой или любыми иными подручными предметами. Если тот безропотно сносит издевательства, он прогоняет его прочь, как недостойного обучения. В случае же, если ученик отвечает на удар ударом (т. е. бьет в ответ), Учитель признает его достигшим просветления. Следует, конечно, знать, что встречаются не только Мастера, но и самые настоящие *шарлатаны*, которые пытаются подражать своим Учителям, тогда как сами еще не достигли нужного уровня развития. Такие

«учителя» подобны слепым и могут причинить серьезный вред психическому здоровью учеников. В связи с этим для наших последователей чрезвычайно актуален вопрос:

### «Как отличить инструктора ШАР от... ШАРлатана?!»

Заметим, что слово «**шарлатан**» предельно точно отражает смысл, заложенный в нем изначально, ведь оно состоит из двух корней *Праязыка* «**шар**» и «**латан(ие)**». Если со словом «**шар**» все понятно (оно символизирует совершенство, гармонию, целостность и т. д.), то слово «**латать**» означает в буквальном смысле стремление устранить какие-либо недостатки. Однако какие недостатки могут быть в столь совершенной форме, как «**шар**»?!

В связи с возрастающей популярностью **Учения Адекватного Реагирования** хотим предостеречь наших последователей от общения с *шарлатанами*, которые, конечно же, постараются использовать наши *Знания* для извлечения личной выгоды или для их компрометации. Чтобы этого не произошло, предлагаем вам некоторые простые советы, с помощью которых вы сможете отличить настоящего инструктора ШАР от мошенника.

В первую очередь, учитесь **слушать сердцем**, а это означает, что вы должны всегда доверять интуиции, ведь именно она подскажет вам, стоит ли учиться у человека, назвавшегося инструктором нашей Школы. Кроме того, инструктор ШАР должен владеть всеми (!) боевыми и оздоровительными техниками (уметь демонстрировать их!), быть адекватным в своих поступках и суждениях, знать философию нашего *Учения* и нести *Высшие Знания* людям, которые способны воспринять их и использовать во имя *Свободы, Любви, Добра и Справедливости*. Он не должен учить недостойных или тех, кто способен превратить древнеарийское искусство жизни в «**искусство смерти**»!

Вы можете задавать инструктору ШАР любые интересующие вас вопросы и получить на них исчерпывающие ответы. Подготовленный инструктор должен прекрасно ориентироваться во всех вопросах нашего *Учения*. Есть также и *скрытые* способы тестирования, о которых мы расскажем в дальнейшем, а сейчас вернемся к теме обучающих историй.

Способность видеть глубинный смысл притч является одним из важнейших качеств человека, достигшего высокого уровня, и здесь вам помогут народные **анекдоты**, в которых, как и в классических притчах, содержатся очень глубокие *Истины*. Анекдоты высмеивают *неадекватное реагирование* (или поведение) человека в той или иной

ситуации. Примечательно, что основным критерием правильного понимания сути анекдота (или постижения его глубинного смысла!) является... смех. Человек, до которого доходит смысл анекдота, выражает свое «просветление» улыбкой или заразительным смехом.

Во многих случаях *адекватное* поведение является *зеркальным отражением* поведения тех людей, с которыми вы сталкиваетесь. Например, гармония между мужчиной и женщиной, которые любят друг друга, возможна лишь при обоюдном нежном и заботливом отношении. Условно можно говорить о *зеркальном* отражении чувств и поступков. Причем этот принцип в равной мере относится к отношениям между людьми вообще.

### **Адекватность – это зеркало!!!**

Если вы будете вести себя «зеркально» по отношению к действиям окружающих, то это будет *адекватно*. Необходимо понимать, что **действие рождает противодействие!** Это один из фундаментальных *Законов Природы*, а следование этим *Законам* – необходимое условие для достижения победы и выживания в любых условиях. Аналогичным образом происходит развитие «взаимоотношений» между противниками в бою.

*Один из наших учеников рассказывал, как однажды ему пришлось драться с вооруженным отморозком, который хотел **убить его!!!** Это была действительно опасная ситуация, однако наш ученик успешно справился с ней. Он испытал точно такое же неукротимое «желание» по отношению к своему противнику, и тогда произошло удивительное: нападающий сразу же «охладел» и перестал лезть в драку.*

Здесь показательным было то, что противник «охладел» лишь тогда, когда почувствовал *адекватную* ответную реакцию. Как видите, действие должно рождать противодействие! Если бы наш ученик в ответ на попытки зарезать его ножом отвечал ударами по рукам или ногам или, вообще, уговорами, то, возможно, эту историю уже некому было бы рассказать!

Однажды к нам пришел человек (весь в ритуальных наколках) и на первом же занятии поинтересовался:

**«А мы будем изучать искусство убивать?!»**

Не секрет, что в особо «**продвинутых**» Школах действительно обучают *тому*, как серьезно **травмировать**, **калечить** и даже **убивать** противника. На встречный вопрос, зачем ему это нужно, он ответил: «Я слышал, что в ряде Школ рукопашного боя этому учат, и я хотел бы узнать, как это делать!»

Мы не учим «**искусству смерти**», так как считаем, что этого нельзя делать ни в коем случае! В ШАР ученики осваивают такие техники, владения которыми вполне достаточно для уверенной победы без причинения значительного ущерба здоровью противника. Отметим, что этот человек больше не появлялся на наших занятиях: вероятно, он отправился в те Школы, которые более соответствуют его кровожадным запросам. Подчеркнем, что побеждать нужно не только в рукопашном бою, но и в обычной жизни, причем необходимым условием для достижения победы является следование *Законам Природы!* В противном случае вы будете расходовать слишком много сил и энергии на борьбу с тем, что на самом деле нужно использовать.

### **Следование Законам Природы – важнейшее условие победы!!!**

В качестве примера можно рассмотреть *сезоны года*, которые обязательно должны учитываться в питании, одежде и, вообще, в образе жизни человека. Если этого не делать, то вам придется терять слишком много сил на восстановление энергетического равновесия, или гармонии между *макро-* и *микрокосмосом*. Возвращаясь к вопросу о том, каким же образом **научиться адекватному реагированию**, ответим, что этой цели у нас служат практически любые техники. Например, когда вы учились защищаться от разнообразных ударов, то приобретали, в первую очередь, навыки *адекватного реагирования*, ведь любая ошибка в ваших действиях (*неадекватность!*) сразу же наказывалась, т. е. приводила к пропуску опасного удара.

В Школах единоборств получили распространение различные состязания с целью установить «*лучших из лучших*». Об этом мы уже рассказывали ранее, но сейчас затронем еще один важнейший аспект данной проблемы. Мы не состязаемся ни с кем, так как нас это совершенно не интересует, и причины здесь таятся не в «боязни быть битыми», как ошибочно считают некоторые, а в том, что мы вооружаем своих учеников *Знаниями*, которые наглядно показывают бессмысленность так называемых «традиционных» способов испытания мастерства.

### **Мы не состязаемся ни с кем, поэтому непобедимы!!!**

Нам не нужно выяснять, кто из бойцов сильнее или чья Школа лучше! Ответы на эти вопросы вы можете узнать, если внимательно прочитаете о них в наших книгах. В качестве поучительного примера расскажем следующую историю:

*В одну из Школ рукопашного боя пришли отморозки и предложили Учителю подраться с ними. Учитель вежливо поинтересовался, знают ли они, в какую Школу пришли?! В ответ те расхохотались и сказали, что им это все равно. Тогда Учитель пояснил: «В нашей Школе нет абсолютно никаких правил! Если вы действительно хотите подраться, то напишите расписки, что снимаете с меня всякую ответственность за то, что с вами произойдет». Отморозки не решились испытывать судьбу, увидев (и, главное, почувствовав!), что тренер неизвестной им Школы уверен в себе и на самом деле готов драться. Они так и ушли ни с чем.*

Данный пример является образцом победы *Высшего уровня* – победы без физического противоборства! К этому, безусловно, следует стремиться, но в жизни бывают также и другие ситуации, когда жестокая схватка неизбежна, поэтому вы должны быть готовы к тому, чтобы дать жесткий (и *адекватный!*) отпор любым посягательствам на жизнь и здоровье вас и ваших близких. |

### **Защита должна быть агрессивной и наступательной!!!**

Лишь в этом случае у вас появляется шанс победить того, кто сильнее вас и более подготовлен. В связи с этим возникает вопрос: «Что произойдет, если встретятся два человека, в совершенстве владеющих вашими боевыми техниками?! Кто из них победит?!» Мы уже рассказывали об этом, и вы должны знать, что бойцы ШАР никогда не будут состязаться друг с другом, так как они прекрасно знают, чем это может закончиться для любого из них.

### **Высшими техниками боя являются техники «небесного воина»!!!**

Они изначально предполагают уход от лобового столкновения, поэтому некоторые ошибочно принимают это за проявление трусости (или слабости). На самом деле мы имеем дело с принципами *Высшего Мастерства*, с помощью которых вы легко

сможете противостоять противнику, намного превосходящему вас. Согласитесь, что в открытом бою ни женщина, ни ребенок не смогут одолеть противника с помощью физической силы! Им необходимо использовать совершенно иные техники. Именно их мы предлагаем вашему вниманию, и не случайно называем «техниками превосходства».

### **Каждая техника ШАР является техникой превосходства!!!**

Благодаря нашим техникам слабый может победить сильного, безоружный – вооруженного, неподготовленный – подготовленного противника! Это возможно потому, что все наши техники основаны на учете *психофизиологии* и *биомеханики* человека, анализе его действий и реакций в экстремальной ситуации. Для достижения гарантированной победы в реальном бою необходимо научиться *сливаться* с опасными и разрушительными потоками. *Слияние* с движениями и действиями противника также помогает избежать опасного столкновения, что особенно важно для физически слабых людей. Поясним, что техники «слияния» являются разновидностью техник «*небесного воина*» со всеми вытекающими отсюда последствиями (неуязвимостью в скоростном бою, способностью предвидеть и упреждать будущие события и т. д.).

### **«Слияние» – это не только следование за потоками, но и управление ими!!!**

А если учесть, что потоки, согласно нашему *Учению*, означают нечто большее, чем движение грубой физической энергии, то можете представить, какие необыкновенные возможности открываются перед человеком, использующим эти техники. Напомним, что к *потокам* мы относим также *потоки времени, мыслей, ощущений*, поэтому мы и даем вам **ключи к управлению** ими.

Рассмотрим теперь еще один вопрос:

### **Как вы думаете, можно ли победить взглядом?!**

Когда побеждают ударом или броском, то это выглядит убедительно, а вот как победить с помощью взгляда? Возможно ли такое в принципе? Или это является «красивой сказкой»? Вспомните *Легенды* о Мастерах, которые всего лишь посмотрев друг другу глаза, определяли исход поединка и потому не нуждались в состязании. О том,

что взгляд оказывает сильное воздействие, известно с давних пор. Подскажем, что некоторые приемы воздействия взглядом на противника мы уже описывали в нашей первой книге (см. главу «Психоэнергетические техники работы со взглядом»). В ШАР используются самые разнообразные техники достижения победы, и сейчас мы познакомим вас с одной из наиболее эффективных техник воздействия на противника, которую мы называем «**Взгляд в Душу**» (или «**Взгляд Силы**»). Данная техника основана на умении **видеть душу человека** через его глаза, ведь недаром в русской народной *Традиции* говорится:

### «Глаза – зеркало души!!!»

Эта поговорка является **ключом** к *психоэнергетическим* и *духовным* техникам, с помощью которых вы сможете увидеть внутреннее «Я» того, с кем вы общаетесь или кого встретили на своем *Пути*. Невозможно переоценить значение данной техники для любого человека! Добавим также, что эта техника может прекрасно использоваться и для **воздействия на животных** (собак, кошек, лошадей и т. п.).

Одно из *подготовительных* упражнений данной группы техник мы называем «**глаза в глаза**», которое выполняется как самостоятельно, так и с напарником. Если напарника нет, можете использовать обычное зеркало, глядя в которое вы будете учиться видеть своё *Высшее «Я»*, или отражение своей *Души*. Если же вы тренируетесь с кем-либо, то делайте это следующим образом. Сядьте напротив друг друга и устремите взгляд в глаза напарника. Постарайтесь смотреть в глаза не как обычно, а словно вглубь, как бы через его зрачки. Сфокусируйте взгляд и постарайтесь увидеть того, *кто* же скрывается за внешним обликом человека, сидящего перед вами. Постарайтесь сохранять самообладание и ничем не выражать своих эмоций. Тогда вы обнаружите много интересного и необычного! Сейчас мы не будем подсказывать вам, каким образом можно использовать эти невербальные способы изучения человека. Обратите внимание, что, глядя в глаза другого человека, вы можете увидеть... **самого себя**, и этот эффект мы называем «**взгляд в зеркало**». Подумайте, почему такое становится возможным?

В дальнейшем учитесь «*видеть душу*» любого человека, с которым встречаетесь на своем жизненном *Пути*, и это поможет вам **развить проницательность и уверенность в себе**. Учитесь различать «черные» и «белые» души, и помните, что речь идет не о цвете кожи, а именно о **ДУШЕ ЧЕЛОВЕКА!!!** Или – об ее **отсутствии!**

Если обратиться к Шар-этимологии, то, например, слово «**бандит**» (ср. «**банда**» – «**бан-да**»!) означает буквально «**бан-ди-т(о)**», или, с учетом открытых нами *мутаций* гласных, «**да, (э)то – Бездушный (человек)**».

### **Бандит – это «(человек) без души»!!!**

Со всеми вытекающими отсюда последствиями!

Не нужно отводить (или прятать) глаза, если кто-либо нагло и вызывающе уставился на вас! Ваш взгляд со временем станет намного сильнее (**сила взгляда!**), и вы легко сможете *подавлять* противника таким «бесконтактным» способом. В то же время старайтесь не злоупотреблять своей силой и проницательностью!

Точно также научитесь смотреть в глаза **птиц** и **других животных, которые** очень хорошо чувствуют подобные вещи, и заметьте, что они, прежде всего, смотрят в глаза, как бы оценивая человека.

### **«Взгляд в Душу» позволяет прочитать мысли и желания другого человека, а это является одним из ключей к чтению мыслей!!!**

*Прямой* взгляд оказывает чрезвычайно сильное воздействие, и не случайно мы называем его «**Взгляд Силы**». С его помощью можно подавить волю противника, проникнуть в глубину его *Души*, понять и оценить реальные возможности и способности любого человека.

Завершая данную главу, добавим также, что с философской точки зрения *адекватность* есть не что иное, как **образ жизни!** Да, да, именно *образ жизни!* Научиться быть *адекватным* означает научиться жить!

### **Искусство Жизни – это умение быть адекватным!!!**

Не случайно свою Школу мы назвали «**Школой адекватного реагирования!**» Любые техники ШАР учат быть *адекватным*, в чем нетрудно убедиться, если использовать их на практике. Некоторые ошибочно полагают, что *реагирование* – это всего лишь *реакция* на свершившиеся события или, в лучшем случае, на происходящее в данный момент. Мы показываем ошибочность подобной точки зрения. По нашим пред-

ставлениям, *адекватное реагирование* – это, в том числе, и **опережающие действия**. Например, изучая сейчас на практике рукопашный бой, вы на самом деле готовитесь к той ситуации, в которой можете оказаться в Будущем, т. е. реагируете с *опережением!!!*

### **Мы называем это «опережающим реагированием»!!!**

В качестве другого примера можно рассмотреть приемы и техники ШАР применительно к *управлению погодой*. Когда вы будете учиться этому древнейшему искусству наших *Предков*, то поймете, что воздействовать на погоду лучше заранее (легче создать необходимые условия, чем заниматься разгоном облаков во время грозы). Этот же **принцип «опережающего реагирования»** распространяется на все, с чем вы можете столкнуться в своей жизни.

Выполняя предлагаемые нами упражнения, вы научитесь принимать правильные интуитивные решения и, как результат, будете уверенно побеждать там, где раньше терпели поражение. Превыше всего мы ценим **Свободу** и назвали свой **Путь** – «**Путь Освобождения**»! Практически все техники и упражнения ШАР способствуют развитию физической, энергетической и духовной свободы:

### **Свобода – ключ к развитию любых сверхвозможностей!!!**

## Глава 4 Против лома нет приема?!

*Неадекватные удары! Что это такое? Может ли слабый победить сильного? Все техники ШАР испытаны в реальных боях! Высшая цель занятий – Здоровье. О боях в защитном снаряжении и по правилам (на примере японского кудо). Еще раз об Открытии. Причины «инверсии» Высших ценностей. Наша расшифровка названия «каратэ» (или Почему не черный цвет, а белый должен символизировать Высшее Мастерство). Этимология слова «обычный». Тест для Мастеров и Учителей (или о чем говорит «молчание»?!). Нужны ли бои в защитном снаряжении? Что запрещено в «боях без правил»? В реальном бою никаких ограничений нет!!! «Хлеба и зрелищ!» (современные гладиаторы и шоу-состязания). Как слабый может победить сильного. Что советуют «специалисты» в случаях криминального нападения. Техники превосходства ШАР. Методика наработки «быстрого касания» с более подготовленным соперником (наши рекомендации). Как устранить сомнения? Используем подручные предметы. Об эффективности ударов по глазам, в пах и горло. Методики наработки травмирующих воздействий. Укрепление ударных форм. Развитие силы и точности ударов. Способы преодоления страха. Рекомендации женщинам и детям. Высший принцип обмана – «быть и казаться»! Знания ШАР – ключи в абсолютной победе!!!*

В старом китайском фильме показывалась сцена, прекрасно иллюстрирующая русскую поговорку «**против лома нет приема!**»:

*Мастер единоборств шел по безлюдной улице и нос к носу столкнулся с громилой, который, едва завидев его, широко расставил руки и угрожающе начал приближаться. Мастер понял, что нужно что-то делать, и, разбежавшись, в прыжке ударил мордворота ногой в грудь! Для противника с огромной комплекцией это показалось, что слону дробина. Свалившись на землю, китаец резво вскочил на ноги и снова ударил громилу, но уже на этот раз головой в живот. Однако вот досада! На верзилу эти «приёмчики» по-прежнему не оказали никакого воздействия. Тогда китаец, приняв вычурную позу, начал колотить противника кулаками в грудь, словно хотел выбить из него пыль. В итоге все закончилось тем, что громила просто сгреб китайца в охапку и несколько раз ударил о бетонную стену.*

Любой человек, посмотрев эти кадры, разведет руками и обреченно скажет: «Ну, что тут поделаешь? Если уж такой Мастер оказался бессилён, то что говорить о нас, обычных людях?»

Мы привели этот пример не для того, чтобы посмеяться над неудачливым «Мастером», а лишь в качестве иллюстрации того, как недопустимо вести себя при столкновении с крупным и сильным нападающим. Разве можно бить в живот или в грудь

противника, который намного сильнее и крупнее вас?! Конечно же, нет!.. Такие удары будут, мягко говоря, *неадекватными*.

Вам теперь должно быть понятно, что такое «НЕАДЕКВАТНЫЕ УДАРЫ»! Народная мудрость гласит: «Против лома нет приёма, кроме... другого лома!» Но так ли это на самом деле?.. Неужели грубой физической силе можно противопоставить только такую же грубую силу?

### **Может ли слабый победить сильного?!**

Многим не верится, что такое возможно в принципе. Все искренне убеждены, что женщина, а уж тем более ребенок или подросток, не в силах одолеть крупного и сильного противника. К сожалению, точно также думают и сами женщины, и дети, которым с раннего возраста внушают эти ошибочные представления. Превосходство «сильного» воспринимается как непреложная истина, как нечто, даже не нуждающееся в доказательстве. Считается, что победить сильного противника можно лишь после многолетних тренировок до пота и крови, как это делают в Школах восточных единоборств, и что это – единственный *Путь*, ведущий к *Вершинам* мастерства.

Общественное мнение при этом хорошо известно – слабый не сможет победить сильного, если только не имеет при себе ножа или пистолета! И, вот, мы видим: во всем Мире происходит множество трагических случаев, только подтверждающих это ошибочное мнение. Многие уверены, что *один* не в силах справиться с несколькими, а *безоружный* совершенно незащищен перед вооруженным!..

Мы разрушаем подобные *Мифы* и показываем, что если человек обладает *Высшими Знаниями*, то он может выйти победителем даже в таких ситуациях, где окажется беспомощным любой тренированный и подготовленный боец. Причем *Знания ШАР* не основаны на какой-либо слепой вере. Наши техники разработаны с учетом реальной *психофизиологии* человека и глубоком понимании *Законов* окружающего Мира. Эти техники проверены лично нами (и нашими учениками!) в боях, как по правилам, так и практически без правил! Еще раз подчеркнем, что мы не случайно заботимся о здоровье своих учеников, так как прекрасно знаем, насколько легко его потерять. Вопреки распространенному мнению для этого совершенно не требуется каких-либо особых усилий: *неожиданный* тычок в глаз или в горло, *акцентированный* удар в область сердца или паха, и... всё! Нам известно немало примеров, когда на тренировках или со-

ревнованиях происходили трагические случаи, которых можно было бы избежать, если изменить методы тренинга или условия состязаний. |

Одна из главных причин, по которой мы не предлагаем своим ученикам жестоким испытательным боев (или каких-либо *сверхнагрузок!*), состоит в том, что мы вооружаем *Знаниями*, которые позволяют в опасной ситуации *гарантированно* расправиться с более сильным и подготовленным противником. Все это становится возможным еще и потому, что:

**Техники Шар-боя испытаны в реальных схватках,  
поэтому их эффективность – стопроцентна!!!**

Для тех, кто по-прежнему сомневается в эффективности наших боевых техник, рекомендуем проверить их в жизни, на практике. Вы убедитесь, что все они работают, и именно это обстоятельство удивляет так называемых «скептиков», которые не раз сталкивались с тем, что предлагаемые кем-либо знания часто оказываются лишь «теорией» или «пустыми фантазиями», не имеющими никакого отношения к искусству реального боя.

Эффективность предлагаемых нами *Знаний* особенно высока в схватках настоящего без правил:

**Где отсутствуют какие-либо правила, где действуют  
«волчьи законы», там особенно действенны  
наши боевые техники!!!**

Учитывая вышесказанное, еще раз напомним о необходимости беречь свое здоровье во время занятий. Ни в коем случае не жертвуйте собой ради достижения ложных *сиюминутных* целей в виде грамот и призов, титулов или званий, которыми щедро награждаются все участники подобных шоу-представлений. Как мы уже показывали, все это не стоит самого главного – вашего здоровья!

Бойцы, участвующие в соревнованиях, используют специальное защитное снаряжение, рассчитанное на очень высокие ударные нагрузки. Полностью гарантировать безопасность оно не может, но все-таки снижает разрушительную мощь пропущенных ударов. Тем не менее данное обстоятельство приводит к совершенно неожиданным последствиям, и чуть позже мы подробно рассмотрим одну из современных Школ руко-

пашного боя, где стали широко применяться пластиковые ударопрочные шлемы и особые правила, минимизирующие травмы бойцов в схватке. Вы увидите, каким образом это отразилось на уровне мастерства бойцов и их реальных достижениях.

Некоторые нас спрашивают: «Ну и что с того, что я знаю о вашем *Открытии*? Как это *Знание* может помочь мне в реальной ситуации?»

Люди, которые задают подобные вопросы, к сожалению, не смогли понять и, следовательно, оценить, *какие* необыкновенные возможности перед ними открываются. Если рассматривать даже один лишь *принцип «абсолютного превосходства»*, то владение им позволяет слабому человеку уверенно справиться в реальной схватке с любым противником.

**На дистанции досягаемости ваших рук и ног никто не способен  
среагировать на неожиданную и быструю атаку!!!**

*Знание* этого ФАКТА коренным образом меняет ту ситуацию, в которой вы можете оказаться. Из «жертвы» вы удивительным образом превращаетесь в «охотника», причем для достижения этого вам даже ничего не потребуется. Никаких излишних усилий! Вот уж, действительно, **ШАР – Школа для «ленивых»!** Опять же, заметьте, что ваш противник сам (!) приблизится к вам на нужную дистанцию, и вам необходимо будет лишь опередить его, т. е. ударить первым!

В главе «Взаимодействие сфер» мы подробно рассматривали вопросы, связанные с *осознанием* этих реалий, и вы можете научиться использовать их на практике, побеждая там, где раньше не имели бы ни малейших шансов на успех! В других Школах, чтобы достичь подобных результатов, требуются долгие годы интенсивных занятий, которые сами по себе еще ничего и не гарантируют. Даже обладатели «черных поясов» и Мастера спорта по боксу (или борьбе) не застрахованы от «неудач»!

Ранее мы уже рассказывали об **инверсии Высших ценностей**, поэтому добавим, что, по нашему мнению, цветовое «кодирование» поясов, отражающих уровень мастерства, является перевернутым, искаженным. На самом деле:

**Не «чёрный пояс», а «белый» должен  
символизировать Высшие достижения!!!**

Что же послужило причиной **инверсии** *Высших ценностей*, которую мы наблюдаем в современном Мире практически во всех сферах?!

Мы совершенно не понимаем, *почему* (?) мастерский уровень обозначается черным цветом, ведь, по представлениям наших *Предков* (тех самых, которые много тысяч лет назад пришли на Восток), именно белый цвет всегда ассоциировался с **Высшим мастерством**. Чтобы понять это, познакомьтесь с нашей поистине сенсационной расшифровкой слова «**каратэ**», убедительно доказывающей истинность наших выводов!

Наша расшифровка основана на знании и использовании открытых нами корней *Праязыка*. Мы утверждаем, что «**каратэ**» – это «**кар-а-тэ**», или, в обратном прочтении, «**эт(о) а-кар**», т.е. «**не черный!**», где корень «**кар**» (или «**рак**») означает «**черный**». Таким образом, фонетика древнего названия «**каратэ**» сохранила уникальную информацию о том, **кто же был автором и создателем** боевого искусства под названием «*каратэ*», и не случайно последователи традиционного каратэ надевают **белые кимоно**.

### **Каратэ-до – это «Путь Белых Воинов»!!!**

К сожалению, люди уже не могут отличить правду от лжи, белое от черного, добро от зла и т. д. Можно смело вешать лапшу на уши и быть уверенным, что обман будет принят за чистую монету.

В последнее время реклама уже ни в какие ворота не лезет. Особенно «режут слух» слоганы типа: «**Выпала черная карта?! Будешь счастливым!**» Представляете?! Как же такое возможно, ведь с давних времен всем известно, что если выпадает «черная карта», вас ждет неминуемая беда, утраты, тяжелая болезнь или даже смерть!!!

### **Никогда черный цвет не являлся символом удачи, счастья или успеха!!!**

Подумайте, *какой* смысл несут такие выражения, как «черная магия», «черная зависть», «черные мысли», «черное дело»! Совершенно очевидно, что подобные метафоры не имеют (и не могут иметь!) другого значения, кроме как плохой, злой, враждебный, несчастный, дурной и т. п. А в последнее время Мир вообще словно сошел с ума!

### **Мир словно сошел с ума!!!**

Дело дошло до того, что производители детских товаров начали выпускать **детские коляски черного (!) цвета**. Представляете?! И находятся «ценители», которые покупают подобные «изделия» и возят в них своих детей. Мало того, они еще и пользуются **черными** антикомариными сетками!!! В результате, маленький ребенок с раннего детства видит все **в черных тонах!** Нужно ли говорить о том, какое **негативное** воздействие оказывает это на психику ребенка?!

Если чуть подробнее коснуться **символики цветов**, то вы обнаружите немало перевернутых представлений. Обратите внимание, какой *пошлый* смысл вкладывается в **голубой и розовый** цвета! Почему-то их связали с человеческими пороками, тогда как никакого отношения к ним они не имеют. Как можно цвет ясного неба или утренней зари воспринимать столь извращенно?! Это какой же **больной фантазией** надо обладать, чтобы вложить столь дурной смысл в чистое и непорочное?!

А цвет волос?! С каких это пор **цвет волос** стал определять умственные способности человека?! Любой генетик скажет вам, что это – просто **чушь!!!** Почему же очаровательные блондинки считаются самыми глупыми и к тому же стервами?! Вспомните, сколько пошлых анекдотов рассказывается о них?! Вне всякого сомнения, «кто-то» намеренно (с каким-то «тайным» смыслом!) распространяет эти **бредни!**

Вспомните также, *как* наши *Предки* относились в быту к домашним животным (быкам, коровам, собакам, кошкам, курам, петухам, свиньям и т. д.)! Разве не удивительно, что «**рогатость**» стала синонимом супружеской измены, зверской жестокости, дикости, варварства, а ведь наши языческие *Предки* даже именовали друг друга не иначе, как «**О, бык среди людей!**», подчеркивая таким образом в человеке качества, достойные восхищения. Данное сравнение неоднократно упоминается в древнеарийском эпосе «Махабхарата». Или другое выражение: «**Здоров как бык!**»

Приведем еще один интересный пример, связанный уже с этимологией. Как вы думаете, что означает слово «**обычный**»?! Заметьте, что это слово произносится как «**а-быч-ный**», и означает оно – «такой же, как все», «ничем не выделяющийся». Согласно «некорректной» этимологии, частица «а» означает отрицание, «быч» – производное от слова «бык». Таким образом, «обычный» – это «**не бык**», или «**не имеющий качеств быка!**»! Теперь вам должно быть понятно, какой глубокий смысл вкладывали наши *Предки* в слова и выражения, которыми пользовались. Могли ли они представить себе, что их священные животные (корова, собака, петух, свинья и др.) спустя тысячелетия станут ругательными словами?!

«Инверсия» ценностей коснулась также критериев оценки уровня знаний. Вспомните, *какая* отметка считается низшей?! Все знают, что это «**кол**» (или **единица**)! Тогда как с точки зрения нумерологии, это – нонсенс, ведь «кол» является символом *Солнца, Бога, Высшего Начала, Творца*.

Каким же образом цифра «1» превратилась в низшую отметку?!

К сожалению, происходит «инверсия» представлений **о Добре и Зле, о Смысле и Целях жизни, о Семейных ценностях** и т. д., поэтому в дальнейшем все эти вопросы мы рассмотрим подробнее, а сейчас вернемся к основной теме. Один наш знакомый удивился, когда узнал, что нас, как авторов и создателей ШАР, оказывается, совершенно не интересует чья-либо критическая оценка, и что, наоборот, реакцию Мастеров на эти *Знания* мы ожидаем совершенно с иной целью. Мы заявляем, что эта реакция, как **лакмусовая бумажка**, покажет их истинный уровень. По этой реакции можно легко понять, достигли они настоящего Мастерства или всего лишь имитируют это.

### **Наши Знания являются особым тестом для Мастеров и Учителей!!!**

Тем не менее, когда появились наши первые публикации, Мастера и Учителя боевых искусств **официально** никак не отреагировали на них, словно ничего не произошло, и это «**молчание**» **говорит о многом!** В первую очередь, трудно признаться в собственном невежестве, а также в том, что методики, «проверенные» тысячелетиями ошибочны. Нелегко изменить «канонизированные» представления о реалиях рукопашного боя.

В Мире единоборств широкое распространение получили **жесткие контактные бои** между представителями разных Школ и стилей для выяснения того, кто же все-таки сильнейший?! Люди верят в то, что победитель в этих схватках – самый лучший («**лучший из лучших**»!), тогда как мы утверждаем, что это очередной **самообман, иллюзия!**

Мы показываем, что все эти жесточайшие схватки совершенно не отражают истинных реалий рукопашного боя, причем абсолютно неважно, как ведется бой между соперниками (по правилам или «без правил»)! !

**В настоящем бою никаких правил нет!!!**

Если в «**боях без правил**» разрешить удары по глазам, укусы, использование оружия или подручных предметов и многие другие действия, то эти состязания тотчас превратятся в бои по-настоящему **без правил**, однако подумайте: «**А зачем** они нужны? Неужели для того, чтобы один человек ценой невосполнимых жертв доказал другому (или другим), что он... лучший?!»

Повреждения глаз, травмы горла, переломы рук и ног, сотрясения мозга и выбитые зубы... – **чем вы еще готовы пожертвовать для победы?!** Цена таких боев, по нашему мнению, совершенно несоизмерима с той целью, ради которой они устраиваются. В Древнем Риме, например, проводились **гладиаторские бои** (вспомните лозунг «*Хлеба и зрелищ*!»). Так неужели вы хотите вернуться к этой варварской языческой традиции?!

Прошли тысячи лет, и, казалось бы, многое изменилось в нашем Мире, однако все осталось, как прежде. Современные *гладиаторы* участвуют в подобных состязаниях, однако это не доказывает превосходства одной Школы над другой, ведь истинная цель этих боев – совсем иная! Прежде всего, это – **Шоу!** Со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Постепенно мы подошли к самому главному:

### **Может ли слабый победить сильного?!**

Может ли безоружный справиться с вооруженным? Может ли один противостоять нескольким нападающим?.. Наш ответ: «Да!» Причем это – не пустые слова, и если вы внимательно читали наши книги, то уже могли разобраться почему. Обратите внимание, мы не предлагаем верить или не верить в то, о чем мы рассказываем! *Техники превосходства* ШАР позволяют сделать «невозможное». В опасной ситуации *слабый* действительно может одолеть *сильного*, и для достижения этого ему не потребуются многолетние занятия какими-либо боевыми искусствами. Результат достигается практически сразу и даже при минимальной подготовке!

Для тех читателей, которые уже перестали (по тем или иным причинам) заниматься единоборствами, достаточно освоить наш принцип «**перебирания сокровищ**». Тогда, тренируясь даже в одиночестве, они с легкостью смогут повысить свое мастерство с учетом прошлого боевого опыта. Кто вообще не занимался боевыми искусствами (или просто не уверен в своих силах!), может воспользоваться следующими рекомендациями:

Мы предлагаем вам убедиться в эффективности наших методов на практике и потренироваться с человеком, который заведомо сильнее и подготовленнее вас! Женщины могут испытать наши техники со своими мужьями, или братьями, или с любимыми (ведь близкий человек не откажется помочь в столь деликатном деле). Они должны понимать, какая опасность угрожает женщине или девушке в наше время. Мужчины могут проверить эффективность *техник превосходства* со своими друзьями или приятелями, а дети – с родителями или также с друзьями. С чего же следует начать?!

### **Начинайте с практического освоения принципа «абсолютного превосходства»!**

Ваша задача – убедиться, что НИКТО не способен защититься от быстрого и неожиданного удара на определенной дистанции – дистанции «быстрого касания». Любые сомнения в том, удастся ли вам «дотянуться» до своего соперника или нет, совершенно несостоятельны, так как нападающий **сам (!)** приблизится к вам на нужную дистанцию, ведь он захочет ударить или схватить вас, а для этого вынужден будет, как минимум, подойти.

Мы не будем в данной главе рассматривать случаи, когда противник угрожает вам огнестрельным оружием на расстоянии, поэтому пока лишь речь пойдет о противодействии сильному (и даже вооруженному) противнику на достаточно близкой дистанции.

Пусть ваш напарник приблизится к вам на дистанцию вашей (!) вытянутой руки. Вы уже знаете, что он намного превосходит вас по уровню физического развития и мастерства, и, казалось бы, у вас не может быть никаких шансов с ним справиться. Тем не менее вы легко сможете убедиться в обратном. Более того, вы обнаружите, насколько беспомощен ваш напарник перед ударами, основанными на принципе «быстрого касания».

Сначала учитесь атаковать **безопасные** зоны (область живота, плечо, волосистая часть головы и т. п.), однако прежде, чем это сделать, попробуйте атаковать шлепками предплечья напарника. Пусть ваш напарник станет в боевую позицию и попытается защитить свои руки от ваших неожиданных атак кистью **ведущей руки** (поясним, что «ведущей рукой» мы будем называть руку, которая находится ближе к противнику). Атаки выполняйте в виде легких шлепков тыльной или ладонной частью кисти. Заметим, что подобные атаки лишь выглядят слабыми и безопасными! На самом деле для

поражения уязвимых целей (глаз, горла, паха и пр.) особой силы не требуется, и вы легко можете вывести противника из строя, если даже слегка ткнете его в любую из перечисленных зон.

Сейчас, атакуя предплечья, вы убедитесь в том, что ваш напарник, имеющий заведомо более высокий уровень подготовки, не способен защититься! Конечно, он будет пытаться это сделать, но вы увидите, что у него ничего не получится. Поначалу вы можете подумать, что он вам подыгрывает, пока не убедитесь в его реальной беспомощности. А ведь вы атакуете сейчас безопасные зоны. Что же произойдет, если вы будете наносить удары уже по уязвимым целям?! Да, то же самое!!!

В качестве поучительного примера можно привести рассказ нашего ученика, который показал технику «*быстрого касания*» своей девушке и с удивлением обнаружил, что теперь уже не может парировать ее удары!!! Причем это были удары совершенно неподготовленного человека (девушки, которая никогда ранее не занималась единоборствами)!

Своим ученикам мы объясняем, что каждый мужчина обязан научить свою избранницу этим поистине *волшебным* техникам; также и родители должны познакомить своих детей с жизненно важными *Знаниями ШАР*. Следует понимать, что мы живем в такое время, когда владение **техниками Шар-боя** необходимо для выживания, и, чтобы понять это, достаточно познакомиться с ежедневной криминальной хроникой.

В качестве примера приведем случай, показанный в одной из рейтинговых телепередач, посвященных боевым видам единоборств:

*На молодого человека («интеллигента в очках») было совершено разбойное нападение в подъезде жилого дома, где два мордоворота втолкнули его в кабину лифта и забили металлической трубой, нанося удары по голове. В телепрограмме решили подробно рассмотреть произошедший случай с точки зрения канонов боевых искусств. Некий специалист по восточным единоборствам, представленный как инструктор по рукопашному бою для спецподразделений, показал, как (!), по его мнению, следует действовать в подобных ситуациях. Когда мы посмотрели, что он показал, то первый вопрос, который у нас возник, был следующим: «Кто же его научил "этому"?!» Мы были удивлены, увидев, что предлагаемые рекомендации мало чем отличались от пресловутого совета бить в «правую почку» при угрозе ножом. Вместо реально действующих эффективных боевых техник он предложил борьбу и выкручивание рук (а также царапание лица противника дверным ключом). Для наглядности он показал, что и как надо было делать потерпевшему. Продемонстрированные инструк-*

*тором «приемы» выглядели чрезвычайно зрелищно и эффективно, создавая полную иллюзию реальности. Инструктор выполнил против захвата за грудки выкручивание руки противника в области запястья (!) и далее, ударив первого нападающего головой о стенку лифта, поднырнул под удар металлической трубой и... был таков!*

Проведем теперь краткий анализ увиденного. Единственный правильный совет, который мы слышали, состоял в том, что ни в коем случае **нельзя поворачиваться к нападающему спиной!** Всё остальное не выдерживает никакой критики! Например, «специалист» показал, как выкручивать руку нападающего и при этом захватил её в области запястья. Представляете, какой уровень компетентности этого человека?! Если вы попытаетесь выкручивать руку нападающего за запястье, то сразу же поймете, о чем мы говорим. Ваша кисть будет соскальзывать, и вы не сможете вывернуть его руку, даже если будете сильнее своего противника. Чтобы оказать болевое воздействие, необходимо захватывать не запястье, а кисть и пальцы. Таким образом, инструктор предлагает бороться с теми, кто нападает, и в этом состоит грубейшая ошибка.

**Не надо бороться с теми, кто хочет покалечить или убить вас!**

**Противника нужно бить!!!**

Иначе все ваши действия будут неадекватными. Заметим: чтобы вывернуть руку даже при правильном захвате, необходимо использовать **вспомогательные удары** (например, коленом в пах или кулаком в нос, а если вы намного слабее нападающего, то – пальцами по глазам!). В этом случае нападающий «забудет» про свою руку, и вы сможете легко освободиться от захвата.

В числе других рекомендаций предлагалось также... царапать лицо нападающего дверным ключом. Царапать?! Для наглядности показывалось, какие «страшные» следы остаются на обтянутой кожей спинке стула. Похоже, человек, рекомендующий царапать нападающего, не понимает, что такими действиями можно только разъярить противника, привести его в бешенство. Мы уже приводили в нашей второй книге пример, когда школьнице удалось отбиться от насильника в лифте именно тычком ключа в лицо нападающего. Трудно представить, что произошло бы, если девушка начала царапаться! Насильник мог просто убить ее!

Подобных случаев можно привести множество, и все они наглядно покажут вам *надуманность* (или *искусственность*) предлагаемых «боевых» техник. Трудность состоит в том, что, если вы не имеете практического опыта (или не компетентны в дан-

ных вопросах), то вам будет непросто отличить реальные техники от ложных. Однако теперь, благодаря изучению ШАР, вы сможете отличить зерна от плевел. Так, если рассматривать только рукопашный бой, вы сумеете самостоятельно разобраться в эффективности любой Школы или стиля единоборств, и для этого достаточно протестировать их с помощью **принципа «быстрого касания»**.

**Принцип «быстрого касания» является универсальным тестом  
на «вшивость» любой системы единоборств!!!**

Если в арсенале той или иной Школы не учитывается наш принцип, то говорить о реальной эффективности боевых техник и приемов этой Школы просто не приходится. Все их техники не будут работать в условиях уличной драки!

Следующим этапом наработки ударов *«быстрого касания»* (с более подготовленным напарником!) является **работа с оружием**, причем в качестве оружия мы предлагаем поначалу использовать дубинки и макеты ножей: деревянные ножи, пластиковые бутылочки и т. п.

Почему мы предлагаем тренироваться сначала с макетами оружия?! Все объясняется чрезвычайно высокой эффективностью любых наших боевых техник. Если тренироваться с настоящим оружием, то неизбежен травматизм, а вы уже знаете, что достижение и сохранение здоровья является одной из Высших целей обучения в ШАР. Подробно технику работы с оружием мы рассмотрим в дальнейшем, и вы поймете, что если тренироваться правильно, то будет не важно – настоящее у вас оружие или всего лишь макет!

Благодаря предлагаемым нами методикам тренировок вы устраните любые сомнения в своих силах, а также в том, сможете ли вы уверенно расправиться с более подготовленным (и сильным) противником. Вы убедитесь, что как бы хорошо ни был подготовлен ваш соперник, он точно также беспомощен перед *техниками превосходства ШАР*.

Теперь рассмотрим еще один важный вопрос – это использование в реальном бою **подручных предметов**. Как вы понимаете, в качестве оружия может использоваться любой предмет, оказавшийся у вас под рукой. В настоящее время выпущено немало книг, подробно освещающих данный вопрос, и мы рекомендуем вам внимательно познакомиться с ними, чтобы получить хотя бы самое общее представление о боевых свойствах бытовых предметов. Напомним, что **боевые свойства оружия познаются**

**через «игру».** Возьмите предмет в руки и начинайте выполнять с ним разнообразнейшие манипуляции (раскачивания, вращения, перехватывания, подбрасывания и т. п.). Подобная *гимнастика* позволяет изучить боевые (и не только!) свойства любых предметов или объектов. Вы сами поразитесь, когда увидите результаты подобных самостоятельных тренировок.

Для физически слабого человека в первую очередь необходимо знать, **куда и чем бить, чтобы вывести противника из строя.** Например, удары в туловище, по рукам или ногам не принесут желаемого результата, а, наоборот, разъярят нападающего. Мы учим своих учеников быть *адекватными*, а это значит, что если на вас нападают, то необходимо защищать себя всеми возможными способами, однако при этом учитывать степень опасности, или угрозы. Если вас в общественном месте случайно толкнули в плечо или наступили на ногу, то будет неадекватно бить первого встречного по глазам или в пах. Однако если вы оказались наедине с вооруженным противником или группой отморожков, то тогда эти действия могут оказаться самыми правильными.

Для любого человека будет весьма полезно **знакомство с криминальной хроникой**, из которой можно узнать, что, вообще, происходит вокруг. Вы будете **учиться на чужом опыте**, что гораздо лучше, чем на своем собственном. Хорошим подспорьем могут служить художественные фильмы по той же тематике, где обыгрываются те или иные ситуации криминальных нападений.

Вы поймете, что наиболее эффективными техниками противодействия *реальному противнику* являются удары в жизненно важные зоны (по глазам, в горло, в пах и т. д.). Чтобы научиться выполнять **травмирующие воздействия**, следует специально тренироваться, и лучше всего это делать с напарником. Естественно, необходимо соблюдать все меры безопасности, чтобы вы случайно не покалечили друг друга. К этим мерам относятся: работа на пониженных скоростях или с постепенным увеличением скорости и силы, умение вовремя останавливать свои удары, если напарник не успел среагировать или среагировал неадекватно, и т. д. Чрезвычайно важно запоминать все свои ощущения, что позволит вам в дальнейшем уверенно воздействовать на уязвимые зоны и части тела противника.

Ударные формы, которые вы будете использовать, должны быть предварительно укреплены, и хотя **методы их укрепления** подробно описаны в наших первых книгах, мы напомним сейчас наиболее важные из них:

- стояние и нахаживание;
- удары по мягким и жестким целям;

- «лепка» ударных форм;
- прокатывание о жесткую поверхность;
- активизация состояния «камня»
- ударная набивка (или закалка) и др.

Всегда помните один из важнейших принципов, который мы называем «**защитой черепахи**». Речь идет о постепенном и осторожном увеличении любых нагрузок. Ни в коем случае не спешите, так как *Здоровье* является одной из Высших целей ваших тренировок, и его нельзя разрушать чрезмерными нагрузками.

Для того чтобы справиться с сильным и подготовленным противником, необходимо овладеть быстрыми, сильными и точными ударами, а также уметь **преодолевать страх** перед столкновением. Приемы и способы развития нужных качеств вы также можете найти в наших первых книгах.

Мы рекомендуем внимательно отнестись ко всем нашим рекомендациям. Следует также учитывать вес и рост нападающего (или нападающих). Это особенно актуально **для женщин и детей**, ведь противник может быть выше вас ростом, поэтому, чтобы «приблизить» к себе наиболее уязвимые его зоны (глаза, горло, нос), нужно использовать вспомогательные удары в пах или низ живота. Такие удары заставят его согнуться от боли (или всего лишь от страха перед угрозой удара), и ваша цель будет достигнута. Вы легко сможете дотянуться до ранее недоступных зон.

В качестве вспомогательных техник используйте «**вязкие**» **атаки и защиты**, с помощью которых вы сумеете *сковать* и *замедлить* опасного противника.

Для физически слабого человека не менее важно использовать принцип обмана «**Быть и казаться!**» Испытывая страх, старайтесь не показать этого! Будучи слабее нападающего, держитесь так, словно вы прекрасно подготовлены и даже вооружены, и т. д. Естественно, что никаких канонов здесь не существует, и все зависит от той конкретной ситуации, в которой вы оказались.

**Знания ШАР – это ключи к абсолютной победе!!!**

## Глава 5 Власть над эмоциями

*Об открытиях современных ученых в области психофизиологии травм. Ядерная катастрофа и её ужасные последствия!!! Генетический сбой программы. Ностальгия по «языческим» временам. «Язычество» – это... многоязычие! История повторяется! Символика «Птицы Феникс». Лечит не время, а – Знание! Бессмертие – лучшее лекарство! Возраст человека или возраст «одежды»?! Никогда не рождаться и не умирать! Кому завидуют Боги? Расшифровка самоназвания «агуа». Общепланетарная Катастрофа – основная причина утраты Высших Знаний. Истоки Учения Бессмертных (или Спокойных). «Лунные» и «солнечные» культы. Самое главное – психология! Способы достижения невозмутимости. Наблюдение за эмоциями – ключ к их управлению! Активизация эмоций и сверхвозможности человека. «Вспышки» ярости, страха и др. Управление эмоциями через игру. Притча о Вкусе Жизни и медитации «чудесного ребенка». Этимология слов «счастье» и «радость». Эмоции и питание. «Балансирование на краю пропасти». «Прыжки в пропасть». Состояние «камня». Дрожь как признак слабости. От неконтролируемой дрожи – к управляемой вибрации! «Маятник эмоций» и «зеркало». Искусство перевоплощения (или ролевые игры). «Бешеный воин». Методики вхождения в боевые ИСС. Этимология слова «ярость». Мобилизация психики. «Вектор гнева». Сила рождает Спокойствие. «Внутренний Наблюдатель» и работа с «нитью жизни». Самопрограммирование и состояние «киборга». Управление эмоциями противника. Боевая психология. Знание сути Открытия и власть над эмоциями.*

Как сохранить самообладание в критической ситуации? Как не растеряться в опасную минуту? Как справиться с гневом, страхом или любой другой сильной эмоцией? На эти (и многие другие!) вопросы мы постараемся ответить в настоящей главе, но прежде расскажем об исследованиях современных ученых в области **психофизиологии травм**.

Изучая влияние на здоровье различных *травмирующих* факторов, современные ученые обнаружили, что, оказывается, последствия от эволюционно естественных для человека травм (в виде вывихов, растяжений, ушибов, сотрясений и пр.) коренным образом отличаются от последствий, вызванных, например, ранениями от огнестрельного оружия. Пулевые ранения, а также ранения, полученные от взрывов, являясь совершенно чуждыми естественным эволюционным процессам, ведут к *необратимым* изменениям даже на *генетическом* уровне! Раны, полученные от такого оружия, настолько серьезно повреждают здоровье, что замалчивать данные факты совершенно недопустимо!

Что же происходит во время *пулевого* ранения или при *взрыве*? Как организм человека реагирует на подобные *сверхрезкие* разрушительные нагрузки? Оказывается, че-

ловек испытывает состояние, которое можно назвать **сверхстрессом**, а «следы» такого воздействия остаются на самом *глубинном* уровне. Как результат, последствия любых войн или конфликтов с применением различных видов оружия ни для кого **не проходят бесследно**, они не «забываются» организмом человека и могут в дальнейшем проявиться самым неожиданным и, естественно, негативным образом, особенно – в *психоэмоциональной* сфере!

Ни для кого не секрет, какое внимание требуется людям, пережившим теракты, прошедшим через войны или вооруженные конфликты. Именно поэтому в настоящее время специалистами разработаны достаточно эффективные методы *реабилитации* таких людей, но даже все эти меры не могут полностью компенсировать последствия перенесенных *психофизических* травм.

Если даже *пулевые* или *взрывные ранения* оказывают на человеческий организм столь глубокое разрушительное действие, то что же говорить тогда о **ПЛАНЕТАРНОМ КАТАКЛИЗМЕ**? А ведь приблизительно 12 тысяч лет назад на нашей Земле произошла ужасная Катастрофа. Мы утверждаем, что это была настоящая *ядерная Война*, которая не только унесла множество человеческих жизней, но и необратимо изменила Климат нашей Планеты, привела, в конечном счете, к гибели высокоразвитой арийской Цивилизации.

**Неолит** (или «**новый каменный век**») явился «результатом» той ужасной Катастрофы. Именно с тех незапамятных времен родилось представление о «пещерных людях», а «язычество», к возврату которого призывают некоторые энтузиасты, в действительности было уже периодом упадка высокоразвитой арийской *Культуры*, расцвет которой пришёлся на *докатастрофные* времена. Напомним, что, по этимологии ШАР, слово «**язычество**» расшифровывается нами не как «**многобожие**», а как... «**множество языков**» (**многоязычие**): люди, разделенные огромными расстояниями, не имея средств связи и других возможностей для общения, «заговорили» на разных языках и, как результат, перестали понимать друг друга. Именно так, мы считаем, возникло множество языков на нашей Земле!

В настоящее время различными издательствами выпущено немало интересных книг, посвященных древнейшей *Истории*, однако далеко не всё, что там описывается, соответствует нашим представлениям. Мы утверждаем, что никаких иных Цивилизаций на Востоке, кроме арийских, не существовало! И точно знаем, что и *Харатта*, и *Шумер*, и *Древний* («*додинастический*») *Египет*, и все другие Цивилизации Мира были

основаны представителями БЕЛОЙ РАСЫ, крупнейший *Центр* которой находился в Арктиде. Легендарная Атлантида также была населена нашими *Великими Предками*.

### ИСТОРИЯ ПОВТОРЯЕТСЯ!!!

Как тысячи лет назад, так и в сравнительно недавние времена, между арийскими этносами происходили кровопролитные и жестокие войны. Вспомните Вторую Мировую войну, унесшую десятки **миллионов** (!) человеческих жизней, или – период «холодной войны» (когда конфликт между могущественными державами едва не закончился ядерной Катастрофой)! Подобное «повторение *Истории*» можно наблюдать даже в виде отдельных трагических событий прошлого века – таких, как, например, бомбардировка Хиросимы и Нагасаки!!! Слава богу, что у *Правителей* тогда хватило ума вовремя остановиться! Сейчас подобные заявления о причинах глобального Катаклизма для большинства кажутся фантастическими, как и многое из того, о чем мы рассказываем, однако мы уверены, что со временем ученые все-таки смогут правильно расшифровать то *Великое Наследие*, которое оставили наши *Предки*, и согласятся с нашими утверждениями и выводами.

Европейская Цивилизация возрождается после общепланетарной Катастрофы, словно «**Птица Феникс из пепла**». Обратите внимание на удивительную глубину и точность этого образа – «ВОЗРОЖДЕНИЕ ИЗ ПЕПЛА»!!! Кстати, вам будет интересно узнать, что, например, в китайской *Традиции* также существует представление о некоей **птице «Фен»!!!** По нашему мнению, несмотря на попытки китаеведов доказать, что китайская птица «Фен» никакого отношения к европейской птице «Феникс» не имеет, все обстоит как раз наоборот, и речь идет на самом деле о том же самом «мифологическом персонаже».

Постепенно мы уходим от так называемых «языческих» времен, вызывающих глубокую **ностальгию** у представителей почти всех отечественных Школ боевых искусств или «древнеславянских» *Учений*, которые, относя себя к «язычеству», с восхищением вспоминают о «прекрасных временах дикости и варварства». «*Золотым веком*» называют они те незапамятные времена: их привлекает «чистота» нравов и «простота» отношений между людьми. Всё им кажется таким естественным и правильным, тогда как мы говорим, что возвращаться необходимо прежде всего к Цивилизации, а не к «язычеству»! Возродить необходимо не «языческие» обряды (их можно изучать и даже использовать), а – *Высшие Знания* о *Человеке* и *Вселенной*! Именно эти *Знания*

должны послужить **ОСНОВОЙ** для возрождения древнейшей арийской *Культуры* и *Традиций* наших *Великих Предков*.

Что касается «Золотого века», то, как мы уже показывали ранее, это было *Время*, когда на Земле правили *Боги* (наши *Великие Предки*).

**Катастрофа привела к «повреждению» всей  
энергоинформационной структуры человека,  
что, безусловно, отразилось и на генетическом уровне!**

Об этом «сбое программы» мы подробно расскажем в дальнейшем, и вы узнаете, как описываемые события отразились на *глубинной* природе человека, на его способностях, в том числе, к *адекватному* реагированию. В качестве еще одного примера «сбоя программы» можно привести «переход» выживших арийских этносов с **вегетарианства** на поедание «трупов животных». Это также было вызвано последствиями общепланетарной Катастрофы, после которой чудом выжившие люди не знали, что им делать и как быть?! Они были вынуждены употреблять в пищу всё, что только удавалось раздобыть.

События тех времен были намного трагичнее, чем это показывается во всех (вместе взятых) фильмах о катастрофах, и мы уверены, когда-нибудь будет создана серия **научно-фантастических (и документальных!) фильмов** о том, что произошло в те «незапамятные» времена. Мы уверены, что эти фильмы станут самыми впечатляющими из всех, ныне существующих, но главное – они окажут мощное *психотерапевтическое* и *отрезвляющее* (!) воздействие на всех людей (особенно на политиков!), которые, наконец-то, смогут по-настоящему осознать, что мы живем на этой Земле вместе, и нам **нельзя ссориться** друг с другом ни по каким причинам, если мы **не хотим повторения** ужасной Катастрофы, «случившейся» в далеком *Прошлом*.

Мы убеждены, что **все народы** должны объединить свои усилия для достижения Мира и согласия, а тот **факт**, что на Востоке или в иных уголках Земли сохранились отголоски *Знаний* наших *Великих Предков*, является **Основой** для этого **объединения**:

**Высшие Знания наших Предков  
вненациональны и внерелигиозны!!!**

Однако расшифровать (и, тем более, использовать!) их можно, лишь обладая полной *Картиной* событий необозримо далекого прошлого. Это можно сравнить с игрой в паззлы, когда видение целостной картины позволяет сложить отдельные «кусочки» реальности вместе. Все мы храним в глубинах своего *подсознания* «воспоминания» о произошедшем много тысяч лет назад общепланетарном Катаклизме и наступившей вслед за ним «*Ядерной зиме*».

Страх и ужас, даже если вы их не осознаёте его, до сих пор глубоко «живут» внутри каждого! Вам должно быть теперь понятно, *почему* люди с таким удовольствием смотрят фильмы-катастрофы, и *что* привлекает теле- и кинозрителей подобных фильмов! Мы спрашиваем: «Можно ли преодолеть этот «генетически» заложенный страх? Можно ли избавиться от последствий той страшной *Трагедии*?!» События фильмов-катастроф пробуждают «*Древнюю Память*» (или генетическую память), и человек, словно заново, переживает *то*, что испытали наши *Великие Предки* во время *Войны Богов*. Просмотр подобных фильмов, как это ни парадоксально, оказывает *мощное* психотерапевтическое воздействие на человека.

Катастрофа и ее последствия оказали настолько сильное влияние на психику людей, что даже времена «язычества» (а это несколько тысяч лет!) не смогли «стереть» воспоминания об этом ужасном ядерном Катаклизме. Эта «память» сохраняется в виде множества языческих ритуалов и обычаев, смысл которых кажется сегодня совершенно неясным. Напомним, что свою расшифровку некоторых языческих ритуалов и *Традиций* мы давали в предыдущих главах этой книги.

Наши *Предки* знали и умели многое, они владели удивительными способностями (*сверхспособностями!*), которые в наши дни стали скорее *аномалией*, чем нормой, но самое важное другое – они абсолютно точно знали о своем личном *Бессмертии*, и мы покажем вам, что *Бессмертие* является настоящим КЛЮЧОМ к совершенному владению собой, особенно в экстремальных ситуациях.

*Мудрые* говорили: «Время лечит всё, и оно является лучшим лекарством!» Но так ли это?.. Прошли уже тысячи лет (а это, согласитесь, достаточно большой срок!), однако все мы на «генетическом» уровне до сих пор храним память об этой ужасной ядерной Катастрофе, и *Время* вовсе не стерло ее из нашей памяти!

Страшные «воспоминания» о ядерном Катаклизме укрыты, будто под толстым слоем снега, от сознания человека, но они остались и до сих пор «отравляют» всю нашу жизнь! Как результат, вся **История Человечества** – это история **непрерывных войн**

**и конфликтов между арийскими этносами!** Эти войны являются прямым следствием той ужасной *Трагедии*, поэтому мы утверждаем, что **лечит не время, а – Знание!**

*Знание* о своем *Духовном Бессмертии* является **единственным Лекарством** (или **панацеей!**), исцеляющим любые недуги и психофизические расстройства:

### **БЕССМЕРТИЕ – ЛУЧШЕЕ ЛЕКАРСТВО!!!**

Только представьте себе, что **Вы - Бессмертны!** По-настоящему Бессмертны!!! Будете ли вы испытывать страх, гнев, зависть или какие-либо другие отрицательные эмоции? Вряд ли... Скорее всего, вы наполнитесь ощущениями *Блаженства, Покоя, Внутренней Силы, Уверенности, Знания!*

Таким образом, *Высшей «техники» контроля над эмоциями* является *Знание* о своем личном *Бессмертии*. В этом случае вы уже не будете подвластны различным эмоциональным «всплескам», выводящим вас из прекрасного состояния *гармонии*. Кроме того, если вы достоверно знаете о *Бессмертии* всех своих близких, родных и любимых людей, то даже их «утрата» не будет столь трагична, ведь вы будете знать о том, что обязательно встретитесь в *Будущем*.

В известном американском **фильме «Троя»** Ахиллес рассказывает, что каждую ночь ему снятся те, кого он убил на войне и кто уже переплыл «реку смерти» (Стикс). Они говорят ему: «Мы ждем тебя, брат!» Заметьте, что ушедшие в иной Мир – не враги ему, они – **Братья!** Все люди вышли из *Единого Истока*, и рано или поздно к нему вернуться. Душа человека подобна воде в глиняном кувшине, и эта «вода» снова растворится в *Океане Жизни*, когда приходит время, когда «кувшин» (или физическое тело) приходит в негодность (например, «разбивается»).

В результате, «джинн» (или **душа человека**) **освобождается** из «кувшина», и, замечьте, она приобретает поистине *волшебные* способности.

### **Освобожденная Душа способна творить настоящие Чудеса!!!**

Об этом мы еще расскажем в дальнейшем подробнее. Отметим лишь, что тема «**Бессмертия**» подробно рассматривается не только во многих художественных произведениях, но и в научных, и в эзотерических работах, тем не менее, древние *Тайны* так и остаются нераскрытыми, а ведь в древнеарийских текстах даются прямые указания на *Пути* и способы достижения *Освобождения* (и *Бессмертия*). Чтобы понять их, нужно

всего лишь внимательно прочитать первоисточники. По *Учению* наших *Предков*, физическое тело подобно «одежде», поэтому, если кто-либо заявляет, что ему исполнилось, например, 50 лет, мы говорим, что это – не возраст человека, это – «**возраст его одежды**»! Безусловно, физическое тело стареет, изнашивается и, в конце концов, приходит в негодность, тогда как духовное тело не подвержено подобным изменениям, ведь оно бессмертно от *Природы*!

### **Никто не рождается и не умирает!!!**

Эта *Великая Истина* была хорошо известна нашим *Предкам* ещё много тысяч лет назад. Ту же самую *Идею* сформулировал индийский Мастер Бхагван Шри Раджниш, живший в прошлом веке, который завещал на своей могиле высечь надпись следующего содержания: «Никогда не рождался и не умирал, но лишь посетил эту Землю...» (и далее следовали две даты – рождения и смерти). Понять *Высшие Истины* способен далеко не каждый, но тот, кто осознал их, начинает жить по-другому. *Знание* о своем **Личном Бессмертии** является **ключом силы**, благодаря которому человек становится мудрее, спокойнее, счастливее, и все эти вопросы мы еще будем рассматривать.

Вам будет интересно узнать, *почему* родители и дети, друзья и знакомые – когда-то уже встречались друг с другом (подскажем: в своих прошлых жизнях) и не просто встречались! Нередки случаи, когда дети в прошлом были родителями своих нынешних родителей, а их сегодняшние родители – их детьми! Именно этот факт отражают «фантазии» маленьких детей, которые иногда заявляют своим родителям: «Вот, когда "Я" был большим, то тебя не наказывал так!» Подобных примеров можно привести множество, и все они наглядно показывают, что дети еще «помнят» то время, когда все было иначе. Именно эта «память» хранит *Высшие Знания*, которые впоследствии забываются.

В некоторых эзотерических Школах (*сектах*!) учат совершенно по-другому. Там говорят ученикам (или неофитам), что их родители – это чужие для них люди, и к ним они никакого отношения, будто бы, не имеют; причем целью всех этих «откровений» является попытка разрушить сложившиеся в семье отношения, ведь *секта* изначально призвана заменить человеку семью. К сожалению, подобные внушения попадают на «благодатную» почву, и духовно незрелые люди «покупаются» на лживые заверения руководителей *секты* об избранности «неофита». Результатом *промывания мозгов* яв-

ляются серьезнейшие психические и физические расстройства, которые с трудом поддаются лечению.

Мы рекомендуем своим последователям:

### **Если Учение мешает Вашей Жизни, отбросьте это Учение!!!**

Мы считаем, что именно **семья** (или **род**) является для человека самым важным! Семья – это не просто «ячейка общества», это – нечто большее! Заметьте также, что корень «**род**» содержится в таких словах, как «**народ**», «**город**» и многих других. *Учение о Всеобщей взаимосвязи* многое объясняет в нашем Мире, благодаря чему вы сможете понять, **кто вы, откуда и куда идете!!!** Ответ на эти вопросы настолько важен для человека, что многие готовы бросить всё, чтобы только узнать *Истину!*

Каждому человеку не хватает самообладания, невозмутимости, умения спокойно и адекватно реагировать на происходящее вокруг. Многие «выходят из себя» по любому (даже незначительному!) поводу, однако настоящая причина этого в том, что люди утратили те удивительные *Высшие Знания*, которыми обладали наши *Предки*. Расшифровкой этих *Знаний* по всему Миру занимается множество ученых (в том числе, из военных ведомств), и вы даже не представляете, какие удивительные *Тайны* хранят древние тексты (шумерская клинопись, египетские иероглифы, тексты на санскрите и других праевропейских языках). Подробнее обо всем этом мы расскажем в книге, которая будет целиком посвящена **Истории космической Цивилизации** наших *Великих Предков*.

Некоторые «специалисты» сравнивают ШАР с Шоу Дао, пытаясь навязать всем мнение, будто *Учение* Шоу более глубокое и полное, чем наше. Однако этого просто не может быть, потому что языческое *Учение* «Шоу Дао» утратило *Знания* о своих *Источках!* Адептам этого *Учения* достались уже обрывочные *Знания*, которые за тысячелетия претерпели множество изменений. Совершенно очевидно, что ни о какой целостности и речи быть не может!

Учитель А. Н. Медведева, кореец Ли Н., **искренне удивлялся** (?) тому обстоятельству, что «у истоков Шоу Дао было какое-то племя белых людей, живших где-то на Севере Европы». Его удивление (наряду с рассуждениями адептов Шоу о **примитивно-материалистическом** уровне развития так называемого «первобытного» человека!) наглядно подтверждает НЕЗНАНИЕ исторических реалий. Только не представляя себе, что же происходило много тысяч лет назад, можно утверждать подобные «истины»!!!

Заметим, что последователи Шоу Дао, как и многих других восточных *Учений*, даже не желают разобраться в *Мировой Истории*, наивно полагая, что если их Учителя не рассказывают им ничего более, кроме *Легенд*, то незачем знать большее. Знание об исторических событиях у них, как правило, ограничивается знакомством с жизнеописанием *Патриархов Учений* – тех, кто был у истоков создания того или иного стиля, однако, как вы понимаете, подобные истории вовсе не отражают тех глобальных событий, которые происходили на нашей Земле много тысяч лет назад.

Наши *Предки* называли себя **арья**, что, согласно **Шар-этимологии**, в обратном прочтении означает «**Я – Ра!**» (или «**Я – Бог!**», «**Я – Солнце!**», «**Я – Свет!**», «**Я – Истина!**»).

**Обратите внимание, что Бессмертная Природа человека  
уже отражена в самоназвании арийских этносов,  
и в этом – КЛЮЧ!!!**

Некоторые индологи переводят слово «агуа» как «благородный», т. е. дают, мягко говоря, не совсем точный перевод слова, искажая истинный его смысл. Другие трактуют самоназвание «агуа» как производное от глагольного корня «р/ри» («странствовать, бродить, перемещаться с места на место»), что якобы указывает на кочевой образ жизни (см. книгу Н. Р. Гусевой «**Русский север – прародина индо-славов (Исход предков арьев и славян)**», Москва, изд-во «Вече», 2003). Третьи вообще дают ложную трактовку, утверждая, что «агуа» – это... «чужеземцы» (?!). Представляете, какие нелепые идеи хотят внушить обществу!

«**Я – Ра!**» – далеко не единственное «некорректное» этимологическое толкование, которое мы предлагаем. «Агуа» – это еще и **а-рья**, т. е. **не рья** (-ный), или... **Спокойный** (!). Напомним, что на санскрите отрицание чего-либо нередко усиливается частицей «а»: легендарный *напиток Бессмертия* ариев называется «**а-мрита**» (отрицание (**а-**) смерти (**-мрита**)). Маленькие дети, не зная никаких правил произношения русских слов, часто *бессознательно* используют аналогичные приемы, например, они говорят: «**а-хочу!**» (**не** хочу), «**а-буду!**» (**не** буду) и т. д.

«*Бессмертными*» или «*Спокойными*» называли себя наши *Великие Предки*, но кто были эти *Бессмертные* в понимании «язычников»?..

## БЕССМЕРТНЫЕ – ЭТО БОГИ!!!

Только они по-настоящему бессмертны! Человек же, по мнению язычников, всегда считался существом смертным, и в этом заключается ещё один из языческих *Мифов*, основанных на невежестве, которое явилось результатом утраты *Высших Знаний*. В уже упомянутом нами фильме о Троянской войне Ахиллес говорит жрице *Бога Солнца* (служительнице храма Аполлона): «Хочешь, я расскажу тебе то, чего ты не знаешь о Богах?! Я видел Богов, и они завидуют нам, простым смертным! Мы – обычные люди, и неизвестно, что с нами будет через год или даже завтра. В любой момент мы можем погибнуть, умереть, а это делает нашу Жизнь яркой и насыщенной! У них же – всё по-другому! Они – бессмертны, поэтому их существование лишено таких страстей».

Фильм «Троя» наглядно показывает, *что* происходило и *что* происходит уже на протяжении многих тысяч лет на нашей Земле. Мы говорим о бессмысленной братоубийственной войне между арийскими этносами – теми, кто чудом выжил после страшной Катастрофы!

И, действительно, между арийскими народами до сих пор ведутся непрерывные войны.

### История послекатастрофной арийской Цивилизации – это история непрерывных войн и вооруженных конфликтов!!!

Все эти конфликты являются «результатом» пережитой нашими *Предками* Всемирной Катастрофы. Именно Катастрофа стала причиной утраты *Высших Знаний*, причиной того, что мы «забыли» о своих корнях и истоках!!!

Отголоски древнейших *Знаний* наших *Предков* сохранились не только в китайском Шоу Дао (как *языческой* ветви древнеарийского *Учения*), но и во многих других восточных Школах и *Учениях*, например, в японской религии СИНТО, которая переводится как «*Путь Богов*». Вам должно быть уже понятно, о каких *Богах* идет речь – о *Богах Солнца*!!! На территории Японии задолго до появления там японцев жили загадочные айны – народ, численность которого в настоящее время очень мала (всего около 20 000 человек).

Айны – белокожие люди с совершенно неазиатским укладом жизни, со своими обычаями и *Традициями*, часть которых была позаимствована у айнов японцами. Не секрет, что подобная практика «заимствования» с последующим «забвением» *Истоков*

весьма типична для стран Востока, и объясняется это «лунными» культурами, получившими широкое распространение на Юге.

Европейские народы всегда несли «солнечный культ» (или культ РА)! Это был культ *Силы, Знания, Справедливости, Борьбы!!!* Как мы уже показывали, тысячи лет назад с Севера Европы уже языческое Учение наших Предков попало в Индию, а затем – в Китай, Японию, Корею и т. д.

Если рассматривать Историю славянских народов (например, русских, белорусов и др.), то наши Предки, оставшиеся на Севере Евразии, называли себя РУСАМИ. Для нас совершенно очевидно, что слово «рус» произошло не от названия реки «Рось» (или от каких-либо других похожих имен, например, князей-правителей, как это пытаются показать некоторые «историки»), а оттого что они были... русыми (!), т.е. светловолосыми.

Примечательно, что словосочетание «Я – Рус» в обратном прочтении звучат как **сурь-я** (что на санскрите означает «Солнце»!), прямо указывая на солнечную Природу русов (сравните с самоназванием «агуа» у арийских этносов).

Когда вышла наша книга «Мастер рукопашного боя», некоторые знатоки, даже не взглянув на неё, высокомерно заявили: «Техники и приёмы это, конечно, хорошо, но самое главное в подготовке бойца – психология!».

Многие уверены, что любые учебные пособия по данной тематике содержат лишь подробные описания каких-либо приемов и техник («удары руками, удары ногами»), и в лучшем случае – самые общие рекомендации относительно того, как вести себя в экстремальных ситуациях, поэтому им было невдомек, что наши книги принципиально отличаются от всего, что было опубликовано ранее.

Не секрет, что человек может прекрасно владеть боевыми техниками и даже побеждать в состязательных схватках, но растеряться в реальной ситуации. Столкнувшись с вооружённым противником (или группой нападающих), даже тренированный и подготовленный боец испытывает страх и зачастую не способен адекватно применять свои навыки и умения. Здесь на самом деле чрезвычайно важна психофизическая подготовка, именно поэтому наша первая книга на 99,9% состоит из специальных психофизических техник и упражнений!

**Само главное – психология!!!**

Совершенное владение эмоциями важно не только в опасной ситуации, но и в обычной, повседневной жизни! Для достижения этого вы можете использовать любые техники и медитации, описанные в главах «Способы преодоления страха» и «Основы психофизической подготовки» (книга «Мастер рукопашного боя»). Внимательно перечитайте эти главы, чтобы освежить в памяти приемы достижения *невозмутимости*. Одной из важнейших техник ШАР для достижения совершенного *психофизического* контроля является упражнение «**невозмутимость**», подробно описанное в нашей первой книге. Это упражнение мы рекомендуем выполнять и в быту, в качестве **скрытой** тренировки. Если вы сталкиваетесь с чьей-либо грубостью, хамством, агрессивностью, то учитесь не поддаваться столь естественным (для всех, но не для вас!) эмоциональным порывам. Подробно эти вопросы мы рассматриваем в главе «Основы невидимой тренировки».

Обратите внимание, что многие реакции в нас словно *запрограммированы*. На оскорбление обычный человек реагирует вполне предсказуемым образом, и все зависит только от ситуации. Данное обстоятельство можно использовать для *управления* противником, причем речь идет о сознательном *провоцировании* стандартных ответных реакций. Нетрудно предположить, как будет вести себя тот или иной человек, если его толкнуть плечом или обругать матом.

В рукопашной схватке вы также можете намеренно вызвать у своего соперника нужные вам эмоции (обиды, раздражения, злости и т. д.). При этом сами избегайте эмоциональной вовлеченности в происходящие события, и, хотя внешне вы можете выражать любые чувства, внутри вас не должно быть абсолютно никаких переживаний. Сохраняйте самообладание, даже когда вас буквально пытаются вывести из себя.

### **Изучайте свои психофизические реакции на любые внешние воздействия!!!**

Обратите внимание, *что* происходит с вашей психикой, когда вы, например, узнаете неприятное известие, или когда вас намеренно толкнули плечом, или обругали. В качестве замечательного *психофизического* упражнения, развивающего навыки *адекватного реагирования* на любые внешние воздействия, является техника, которую мы называем – «**Зеркало**». Как вы уже догадались, речь идет об умении вести себя точно так же, как ведет себя ваш противник (или любой другой человек). Вы словно *копируете* его действия, движения и реакции.

### Действие рождает противодействие!!!

Этот *Закон* является одним из фундаментальных *Законов Природы*! Например, вы столкнулись с хамом или с агрессивно настроенным типом. Можно, конечно, опустив вниз глаза, постараться уйти от конфликта, но будет ли это адекватно?! Мы предлагаем вам стать тем, кем вы являетесь от *Рождения*, – **Воином**, а если быть точнее – **«Небесным Воином»!!!** Вспомните об открытых нами исторических *Открытиях*, касающихся **космических Истоков** нашей Цивилизации!

### Все мы – потомки «Небесных Богов»!!!

#### А Боги – это Великие Воины!!!

Воин не потерпит наглости или хамства по отношению к себе или своим близким! Воин всеми силами постарается восстановить *Справедливость*! Все боевые техники ШАР (как древнейшей **праевропейской Традиции**) учат именно этому!

Мы хотим, чтобы «слабый» мог дать отпор «сильному», чтобы «безоружный» мог справиться с вооруженным, чтобы *Справедливость* все-таки восторжествовала, и для этого вооружаем своих учеников и последователей **техниками превосходства**.

Одним из способов достижения *невозмутимости* является известная вам медитация:

### «Видеть близкое как далекое, и – наоборот!!!»

Попробуйте взглянуть на свои «земные» проблемы с «космической» точки зрения, и вы обнаружите удивительные вещи, а *то*, из-за чего вы сильно расстраиваетесь, на самом деле, не стоит и выеденного яйца.

*Отрешенность* (или *отстраненность*) позволяет увидеть происходящее вокруг, словно со стороны, и, как результат, вы будете реагировать на все *адекватно*. Легко оценивать правильность чьих-либо поступков, наблюдая издали. Так и здесь, если вы не будете эмоционально вовлечены в происходящее, то сможете избежать многих ошибок.

Вспомните принцип **«отказаться от цели, чтобы достичь ее!»**. Его прекрасно иллюстрирует притча о *«Волшебном олене»*, которую мы приводили в нашей первой

книге (см. главу «Охота за кулаком»). Этот принцип недвусмысленно указывает на необходимость эмоциональной отрешенности для достижения выбранной цели. Добавим, что, наблюдая за своими эмоциями, вы приобретаете еще одно важнейшее качество: вы учитесь управлять ими.

### **Наблюдение за эмоциями – ключ к их управлению!!!**

Понаблюдайте за тем, что происходит с вами, когда вы радуетесь, грустите, сердитесь, нервничаете и т. п. Вы сделаете множество интересных и практически полезных открытий, поймете, *как* зарождается та или иная эмоция, но, самое главное, вы сможете *управлять* этим процессом, **усиливая** или, наоборот, **ослабляя** свои ощущения. Вы приобретете бесценный ДАР, именуемый нами как **«власть над эмоциями»**. Обратите внимание, слово **«дар»** в обратном прочтении звучит как **«рад»!** Человек **ра**дуется, когда получает что-либо в награду.

Напомним, что эмоции связаны со **сверхвозможностями**, причем история знает немало примеров, когда в состоянии сильного эмоционального возбуждения человек становится способным на *Чудеса*. Он проявляет необыкновенную силу, скорость, ловкость, прыгучесть и т. д., однако после выхода из этого состояния человек уже не может повторить своих «подвигов» и, естественно, не верит, что такое возможно.

Учитесь вызывать контролируемые **«вспышки» ярости** (гнева, страха и т. д.). Обратите внимание на резкое «сужение» вашего сознания: в этом состоянии происходит естественная активизация внутренних сил и резервов вашего организма. Благодаря этим несложным упражнениям вы также приобретаете способность контролировать свои эмоции, особенно в экстремальных ситуациях.

Управлять своим психоэмоциональным состоянием можно также через игру. Если вы будете относиться ко всему, что происходит вокруг, как к некой игре со своими правилами и участниками (**«Жизнь – игра?!»**), то поймете абсурдность чересчур серьезного к ней отношения! Вы увидите, что люди нередко нарушают правила этой игры и делают это совершенно осознанно, ведь Жизнь отличается от любой игры тем, что в ней **нет никаких правил!** Наоборот, следование каким-либо искусственным «канонам», как раз, и приводит к беде.

При этом очень важно всегда быть оптимистом и верить в лучшее.

## **Радуйтесь жизни и наслаждайтесь ею!!!**

### **Цените всё, что у вас есть!!!**

Помните, что, лишь безвозвратно теряя, человек начинает ценить утраченное. Так, неужели, чтобы осознать ценность того, что у вас сейчас есть, нужно лишиться этого?! Например, родные люди ссорятся друг с другом, не понимая того, что в любой момент они могут потерять друг друга навсегда, и все их эти мелкие ссоры совершенно бессмысленны и нелепы. Нам известен случай, когда муж, поссорившись с женой, уходя на работу, хлопает дверью и в сердцах бросает: «Прощай!» После чего он пропадает и, как выясняется, навсегда! Сначала все думают, что он просто загулял, но потом оказывается, что на самом деле произошло несчастье. Он попал под машину и погиб.

Мы уверены, что если бы люди представляли себе, чем могут закончиться подобные семейные ссоры, то никогда не позволили бы себе резких и злых слов по отношению друг к другу. Мы рекомендуем вам чрезвычайно бережно и осторожно относиться к любым своим словам и выражениям, ведь они оказывают очень сильное воздействие на нашу жизнь. Близкие и родные люди не должны бросаться ругательствами в виде: «Чтоб ты сдох! Чтоб тебе пусто было! Глаза бы мои тебя не видели!» и т. п.

Основу *Мировоззрения* наших *Предков* составляло **Учение о Вкусе Жизни**, поэтому здесь будет уместно рассказать одну древнюю притчу:

*Однажды человек шел через поле. Неожиданно ему навстречу выскочил голодный тигр. Человек в ужасе побежал от него прочь, не разбирая дороги, пока не увидел, что дальше деваться некуда: перед ним оказался крутой обрыв, а внизу – болото, кишящее крокодилами. Человек, цепляясь за корни и ветки кустарника, начал спускаться вниз и повис на ветках кустарника. Сверху рычал голодный тигр, а снизу в это время подплыли несколько крокодилов, уже готовых проглотить его. Наш герой растерялся и совершенно не знал, что делать. Ситуация, в которую он попал, казалась ему совершенно безвыходной, но это были еще не все испытания. Вдруг он почувствовал, что ветка, за которую он держится, вот-вот сломается. Он услышал, как она трещит под тяжестью его тела. Осознав, что ему осталось жить совсем немного, человек протянул руку к диким ягодам, которые росли на склоне обрыва, и сорвал их. Отправив их в рот, он вдруг ощутил такое блаженство вкуса, какого не испытывал никогда в своей жизни. Этот миг был прекрасен!*

О чем говорит эта притча, и что древние Мастера пытались передать с ее помощью?! Она, как и все остальные притчи, имеет множество смыслов, постичь которые не

так просто. Попробуйте ответить на наш вопрос: «**Остался ли в живых тот человек?!**» Подумайте, от *кого* бы мы тогда узнали эту историю?! *Притча о Вкусе Жизни* наглядно показывает, что, к сожалению, обычный человек не ценит *то*, что у него есть: он не дорожит своим здоровьем, домом, семьей, друзьями и т. д. Однако представьте, что вам осталось жить всего лишь несколько дней! Что бы вы стали делать? Чем бы занялись в первую очередь? Попробуйте использовать медитацию «**последний день (минута, час, неделя, месяц, год) жизни**», и вы откроете для себя немало удивительного!

**Неужели для того, чтобы осознать ценность Настоящего,  
необходимо оказаться на грани между Жизнью и Смертью?!**

Среди множества техник, позволяющих управлять своими эмоциями, особое место в ШАР занимают техники и упражнения «**Чудесного ребенка**».

Ребенок всегда радуется Жизни и счастлив, что вокруг него есть такой удивительный Мир! Взрослые утрачивают эту **радость жизни**, они живут в *скучном* и *сером* мире, от которого *устают*, именно поэтому они стараются «убить» *время* бессмысленными занятиями, а ведь вместо этого они могли бы заняться тем, что действительно значимо для них. Речь идет о путях и способах достижения физического и духовного совершенства.

Подумайте, как расшифровываются слова «**радость**» и «**счастье**»? Что они означают? Мы утверждаем, что чувство радости человек испытывает тогда, когда достигает **состояния «Ра»**. Слово «радость» есть результат достижения «**Ра**», а слово «счастье» является производным от слова «сейчас» (или сокращенно – «счас»), т. е. того, что происходит сей-ЧАС, в настоящий момент времени!

**Счастлив тот, кто живет в Настоящем!!!**

Запомните, только *Настоящее* делает наше существование **осмысленным** и **живым**, поэтому если вы научитесь жить в *Настоящем* (а не в иллюзорном Мире!), то испытаете удивительное чувство счастья и неопикуемой радости. Заметим, что все эти качества от *Природы* присущи каждому человеку, и ваша задача – открыть их в себе.

Эмоции человека также связаны с питанием, поэтому, перефразируя известную поговорку, можно сделать вывод:

«Скажи мне, что ты ешь, и я скажу – кто ты!»

Не случайно наши *Предки* делили пищу по трем качествам (саттва, раджас и тамас). Эти санскритские слова означают буквально следующее: **саттва** – это чистота, **раджас** – энергия, **тамас** – темнота. Заметьте, насколько эти слова близки к своим *русским* аналогам! Подробнее обо всем этом мы напишем в отдельной публикации. Отметим лишь, что, правильно питаясь, можно добиться поистине удивительных результатов, и речь идет не только об укреплении физического или душевного здоровья, но и о развитии желаемых *сверхспособностей*.

Для того чтобы понять, какие продукты необходимы вашему здоровью, необходимо научиться чувствовать желания своего организма. Это похоже на то, как *беременная женщина* чувствует то, что нужно ей и ее ребенку. Выполняя упражнения ШАР, вы научитесь *интуитивно* выбирать ту пищу, которая полезна для вашего здоровья. Тогда, благодаря правильному питанию, человек становится эмоционально уравновешенным, спокойным и жизнерадостным.

Одно из подготовительных упражнений для определения качества пищи – **дистанционное**, или **мысленное, пробование еды**. Прежде чем вы купите (или начнете употреблять) какие-либо продукты, постарайтесь почувствовать их вкус. Вы обнаружите немало интересного. Например, внешне еда может показаться вам привлекательной (и даже аппетитной!), но в действительности окажется неприятной на вкус. Поначалу вы будете ошибаться, но по мере роста мастерства сможете уже безошибочно определять качество пищи. Стоит ли говорить о важности такой бесконтактной «дегустации»?! Подобные медитативные упражнения мы называем «**чудесным угощением**» и подробно рассмотрим их при описании *кулинарии наших Предков*.

К числу важнейших техник управления эмоциями относятся техники «**балансирования на краю пропасти**», причем в отдельных случаях это могут быть упражнения, которые в буквальном смысле выполняются на краю обрыва. Образно говоря, в экстремальной ситуации вы точно также словно оказываетесь «*на краю пропасти*», когда один неверный шаг (или поспешное движение) неминуемо приведет к беде.

Для тренировки эмоций мы также рекомендуем следующее упражнение. Попробуйте выполнять **прыжки с закрытыми (или завязанными) глазами!** Когда вы закроете глаза и попробуете прыгать (например, далеко вперед или высоко вверх), то поймете, о чем мы говорим. Чувство страха перед неизвестностью может охватить вас, ведь вы делаете прыжок в НИКУДА, а это по-настоящему страшно! Подобные упраж-

нения мы называем «прыжками в пропасть». Естественно, что данные техники имеют более широкое применение, однако, прежде всего, они связаны с особым риском и опасностью для жизни. Выполняя «прыжки в пропасть», вы постепенно привыкнете к возникающему чувству внутреннего страха (или неуверенности), ведь эти техники развивают особую *устойчивость психики* к любым неожиданным воздействиям.

**Эффективным упражнением по контролю над эмоциями  
является состояние «камня»!**

«Каменный воин» абсолютно спокоен и уверен в себе; он не испытывает страха и сомнений, не чувствует боли, крепок физически и почти неуязвим. Подробнее о том, как входить в *состояние «камня»* вы можете прочитать в нашей первой книге. Добавим лишь, что описываемые техники прекрасно могут использоваться в качестве *невидимой тренировки*.

Тем не менее, если для *состояния «камня»* характерна психофизическая *отрешенность*, то обычное состояние человека можно охарактеризовать таким словом как «**волнение**», причем, заметьте, как точно эти слова отражают происходящее с человеком! Людям свойственно испытывать *волнение* в разных ситуациях (перед экзаменами, соревнованиями, важными встречами и т. д.), и наши *Предки* не случайно сравнивали *сознание* человека с водной поверхностью, в которой отражается все, что находится вблизи. Если человек волнуется, то «поверхность озера» покрывается «рябью» или даже «волнами» («**волны эмоций**»), которые искажают реальность до неузнаваемости. В результате, человек перестает воспринимать Мир *адекватно*, так как не видит, что же происходит на самом деле. Причем мыслеобраз «отражать Мир» следует понимать буквально, ведь наше сознание воспринимает его именно как **отражение**, и наши *Предки* хорошо знали об этом. Когда вы начинаете волноваться, происходит искаженное восприятие Мира, и, как результат, – *неадекватное реагирование* на происходящие вокруг события. Заметим, что чем сильнее вы волнуетесь, тем в большей степени искажается *Картина Мира*.

Психическое волнение нередко сопровождается **дрожью** физического тела. Например, если человек боится чего-либо, его мышцы совершают *неконтролируемые аутодвижения*, подобные тем, которые возникают при замерзании.

### **Дрожь является очевидным признаком слабости или нехватки чего-либо!**

Вспомните, как при выполнении тяжелых *силовых* упражнений ваши мышцы начинают непроизвольно *дрожать*, а это однозначно указывает на то, что вам не хватает именно *физической силы*. Причины «дрожания» могут быть различными, но чаще всего это происходит от *страха, холода, волнений, сверхусилий* и т. д. Если устранить «источник дрожи», то активизируются позитивные качества, такие как *Бесстрашие, Энергия, Уверенность, Сверхсила* и пр., а это уже является КЛЮЧОМ к их развитию.

Мы предлагаем вам использовать «*вибрирующие*» движения для перехода **от неконтролируемой дрожи – к управляемой вибрации!** Нетрудно догадаться, как это сделать на практике, тем более что часть упражнений мы уже описывали ранее.

Для достижения *власти над эмоциями* рекомендуем также использовать «**маятник эмоций**» (как разновидность «*маятниковых*» движений!). Вы будете переходить от одного *измененного* состояния к другому, как бы раскачиваясь. Например, вы входите в состояние ярости и пробуете «*раскачивать*» свой «*маятник чувств*» из одного крайнего состояния в другое. Постепенно увеличивайте силу выбранной эмоции, чтобы испытать более яркие ощущения.

Помните, что «*раскачивать маятник эмоций*» следует осторожно, иначе вы причините вред своему здоровью. Сильные переживания оказывают на организм человека мощное воздействие, что проявляется в виде «выброса» в кровь дополнительных гормонов, а также нарушения функционирования не только нервной системы, но и работы всех внутренних органов.

### **Эмоции тесно связаны с внутренними органами!!!**

Сердце связано с радостью, печень – с гневом, почки – со страхом и т. д. Поэтому, чтобы сильные эмоции не повредили здоровью, необходимо постепенно укреплять свой организм, используя предлагаемый нами тренинг эмоций. В первую очередь, необходимо прислушиваться к своим внутренним ощущениям.

Прекрасной техникой управления психикой является «**зеркало эмоций**». Научитесь «копировать» эмоциональное состояние своего противника (или любого другого человека), тогда он не увидит, что происходит с вами на самом деле. Он будет видеть самого себя, как бы свое отражение в зеркале. Это позволит вам управлять его состоя-

нием: из *ведомого* вы незаметно становитесь *ведущим*. Нечто подобное происходило при выполнении «небесных» движений, когда «Небесный воин», следуя за своим противником, начинал управлять им, хотя внешне казалось наоборот.

Еще одной интересной техникой управления эмоциями являются **ролевые игры** (или **искусство перевоплощения**). Учитесь входить в желаемое эмоциональное состояние, «перевоплощаясь» в другого человека! Этим качеством прекрасно владеют актеры, что позволяет им погружать зрителей в глубокие ИСС (измененные состояния сознания), заставляя сопереживать героям на сцене театра или в кино. Наша жизнь подобна сцене, на которой разыгрываются самые драматические события, поэтому если вы научитесь **играть**, то сможете в любой ситуации увидеть происходящее как бы со стороны.

Одной из интересных и практически полезных техник контроля над эмоциями (и одновременно для развития *сверхвозможностей*!) является техника вхождения в состояние «бешеного воина». В этом состоянии человек практически не *чувствует боли*, абсолютно *бесстрашен*, обладает *сверхсилой*, *сверхскоростью* и многими другими необыкновенными качествами.

### **Состояние «бешеного воина» можно охарактеризовать одним состоянием – «сверхярость»!!!**

О том, что такое «ярость» и как ее пробуждают, мы уже рассказывали, когда вы изучали упражнения по развитию *сверхсилы*, «удары ярости», а также, когда знакомились с «некорректной» этимологией. Напомним, что слово «**ярость**» буквально означает «**Я – рост!**», так как в этом состоянии энергетическое тело человека увеличивается в размерах, охватывая собою все, что находится рядом.

Добавим также, что **мобилизовать** свою психику можно громким **скандированием**: «**Я – Ра!**» Несколько раз подряд громко и четко произнесите эти слова. Как солнечные лучи, проникая в темную комнату, наполняют ее теплом и светом, так и в вашем «Я» не останется места страху и неуверенности. Вы почувствуете, как в вас зарождается огромная сила, наполняющая все тело жизненной энергией. Точно также ярость можно разбудить, используя «**маятник эмоций**» (см. главу «Секреты маятниковых движений»).

В ШАР имеются особые техники, позволяющие «фокусировать» **энергию ярости** (или **энергию разрушения**) даже на очень большом расстоянии. Для этого человек,

входя в *состояние «ярости»*, должен направить **«вектор гнева»** по *невидимому каналу* к выбранной цели. Одновременно используется мыслеобраз того объекта, который вызвал ярость, причем все энергетические воздействия должны проводиться с учетом медитации *«готового результата»*.

Противоположным *состоянию «ярости»* является... СПОКОЙСТВИЕ. Напомним, что вам уже знакомы некоторые техники, позволяющие достичь этого поистине волшебного состояния. Например, оно достигается практически сразу, если удастся осознать себя **«Внутренним Наблюдателем»!** Как вы уже знаете, *«Внутренний Наблюдатель»* является вашим истинным «Я» (вашей *Духовной Сутью*), которое неподвержено никаким эмоциональным порывам и смятению.

Управлять эмоциями можно также с помощью медитации, которую мы называем **«Нить жизни»**. Речь идет о *воображаемом* просмотре всех событий, которые происходили с вами в *Прошлом* (или будут происходить в ближайшем *Будущем*). Заметим, что техники и упражнения, о которых мы рассказываем, *изначально* заложены в человеке на уровне *рефлексов*. Вспомните, как перед сном вы начинаете как бы заново «переживать» события минувшего дня или, наоборот, «заглядываете» в *Будущее*, моделируя те ситуации, в которых окажетесь в *Будущем*. Упражнения с *«Нитью жизни»* являются одной из древнейших арийских техник, и не случайно в народной языческой *Традиции* сохранилась память о том, что у каждого человека есть своя **«Нить Судьбы»**.

Мы используем также представление о **«множественности Будущего»**. Если *Прошлое* можно охарактеризовать как *«Мир застывших Форм»*, то *Будущее* имеет множество вариантов своего развития (или реализации). В одной из наших следующих книг мы планируем подробно осветить все эти важнейшие вопросы.

### **Ключом к управлению эмоциями являются техники самопрограммирования!!!**

Вы уже знаете, как с помощью особых движений и образного самовнушения входить в **состояние «киборга»**. Ранее вы осваивали «лучевые» движения, «бег киборга», «глаза киборга», «совершенные круги» и т. д.

Для практически мгновенного вхождения в выбранное состояние достаточно произнести **слово-ключ** (например, «Радость», «Спокойствие», «Сила» и т. д.), и тогда благодаря выработанному рефлексу ваш организм тотчас настроится на нужное вам состояние.

Очень важно научиться управлять не только своими эмоциями, но и эмоциями противника, а это легко достигается с помощью ударов, захватов, криков, жестов и т. п. Вопросы, которые мы рассматривали выше, относятся в ШАР к **боевой психологии**. Таким образом, очевидно, что совершенное владение своими эмоциями необходимо.

Но как в *экстремальной* ситуации взять себя в руки?!

Ответ прост:

**Никто и ничто не угрожает вам, если вы находитесь  
за пределами дистанции «быстрого касания»!!!**

Вы можете быть абсолютно спокойны до тех пор, пока не вошли в *сферу «абсолютного превосходства»* противника. Он может кричать на вас, угрожать вам, размахивать руками и ногами, но до тех пор, пока не произошло сближения на известную вам дистанцию, бояться нечего.

**Знание сути нашего Открытия является *ключом*  
к абсолютному Бесстрашию!!!**

## Глава 6 Основы невидимой тренировки

*«Река Времени» и её «водовороты». Об особенностях восприятия Времени у детей и взрослых. Тайные рецепты молодости, здоровья и долголетия. Гимнастики арийских Богов. Об опасностях «даосского недеяния». Движение лечит все болезни! Как найти время для тренировок?! Методики для самостоятельных занятий. Искусство «Вошебных путешествий». Невидимая тренировка («упругий» и «плывущий» шаги, «биогравитационные» упражнения, психоэнергетические техники работы со взглядом, развитие периферийного зрения, «глаза киборга», «наблюдение за дыханием», «переключение внимания», «жесты силы», «перенос сознания», «невидимые энергетические движения», «выпускание когтей» и т. д.). Невидимая гимнастика и сверхмедленные движения. Стирание разницы между «правым» и «левым». Повседневная тренировка эмоций («Невозмутимость», «Внутренний Наблюдатель», состояние «Киборга», «Живое Зеркало» и мн. др.). Искусство релаксации. Боевые медитации («золотая горошина» и «лунный свет», «энергетическая рука» и «волшебные окна», чувство «слепка» и «призрачный Мир», «веер движений» и «небесная паутина», «выбор пути» и др.). Путешествия во Времени. «Парящая птица» («зависание» в воздухе, прыжки через препятствия, полеты во сне и наяву). «Летучая мышь» и улавливание звуков. Специальная тренировка органов чувств (приемы развития сверхвосприятия). Моделирование реальных ситуаций. «Игры Вошебника» (медитация). Развитие опережающего восприятия. Образ жизни как искусство тренироваться, не тренируясь!*

Мы рассмотрим важнейшую тему ШАР, изучение которой позволит вам не прерывать своих занятий даже тогда, когда у вас совершенно не будет *свободного* времени. Вы познакомитесь с упражнениями, которые сможете выполнять в *любое* время и в *любом* месте в качестве *невидимой* (или *скрытой*) тренировки! Напомним, что часть этих *уникальных* техник уже описывалась нами в наших первых книгах, и мы надеемся, что вы активно используете их в своей практике. Однако **нельзя объять необъятное**, поэтому многие вопросы, касающиеся *невидимой* (или *скрытой*) тренировки, рассмотреть в этой небольшой главе мы не сможем и в дальнейшем посвятим данной теме отдельную публикацию.

Сотни и даже тысячи лет назад жизнь людей была *размеренной* и *спокойной*, она не была столь непредсказуемой и меняющейся, как сегодня! Наши *Предки* не случайно уподобляли *Время* воде; они использовали мыслеобраз «**Реки Времени**», в которой имелись как спокойные и плавные «течения», так и бурные «потоки» (и даже «водовороты!»).

Мудрецы говорили: «Если долго сидеть на берегу, то можно увидеть проплывающий мимо труп своего врага!» Мы дополняем их: «можно увидеть не только труп своего врага (или врагов), но и... **свой труп!!!**». Естественно, не следует понимать эти слова буквально, ведь речь идет лишь о «недеянии», столь почитаемом в даосских Школах. Это «недеяние» не должно быть для вас оправданием для самоустранения от активного участия в Жизни. Нельзя быть пассивным наблюдателем. «Недеяние», ложно понятое некоторыми последователями даосизма, в действительности чрезвычайно опасно для человека, и если говорить даже только о влиянии на здоровье, то «недеяние» (особенно на физическом уровне!) может привести к самым нежелательным застоям в энергетике организма, что практически гарантирует возникновение серьезных заболеваний.

Великий арабский врач *Средневековья* **Авиценна (Абу Али Ибн Сина)** в «**Каноне врачебной науки**» писал:

**«С помощью лекарств можно вылечить много болезней,  
но движение лечит всё!»**

В ШАР под «*движением*» мы понимаем не только движения физического тела, но и **потоки энергии, мыслей, образов, ощущений** и даже... *Времени*. Как вы уже поняли, процесс мышления точно также относится к особым *видам* и *формам* движений.

Для здоровья жизненно необходимо двигаться, поэтому мы предлагаем своим ученикам многочисленные гимнастики и упражнения, с помощью которых активизируются *целебные* энергетические потоки, как внутри тела, так и вне его. Освоение огромного разнообразия предлагаемых нами *Знаний* позволит вам *наслаждаться* Жизнью, и мы называем это *Учением о Вкусе Жизни!* Подробно это *Учение* будет рассматриваться в следующих публикациях, однако напомним, что некоторые упражнения данной группы (например, техники и медитации «*чудесного ребенка*») мы уже описывали ранее. |

Не секрет, что *темп жизни* современного человека стремительно возрос! Все мы куда-то спешим, торопимся и не можем остановиться ни на мгновение, так как живем поистине в **сумасшедшем, безумном Мире!** Где уж тут найти время для каких-либо тренировок?! Если в раннем детстве *Время* «тянется» бесконечно долго, то с возрастом его *ход* словно *ускоряется*: дни пролетают как минуты, а годы – как дни! Заметьте, насколько по-разному воспринимается *Время* детьми и взрослыми! Особенности восприятия *Времени* у детей и взрослых мы еще будем подробно рассматривать, и вы узнаете,

*почему* маленькие дети, в отличие от взрослых, воспринимают *течение Времени* совсем по-другому. В этом, кстати, состоит один из важнейших **секретов управления Личным Временем**.

Детство является «*Золотой порой*» для интенсивного обучения, физического и духовного роста, всестороннего развития, ведь именно в юном возрасте человек способен легко и чуть ли не играючи усвоить невероятное количество разнообразнейшей информации, а также приобрести двигательные навыки, которые с годами не будут утрачены. Все это объясняется специфической *психофизиологией* роста и развития человека, и, по своей сути, является одним из *секретов* достижения высочайшего уровня мастерства.

Одна из **причин** «измененного» времявосприятия у детей и у взрослых таится в соотношении прожитых ими лет, в пропорции временных периодов. Например, для только что родившегося ребенка жизнь измеряется часами и днями, поэтому любой отрезок времени, соизмеримый с этим временем, для младенца покажется огромным. То же самое и для детей, возраст которых исчисляется несколькими годами: для них месяцы и годы также тянутся чрезвычайно долго. Однако чем старше человек, тем быстрее (и незаметней) «течет» *Время*. Кроме того, с возрастом происходит словно утрата чего-то важного, и человек уже не способен воспринимать Мир во всей его необыкновенной красоте. Вспомните слова популярной песни: «А годы летят, наши годы, как птицы, летят!...»

Оглянувшись назад, человек искренне удивляется, что вся *Жизнь*, оказывается, уже прошла, незаметно пролетели десятки лет, и впереди – неизбежная старость со своими болезнями, немощью и другими проблемами, а «венчает» всё это... **смерть**, или «**старуха с косой**»! Ведь именно так наши языческие *Предки* представляли себе «предвестницу» окончания земного *Пути* человека.

Можно ли изменить что-либо в этом неотвратимо-печальном *Будущем*?..

### **Существуют ли какие-то рецепты молодости, здоровья и долголетия?..**

Древнеарийская *Ведическая Традиция*, с которой мы продолжаем знакомить вас, говорит, что такие *рецепты* действительно **существуют**, и есть способы, с помощью которых можно достичь ни много, ни мало, как самого настоящего *Бессмертия*! Вспомните, например, уникальные *секретные* гимнастики воинов ШАР, которые мы

предлагаем своим ученикам. Уже в ближайшее время мы планируем подготовить отдельную книгу под названием «**Гимнастики арийских Богов**», в которой вас ждет дальнейшее знакомство с древнейшей космической *Традицией*, сохраненной в глубинах *подсознания* каждого европейца. Наиболее нетерпеливые читатели могут пока познакомиться с частью этих гимнастик по книге «Мастер рукопашного боя».

Рано или поздно каждый человек понимает, что своим здоровьем необходимо серьезно заниматься, и если «плыть по течению», то «*река Жизни*» может занести вас туда, где вы не захотели бы оказаться ни при каких условиях:

### **Ни в коем случае не плывите по течению!!!**

Нам известно немало случаев, когда люди полностью отказались от активного участия в жизни, и в результате потеряли практически все: их жизнь стала абсолютно бессмысленной и бесцельной! Пусть наши слова звучат чересчур *высокопарно*, но у **каждого** (!) человека есть свой *Путь* и своя *Миссия* на Земле, поэтому одной из важнейших задач, стоящих перед ним, является *осознание* глубинного *Смысла* своего существования. Причем когда вы встречаете на своем *Пути* сопротивление, множество помех и преград, то, как ни парадоксально, это свидетельствует о... **правильности** выбранного вами *Пути*!

Кто-то мудро заметил:

### **«Чтобы достичь Истока, нужно плыть... против течения!»**

Человек, стремящийся достичь *Высших Ступеней Познания*, нередко встречает на своем *Пути* необъяснимые (с точки зрения человеческой логики!) препятствия. Все эти препятствия безошибочно указывают на правильность избранного *Пути*. Возникает даже ощущение, будто некие «*Силы*» намеренно пытаются помешать вам, но что это за «*Силы*» и откуда они берутся?.. Одной из причин столь «загадочного» сопротивления является следующее: всё, что противоречит «**общепринятым взглядам**», вызывает у людей совершенно естественное *неприятие*. Кроме того, никому не нравится, когда его критикуют, и человеку гораздо приятнее слышать, что с ним соглашаются, нежели когда сообщают о его заблуждениях.

А теперь представьте, насколько **мощное сопротивление** встречаем *мы*, стремясь достичь самих **Истоков** (!) нашей **Цивилизации**!

И действительно:

### **Открытие Истоков Цивилизации – это Сверхзадача!!!**

Тем более, что наши *Истоки* «теряются» в **глубинах Космоса**, а сама Цивилизация имеет **многотысячелетнюю Историю**, которая теснейшим образом связана с **Працивилизацией** наших *Великих Предков*, или – *тех*, кого в далеком *Прошлом* называли «**Богами**»!

Да, нам сейчас очень нелегко, но мы уверены, что **Истина восторжествует**, и *Учение ШАР* станет известно **всем** живущим на Земле! Мы хотим, чтобы наши *Знания* помогли людям достичь **Высших Ступеней Самосовершенствования и Познания**, а также избежать непростительных ошибок и падений на *Пути Освобождения*.

Любые трудности на вашем *Пути* к *Знаниям* должны закалять и укреплять вас, мобилируя на их преодоление. Необходимо твердо знать, что у вас **всё получится**, и ваша **целеустремленность** поможет вам победить, тем более что для этого необходимо лишь следовать своему «**Я**».

### **В древнеарийской Традиции Мудрость Жизни всегда выражалась с помощью ассоциаций!**

Вспомните «Изумрудную скрижаль» Гермеса Трисмегиста (*Бога Мудрости Древнего Египта*)! Вспомните также многочисленные **притчи**, с помощью которых в *символической* форме Учителя передавали *Знания*. Обратите внимание, насколько точно **метод ассоциаций** отражает *Высшие Истины*, и позже мы еще не раз вернемся к использованию *ассоциативных* методов, позволяющих интуитивно приблизиться к пониманию смысла многих вещей и явлений.

Недостаток *свободного* времени для большинства людей является одной из «уважительных» причин, вынуждающих отказаться от самой возможности самосовершенствования. Человек начинает «*плыть по течению*», даже не представляя себе, *чем* для него это может закончиться! Вы можете ничего не делать, но и в этом случае Жизнь будет испытывать вас, проверяя вас с какой-то неизвестной вам целью. Причина этого кроется в том, что все мы пришли в этот Мир не случайно:

## **У каждого человека на Земле есть *своя* Миссия!!!**

Осознание и выполнение её является *Высшим Смыслом* существования человека. Вы уже знаете, что все в нашем Мире *взаимосвязано*, и должны научиться чувствовать и использовать эти *связи*. Заметим, что во сне человек имеет **прямую** возможность взаимодействия с *Иерархией Высших Сил*. Кроме того, именно во время *глубокого сна* у современного человека появляется *реальная* возможность «отключиться» от многочисленных житейских проблем, отдохнуть и восстановить свои силы. Добавим, что процессы *лечения* организма и *самовосстановления* гораздо быстрее протекают именно в этом состоянии, но не только *самолечение* является целью использования *сонного* состояния. Во время сна человек способен развить у себя любые *сверхспособности* и *сверхвозможности*, поэтому использование *состояния сна* с этой целью является одним из важнейших *Ключей*, открывающих доступ к удивительным **силам**.

Приемы и способы тренировок во сне (позволяющие освоить, в том числе, «**Искусство волшебных путешествий**») мы подробно рассмотрим в дальнейшем, а сейчас опишем некоторые простейшие способы *скрытой* (или *невидимой*) тренировки, используемой учениками ШАР в повседневной жизни. Актуальность предлагаемых вашему вниманию техник трудно переоценить, и многие из вас уже сталкивались с необходимостью тренироваться так, чтобы не привлекать к себе внимания окружающих. На самом деле *невидимая* тренировка является СЕКРЕТНОЙ, ведь, тренируясь незаметно для окружающих, вы достигаете такого уровня, о котором будете знать только вы (!), и этот уровень может намного превосходить представления подавляющего большинства людей о доступных человеку *сверхвозможностях*.

**Не следует афишировать свои занятия,  
а уж тем более – успехи и достижения!!!**

В противном случае вы столкнетесь с *чёрной* завистью недоброжелателей и даже попытками влияния на вас с целью подчинения (или использования), поэтому пусть для всех ваши тренировки останутся настоящей *Тайной*! Это – ВАША ТАЙНА, и ее следует беречь от чужих глаз!

Еще одна причина, по которой необходимо использовать в первую очередь *скрытую* тренировку, связана с тем, что любая *Тайна*, которая становится известной, утрачивает свою СИЛУ. Не случайно *Мудрые* рекомендовали сохранять в *Тайне* свои

тренировки. Вспомните описания йогических упражнений, которые всегда сопровождались **прямыми** указаниями о недопущении их демонстрации и раскрытия недостойным; именно с тех незапамятных времен возникла практика строжайшего запрета на обнародование *Высших Знаний*.

Если рассматривать даже только рукопашный бой, то противник, знающий ваши уловки и приемы, легко сможет противостоять вам, ведь оружие у вас – одно и то же, поэтому вам должно быть понятно, *почему* каждая Школа стремится *засекретить* свои методы обучения. Они накопили сотни и тысячи разнообразнейших приемов и техник, даже не подозревая, что все их боевые техники не являются *универсальными*; они узко *специализированы* и не могут быть применены там, где требуется реагировать *гибко* и *адекватно*, т.е. в соответствии с меняющейся ситуацией.

Во многих Школах ученики до автоматизма заучивают каких-либо приемы, но мы знаем, что подобная подготовка равнозначна целенаправленному развитию... «**слепоты**» **ученика**, который в дальнейшем уже не сможет *адекватно* реагировать на меняющиеся вокруг условия. В ШАР предпочтение отдается, в первую очередь, умению гибко «отвечать» на происходящее. Многие боевые техники у нас основаны на *контролируемых аутодвижениях*, с помощью которых можно, не думая, правильно среагировать на опасные и неожиданные атаки.

Победа в *реальном* бою зависит от множества факторов, полностью учесть которые на тренировках в зале (или даже на улице) невозможно, поэтому мы предлагаем вам *Универсальные Знания*. Они применимы в любых условиях, а их эффективность, к счастью, не зависит от того, *что* знает или *чем* владеет ваш противник! Необходимо лишь *интуитивно* почувствовать, *когда* и *где* следует применять наши **техники преевхождения**.

Наши упражнения развивают *сверхспособности*, однако не злоупотребляйте ими, а используйте их только по мере необходимости!

Продолжая тему «*невидимой тренировки*», отметим, что в ШАР используется *Высший принцип обмана*, который мы называем «**Быть и казаться**». Применение указанного принципа позволяет *скрыть* свои истинные возможности, обмануть противника и дезориентировать его относительно реальных намерений. Эти *Знания* являются частью *Учения о «Невидимом Воине»*, рассказ о котором будет еще впереди.

## Существуют ли какие-нибудь методики скрытой (или невидимой) тренировки?..

В нашей первой книге мы привели огромное множество разнообразных техник и медитаций, позволяющих незаметно для окружающих развивать желаемые качества и способности. Надеемся, что вы уже давно используете их в своей жизни и оценили несомненную пользу от их выполнения. Однако даже если вы осознаёте необходимость регулярных *самостоятельных* занятий, то все равно столкнетесь с проблемой, *где и как* найти время для тренировок.

Распорядок дня любого современного человека настолько загружен, что *свободного* времени практически нет: с утра вы торопитесь на работу, после работы – домой, а дома – семья, дети, и нужно еще что-то делать по хозяйству. Если у вас имеется автомобиль, то он также «требует» к себе внимания, отнимая немало времени. Лишь перед сном человек успевает посидеть у телевизора или почитать газету, а потом ложится спать, чтобы наутро всё повторилось! В результате, обычный человек вертится, как **белка в колесе**. Он не в силах что-либо изменить в своей жизни, он подобен *марионетке* под названием «муж», «жена», «отец», «мать», «служащий» и т. д. Даже, чтобы заняться своим здоровьем, времени у него нет!

Как же быть в такой поистине безвыходной ситуации?.. Ранее мы уже показывали, *как* можно использовать предлагаемые нами упражнения и техники в виде тренировки, *скрытой* от посторонних глаз: например, вы просто гуляете по улице или идете по коридору здания, и никто даже не догадается, что на самом деле вы тренируетесь. Так, используя известную вам технику **«упругого» шага**, вы можете незаметно для окружающих *зарядить* свое тело энергией и бодростью, поднять себе настроение, а при необходимости – устранить плоскостопие, ведь такая ходьба великолепно укрепляет мышечный свод стопы. Ходьба *«упругим шагом»* оказывает благотворное воздействие и на функции *внутренних* органов (печени, почек, мочевого пузыря, желудка), которые получают при этом необходимую *энергетическую* подпитку. Механизм лечебного воздействия в данном случае объясняется тем, что именно через пальцы ног «проходят» меридианы *внутренней* энергии, связанные с этими органами и управляющие их функциональным состоянием.

Точно также мы рекомендуем использовать и **«плывущий» шаг** (или **«шаг в воде»**). Напомним, что под *«движениями в воде»* в ШАР понимаются любые движения, которые выполняются легко и расслабленно, создавая иллюзию перемещений в толще

воды. Естественно, никакой воды представлять себе не нужно, в противном случае вы столкнетесь с искусственно созданной «вязкостью», которая будет мешать вам. Таким образом, если вы будете идти *«плывающим шагом»*, то сразу же почувствуете особую *легкость* в теле, восхитительную *невесомость* и чувство *парения*.

Непродолжительная ходьба указанным образом способствует быстрому восстановлению сил, и если вы научитесь **быть расслабленным**, то практически сразу оцените преимущества указанных видов самостоятельного тренинга. Не секрет, что в обычной жизни мы слишком много тратим энергии впустую, поэтому, если вы будете сохранять *внутреннюю энергию* благодаря осознанному *расслаблению*, то ваш организм сможет направить ее на свои нужды (например, для лечения и восстановления сил). Обратите внимание, что для достижения цели вы специально ничего не делаете и не прилагаете **лишних усилий**, а наоборот, остаетесь полностью расслабленным.

Вот уж действительно, Школа для *ленивых*! Мы хотим обратить ваше внимание на этот *принцип*, когда цели достигаются **минимальными усилиями**, и неважно, победа ли это в реальном бою, исцеление от болезни, приобретение желаемых способностей или нечто другое.

Обратите внимание, что все техники *невидимой* тренировки основаны на **естественных движениях и реакциях** человеческого организма! Для сравнения можно привести рекомендации некоторых известных Учителей Востока по наработке *«естественного» шага*, которые искренне убеждены, что для освоения одной только этой манеры передвижения требуется не менее трехсот (!) часов, причем ходить необходимо в позиции ниже своего роста «минимум на две головы»!!! Представляете, *что* предлагается ученикам?! А ведь на Востоке именно таким образом тренируются, и фильмы о боевых искусствах наглядно демонстрируют, как это происходит.

Мы говорим о том, что *естественные* движения и реакции не требуют для наработки отдельного времени или искусственных условий. Достаточно лишь *осознанно* их использовать. Например, *естественный шаг* (или *«катящийся камушек»*) является ничем иным, как **обычными** ходьбой и бегом, которыми мы пользуемся ежедневно. Следовательно, вы уже каждый день зарабатываете полезные и эффективные техники, не затрачивая на это специально времени, т. е. **тренируетесь, не тренируясь!!!**

Стоит ли говорить, что ходьба «с понижением на две головы» для человека *неестественна* (во всяком случае, для европейца)?! «Приземленные» боевые позиции более характерны для жителей Востока, тогда как европейцам ближе и естественней высокие позиции, обеспечивающие особую устойчивость и легкость передвижений.

Один из наших новых учеников решил, подражая восточным Школам, вести бой с понижением своего роста «на две головы». Результат не заставил себя ждать: его напарник, имея изначально меньший рост, начал успешно атаковать его в голову, так как теперь легко доставал до нее. Пропустив несколько сильных ударов, наш «экспериментатор» тотчас отказался от своей затеи и вернулся к естественной *универсальной стойке*.

Длительность выполнения упражнений для *невидимой* тренировки выбирайте интуитивно, тогда со временем вы научитесь чувствовать, *какие* упражнения вам нужны в данный момент и *сколько* времени их следует выполнять.

### **Вашим советчиком должна быть интуиция!!!**

Во время ходьбы (и не только!) можно использовать также множество других упражнений нашей Школы, например, **управление «гравитационными» ощущениями**. Попробуйте при ходьбе увеличивать (или уменьшать) «вес» своего тела! Естественно, что речь идет, прежде всего, о работе с ОЩУЩЕНИЯМИ. Вы должны понимать, что реальный вес тела при этом не меняется, и все же происходит нечто необычное! Подобные техники желательно использовать, когда вам необходимо пройти по тонкому льду, снежному насту или другой поверхности, которая может надломиться (или прогнуться) под вашими ногами. Ощущение «легкости тела» одновременно *поднимет* ваше настроение, подарит вам чувство «парения в воздухе», ощущение восхитительной *невесомости*. Данная техника будет особенно полезна людям, страдающим избыточным весом! Медитации управления «гравитацией» окажут **целебный** эффект на их здоровье, постепенно нормализуя нарушения обмена веществ в организме.

Если же, наоборот, вы захотите стать **устойчивее**, то «вес» своего тела увеличивайте. При сильном ветре, который буквально сносит вас в сторону или даже валит с ног, увеличив «вес» своего тела, вы почувствуете, как стали намного устойчивее. То же самое попробуйте использовать и во время борьбы. В этом случае вы тотчас почувствуете, как вашему противнику станет тяжело, а если он попробует поднять вас, чтобы сделать бросок, то у него даже вовсе не получится это, или он испытает значительные трудности.

### **Техника управления «весом» своего тела проста!!!**

Для «утяжеления» необходимо всего лишь расслабиться и сосредоточиться на нижних «центрах» (область низа живота, копчика, ягодиц, бёдер). Если вы работаете с напарником, то пусть он попытается оторвать вас от земли. Вы увидите, как это трудно будет сделать. И, наоборот, для достижения «невесомости» следует сосредоточиться исключительно на верхних зонах (голова, плечи, грудная клетка)! Вы обнаружите, как при этом расслабится нижняя часть вашего тела, а напарник будет искренне удивлен той легкости, с которой сможет оторвать вас от земли.

Подробно техники управления «**биогравитацией**» будут описаны в книге «Ключи к левитации». Добавим лишь, что все эти упражнения должны выполняться не только при ходьбе, но и стоя, сидя и даже лёжа.

Интересной и практически полезной в повседневной жизни формой работы с «*гравитационными*» ощущениями является использование **уменьшения «веса»** любых грузов, которые вы поднимаете или переносите. Например, полные сумки с продуктами имеют достаточно большой вес, но если вы используете техники управления «*гравитационными*» ощущениями, то сразу почувствуете значительное облегчение. «Вес» ваших сумок уменьшится, благодаря чему вы легко донесете их, куда вам нужно. В качестве вспомогательного упражнения можете использовать технику «**наполнить силой**» (или «**опережающее окаменение**»), подробно описанную в нашей первой книге.

При «обычной» ходьбе незаметно для окружающих можно тренировать и **периферийное зрение**. Так, идя по улице, пробуйте, расфокусировав взгляд, контролировать окружающее пространство *боковым* зрением. Вы как бы не смотрите никуда, но в то же время «удивительным» образом видите вокруг всё; одновременно вы быстро войдете в **яркое ИСС!** Данное состояние действительно необычно, и оно теснейшим образом связано с активизацией вашего *подсознания*. Не забывайте также развивать точность своих движений в поле *периферийного* зрения. Когда вы что-либо делаете, пробуйте выполнять любые действия, не используя *прямое* зрение! Мы уже описывали некоторые простейшие упражнения данной группы – наливая чай, делайте это, глядя чуть в сторону; открывая дверь, беритесь за ручку, не смотря на нее; учитеесь также брать различные предметы, не устремляя на них *прямой* взгляд. Приветствуя кого-либо рукопожатием, протягивайте руку, глядя при этом в глаза знакомому человеку, и т. д.

В поле *периферийного* зрения многое воспринимается по-другому, и это связано не только с автоматически возрастающими скоростью реакции и точностью движений, но и со многими другими факторами.

При *творческом* отношении ко всем предлагаемым упражнениям вы обнаружите массу возможностей для применения их в обычной жизни. Ваши способности значительно расширятся, и вы начнете замечать то, чего не видели ранее. В качестве *невидимой* тренировки прекрасно можно использовать многие *психоэнергетические* техники ШАР по работе со взглядом: «**видеть воздух**» и «**видеть в воздухе**», «**глаза киборга**», «**взгляд силы**», «**видеть чужими глазами**», «**взгляд новичка**», «**приближать-удалять взглядом**» и мн. др. Все эти техники мы также подробно описывали в нашей первой книге «Мастер рукопашного боя», поэтому рекомендуем вам внимательно перечитать их описание и научиться применять в своей повседневной жизни.

Заметьте, что любые упражнения ШАР можно использовать в качестве *невидимой* (или *скрытой* от чужих глаз) тренировки. Разве сможет тогда кто-нибудь понять, чем вы заняты и – заняты ли вы вообще?! Ведь вы абсолютно всё делаете, как обычно: ходите, разговариваете, работаете, отдыхаете, и это при том, что внутри вас идет напряженная работа! Предлагаем вам самостоятельно и творчески отнестись ко всем предложенным техникам, лишь тогда вы сможете оценить их по достоинству.

Мы приглашаем вас в удивительный *Вошебный Мир*, где возможны самые настоящие *Чудеса*, причем этот Мир существует независимо от того, верите вы в него или – нет! Мы предлагаем вам поистине уникальные методы пробуждения настоящих *сверхспособностей*, и если вы начнете тренироваться так, как мы рекомендуем, то со временем убедитесь, что всё это «работает».

Интересной техникой *невидимой* тренировки является «**наблюдение за дыханием**» (впрочем, как и за любыми другими ощущениями, движениями или действиями). Напомним о том, что **недопустимо** выполнять дыхательные упражнения в местах скопления людей (в общественном транспорте, закрытых помещениях, например, в школьных классах, учебных кабинетах и др.), и вам должно быть понятно *почему*! Подробно о *наблюдении за дыханием* мы рассказываем в главе «Магия дыхания», а сейчас рассмотрим некоторые другие формы *невидимой* работы. Речь пойдет об умении «переключать» свое внимание, *фокусируя* его на различных предметах или объектах, на зонах или «центрах» как внутри своего тела, так и вне его, что позволит вам незаметно от окружающих работать со своей *внутренней* энергией, направляя ее в выбранные зоны тела или даже вовне.

Попробуйте «переключать» свое внимание, сосредотачивая его на пальцах расслабленной руки. Если вы стоите, идете или сидите, а ваши руки свободно опущены вниз, то, сосредоточившись, например, на мизинце, переместите свое внимание на

безымянный палец, затем – на средний и т. д. Естественно, что «переключение» внимания может происходить в совершенно произвольном порядке, но здесь важно другое: те ощущения, которые вы будете испытывать при выполнении данного упражнения, могут быть весьма необычными, и ваша задача – внимательно следить за всеми их изменениями!

Умение сосредотачиваться на выбранных участках тела способствует повышению *энергетической чувствительности* организма, а это очень важно для достижения крепкого здоровья, ведь обычно человек не чувствует своего общего состояния (особенно, когда он здоров). Вспомните, «когда туфли не жмут, человек не чувствует ногу»! То же самое относится и к здоровью!!!

Откроем вам Древнюю Тайну ШАР:

**Чувствование какого-либо объекта или явления –  
это ключ к управлению им!!!**

Например, используя «**быстрое переключение внимания**», вы легко повысите скорость своей реакции вплоть до *сверхреакции*. Описание данной техники вы найдете в нашей второй книге в главе «Ключи к сверхреакции». Таким образом, техники «*переключения внимания*», являясь приемами *скрытой* тренировки, представляют для последователей ШАР особый интерес, ведь с их помощью человек может развить даже такие *сверхспособности*, о которых другие не смеют и мечтать.

Интересной формой *скрытой* тренировки является применение «**жестов силы**». Речь идет о работе с пальцевыми жестами, где бы вы ни находились и что бы ни делали! Когда вы едете в общественном транспорте, то можете соединять свои пальцы в самые замысловатые формы (если, конечно, ваши руки находятся в карманах и ваши движения не видны через одежду, тогда никто не увидит этого). Если же вы будете держать руки на виду, то соединение пальцев должно быть *естественным* и не вызывающим любопытства (или внимания) со стороны окружающих. Например, вы можете так сложить кисти своих рук, чтобы почувствовать, какое влияние оказывает внешне незаметное соединение пальцев на внутреннюю энергетику вашего организма. Подробнее об использовании «*жестов силы*» вы сможете прочитать в нашей следующей книге, а теперь рассмотрим другие техники.

В первой книге мы упоминали о техниках «**переноса сознания**». Подобные упражнения *абсолютно невидимы*, так как работа происходит не с физическими частя-

ми тела (или их движениями), а – с вашим «*сознанием*», которое по желанию можно «переносить» куда угодно! Некоторые такие техники вам уже знакомы, например, «*перенос сознания в кулак*» (глава «Охота за кулаком» в первой книге), работа с «*чувством слепка*» (глава «Боевые медитации», там же), техники «*оживления*» оружия (глава «Противодействие вооруженным атакам» во второй книге) и мн. др.

Возможности, даруемые этими упражнениями, поистине фантастические, ведь если говорить даже только о «*чувстве слепка*», то с помощью данной медитации вы можете «*видеть*» то место, куда вы не смотрите (или где вас нет в данный момент), но где был ранее оставлен ваш энергетический «слепок». Представляете, какие необыкновенные возможности открываются перед вами! Свое «*Сознание*» можно переносить и в оружие, причем вы уже пробовали это делать, когда знакомились с техниками «оживления» оружия, подробно описанными в нашей второй книгой (см. главу «Противодействие вооруженным атакам»).

К числу техник *скрытого* тренинга относится выполнение **невидимых энергетических движений**. Мы приведем несколько примеров, из которых вы поймете, как они выполняются на практике, причем сначала желательно научиться работать с «**энергетической рукой**». Кратко с этой медитативной практикой вы познакомились, когда изучали главу «Секреты быстрого касания» (в книге «Как побеждать любого противника. Сенсационное Открытие в Мире боевых искусств»). Выполняя «*быстрое касание*» различных частей тела, вы уже чувствовали, что в том самом месте, которое вы собираетесь атаковать, будто уже «возникает» (или «материализуется») ваша «*невидимая* (или *энергетическая*) *рука*». *Физической* *руки* там еще нет, но «*рука энергетическая*» уже поразила выбранную цель, и это кажется по-настоящему удивительным, ведь практически вслед за «*энергетической рукой*» цель поражает и реальная (т.е. физическая) рука. Это происходит неотвратно, и никто не способен защититься от ударов, выполняемых на дистанции «*быстрого касания*»!

Когда у вас будут получаться эти упражнения, попробуйте использовать «*энергетическую руку*» уже для других целей, например, учитесь касаться ею различных предметов или объектов вокруг. Очевидно, что подобное упражнение также можно делать незаметно для окружающих, развивая одновременно и глазомер, и точность своих энергетических движений.

Постарайтесь осознать, что всё это – не игра воображения! Это – **Реальность**, которую вы постепенно открываете для себя и начинаете осваивать. Обратите внимание, что «*невидимая рука*» не должна быть визуализацией! Ее необходимо именно чув-

ствовать!!! Один наш ученик рассказал, что у него получается «увидеть» свою руку, но никак не почувствовать её. В результате, он не мог использовать данную технику, так как его «рука» являлась всего лишь плодом зрительного воображения.

Еще раз повторим, что **ключом к сверхспособностям** является способность ЧУВСТВОВАТЬ, а не представлять (или воображать!) себе что-либо. Благодаря развитию ощущений становятся возможны настоящие чудеса. С помощью «энергетической руки» вы можете касаться любых предметов или объектов вокруг себя, проникать вглубь их и оказывать скрытое энергетическое воздействие. Это достигается, в том числе, за счет «удлинения» *невидимой руки*.

Одной из *Высших Целей* обучения в ШАР является достижение СВОБОДЫ! Эта *Свобода* предполагает, в том числе, энергетическую **независимость** вашего «Я» от... физического тела, и большинство техник и упражнений нашей Школы обучает именно этому. Вспомните *секретные* гимнастики воинов, *боевые* медитации, техники «*небесного воина*» и мн. др.

Один из наших учеников был чрезвычайно удивлен, когда после выполнения интенсивных «*вибрирующих*» движений вдруг обнаружил, что у него, кроме двух физических рук, появилась третья... «энергетическая рука»!.. Он настолько явственно почувствовал ее, что даже растерялся, но после того случая уже нисколько не сомневался в реальности того, что происходит при выполнении любых энергетических техник ШАР. Заметим, что у нас имеется множество специальных упражнений, позволяющих быстро и (главное!) безопасно активизировать энергетику организма. Часть из этих техник вам уже хорошо знакома по нашим первым книгам.

Подробно о работе с «**энергетической рукой**» (включая способы **прямого биоэнергетического воздействия** на человека и животных) вы сможете прочитать в нашей будущей книге, посвященной **Шар-медитациям**, а сейчас вернемся к *невидимым энергетическим движениям*.

Первое упражнение, с которым вы познакомитесь, – **подъем-опускание** «*невидимой руки*». Стоя или сидя, попробуйте на уровне ощущений (словно вы совершаете настоящее движение!) поднять, а затем опустить свою руку. Если поначалу у вас не будет получаться это, то выполните описываемое движение физической рукой. Потом снова повторите движение, но – уже «*невидимой*». Обратите внимание, что это не должна быть работа вашего воображения, вы не должны визуализировать свою «руку»! Ее необходимо именно чувствовать! Чувствование своей «*невидимой руки*» является **ключом** к правильному выполнению данного упражнения. Далее пробуйте выполнять

**круговые движения** (или **вращения**) «*энергетической рукой*», причем обратите внимание на разогревание плечевого сустава. То же самое делайте и второй рукой и двумя руками одновременно!

Вы словно выполняете **невидимую гимнастику**, и это полностью соответствует действительности. Такие же упражнения можно выполнять и любой другой частью тела, и даже – всем телом! Забегая вперед, скажем, что овладение *невидимыми энергетическими движениями* дарит человеку настолько необычные возможности, что в это трудно поверить. Заметьте, что эту гимнастику можно делать в любое время и в любом месте! Например, вы сидите на стуле и хотите размяться. Используя технику *невидимых энергетических движений*, вы можете «двигать» любыми частями тела, и даже **вставать и садиться**, а на более высоких уровнях – **ходить** и даже **бегать** в своем «энергетическом теле», в то время как физическое тело будет оставаться неподвижным!!! Стоит ли говорить о том, насколько *мощной* является эта техника скрытого воздействия на противника?!

Следующей формой *невидимой* тренировки в ШАР является использование **сверхмедленных движений**, которые по своей сути являются разновидностью тех же самых *невидимых движений*, уже упомянутых выше. *Сверхмедленные* движения также можно выполнять где угодно и когда угодно: никто не сможет увидеть и понять, чем вы заняты в данный момент!

В качестве примера мы описывали в нашей первой книге техники *сверхмедленного сжатия кулака*, *сверхмедленного начала защитного* или *атакующего движения* (при наработке боевых техник), *сверхмедленного переноса веса тела* с одной ноги на другую, *очень медленного поворота головы* и пр. Также вы можете *сверхмедленно напрягать мышцы* рук или ног, живота или ягодиц. Все подобные действия *скрываются* одеждой, поэтому их можно делать совершенно незаметно для окружающих. Эти уникальные техники можно прекрасно использовать в любых условиях, и неважно, сидите вы, стоите или лежите – везде техники *сверхмедленных движений* позволят вам научиться **осознанности**, управлению **времяощущением**, энергетическим **медитациям** и т. д.

Попробуйте сидя на стуле очень медленно поворачивать голову, поднимать или опускать ее, пробуйте делать *сверхмедленные* движения стопой, слегка отрывая от пола пятку или носок, пытайтесь *очень медленно* перемещать свою руку, изменять положение кисти или пальцев, и т. д. Если вы стоите, ожидая, например, кого-либо или чего-либо, то точно также можете экспериментировать с этими движениями. Пробуйте

*очень медленно* переносить вес с одной ноги на другую, или чуть разворачивать туловище вокруг оси, наклоняться в ту или иную сторону и пр.пр.

Вы убедитесь, что вариантов подобных упражнений существует множество и не следует *зацикливаться* на каких-либо отдельных техниках! Отметим, что все способы *скрытого* тренинга, которые мы предлагаем, служат не ради пустого времяпрепровождения (или праздного любопытства)! Они используются последователями ШАР для всестороннего *Саморазвития*, обретения *Силы* и *Знания*, и если вы задумаетесь, *зачем* нужна *невидимая тренировка*, то поймете, что она является одной из важнейших форм развития вашего «Я».

Мы рекомендуем творчески относиться к любым предлагаемым техникам и упражнениям; в этом случае вы почувствуете их *неисчерпаемые* возможности, сможете **наслаждаться** богатством разнообразных реакций и движений, а так как все наши упражнения основаны на *естественных* движениях, то окажете глубокое *целительное* воздействие на весь организм.

В качестве другого способа *невидимой* тренировки используйте **методы стирания разницы между «правым» и «левым»**.

Люди привыкают что-либо делать одним и тем же способом. Например, вы носите сумки в одной (более сильной) руке, хлопаете в ладоши так, что одна рука всегда оказывается сверху, стоите в ожидании и опираетесь больше на одну ногу, чем на другую, моете посуду, держа губку также в одной руке, а тарелку – в другой, как и во время еды держите ложку или вилку в одной руке, а хлеб – в другой, и т. д. Таким образом, человек привыкает выполнять бытовые движения определенным («заученным») способом. Заметим, что, наблюдая за движениями и действиями человека, нетрудно определить у него **доминирующее полушарие мозга**.

Стирая разницу между «*правым*» и «*левым*», вы можете гармонизировать свое развитие и быстро активизировать желаемые способности. Так, для пробуждения интуиции необходимо, чтобы работало правое полушарие (а оно связано с левой половиной тела). Если же вы хотите пробудить способности к логике, то, наоборот, развивать следует левое полушарие, т. е. правую половину тела. Стирание разницы между «*правым*» и «*левым*» не менее актуально и в рукопашном бою, поэтому учитесь выполнять любые боевые движения (удары, броски, захваты) в право- и в левосторонней стойках.

Пробуйте также работать с эмоциями. Здесь мы рекомендуем использовать следующие упражнения: «**Невозмутимость**», «**Внутренний Наблюдатель**», «**Киборг**», «**Живое зеркало**» и др. Повседневная тренировка эмоций позволит вам научиться

контролировать свои реакции на происходящее вокруг, ведь не секрет, что в повседневной жизни мы постоянно сталкиваемся с необходимостью совершенного контроля своих эмоций, но, к сожалению, слишком многое выводит нас из себя, и причин для этого предостаточно! В результате, нервное раздражение и усталость, которые со временем *накапливаются*, отрицательно сказываются, прежде всего, на здоровье, а стрессы, которые буквально «терроризируют» человека, расшатывают его психику еще больше; именно поэтому часто бывает достаточно всего лишь небольшого внешнего «толчка», чтобы человек повёл себя *неадекватно*! В главе «Власть над эмоциями» мы уже предлагали большое число техник ШАР, позволяющих овладеть совершенным контролем над своей психикой.

В качестве техники *скрытой* тренировки используйте **приемы релаксации** (или **расслабления**), с помощью которых можно *накопить* внутреннюю энергию и *восстановить* силы. В первую очередь, речь идет о нервно-мышечном расслаблении. Старайтесь в обычной жизни контролировать степень напряженности своих мышц. Вы делаете для себя настоящее открытие, обнаружив, что, оказывается, ваше тело не способно полностью расслабиться: любое напряжение мышц (особенно «хроническое», т.е. ставшее уже незаметным для вас и, следовательно, неконтролируемым!) постоянно «крадёт» вашу жизненную энергию.

Важнейшими способами *невидимой* (или *скрытой*) тренировки в ШАР являются также все виды **боевых энергетических медитаций**, и не только боевых! Некоторые мы уже описывали ранее («золотая горошина», «лунный свет», «энергетическая рука», «волшебные окна», «чувство слепка», состояние «камня» и мн. мн. др.), поэтому их мы коснемся кратко, а вот часть других медитаций, наоборот, будет рассмотрена более подробно.

Нас часто спрашивают: «Как убедиться в том, что с помощью «золотой горошины» получается по-настоящему видеть? Как отличить реальность от игры воображения?» Это очень важный вопрос:

### **«Как отличить реальность от игры воображения?!»**

Еще раз повторим, что не надо себя обманывать. Не погружайтесь в Мир иллюзий! Техника «золотой горошины» должна стать для вас *абсолютно реальной*. Вы должны всегда проверять себя: например, если вы собираетесь отправиться куда-либо, то сначала пошлите в это место «**невидимого разведчика**» и постарайтесь увидеть все,

что там происходит. Выходя из дома, направьте «золотую горошину» сначала на лестничную клетку, затем – к выходу из подъезда и т. д. Сверяйте результаты своих ощущений с тем, что вы реально увидите! По мере роста тренированности вы убедитесь в чрезвычайно высокой эффективности данной техники, однако не хвастайтесь своими достижениями! Помните, что *невидимая* (или *скрытая*) тренировка тем и хороша, что никто не будет представлять себе ваших реальных возможностей.

### **Результаты своих самостоятельных занятий и достижений храните в глубокой Тайне!!!**

Отметим, что «золотую горошину» можно «посылать» не только в пространстве, но и во *Времени!!!* Если вы хотите увидеть что-то, произошедшее в определенное время, то «материализуйте» свою «золотую горошину» прямо **там** и «оглядитесь» внимательно вокруг. Учитесь посылать «горошину» как в *Прошлом*, так и в *Будущем*!

Начиная с «**Путешествий во Времени**», прежде всего, изучайте свою Жизнь! Вы обнаружите много нового и интересного. Окунитесь с головой в далекое *Прошлом*, наслаждайтесь ощущениями забытого детства – той прекрасной поры, когда многое виделось через «розовые очки», а Мир казался полным *Тайн* и *загадок*, когда вы верили, что самое лучшее вас ждет впереди (и поэтому не слишком внимательно относились ко всему, что происходило именно тогда). С помощью «*Путешествий во Времени*» вы сможете «проникать» настолько глубоко в *Прошлом*, что узнаете, *как* жили наши далекие *Предки* десятки и даже сотни тысяч лет назад! Вы сможете раскрыть *Тайны Прошлого*, узнать, *когда* и *как* произошла Катастрофа, и что нас ждет в *Будущем!!!*

Прекрасной формой *невидимой* тренировки является медитация, которую мы называем «**лунный свет**». Вы уже знаете, что *Духовная сущность* человека имеет «лунную» природу и подобно Луне освещает всё вокруг. Эти *Знания* нашли отражение в древнеарийских *Ведах*, где *Дух* человека сравнивается с Луной (гл. «Взаимодействие сфер, или еще раз об Открытии»).

Прекрасным упражнением для *невидимой* тренировки могут служить «**волшебные окна**». Ранее вы уже учились использовать жестовые формы для создания особых «окошек» в пространстве и времени с целью быстрого вхождения в ИСС. Естественно, для *скрытой* тренировки подобные жестовые формы не годятся, поэтому сейчас в качестве «окон» мы предлагаем вам использовать другие (уже несимметричные) бытовые жесты. Например, вы сидите на стуле, соединив свои пальцы в незамысловатую форму.

Обратите внимание, что между сцепленными пальцами всегда имеются небольшие «щели» (или «*малые окна*»)! Сосредоточьте своё внимание на выбранном «окне», и теперь все будет зависеть от уровня вашего развития.

Практически неисчерпаемым полем для самостоятельной работы является использование **чувства «слепка»**. Вы уже учились оставлять в воздухе *невидимые* для глаз энергетические «фантомы» различных частей своего тела и пробовали получать от них информацию. Все эти необыкновенно интересные техники также пробуждают *сверхвозможности* восприятия, ведь вы начинаете *видеть* там, где вас нет, и можете незримо *влиять* на происходящее. Настоящий «**Призрачный Мир**» (или «*Мир фантомов*») вы сможете открыть для себя. Этот удивительный Мир существует независимо от того, чувствуете вы его или нет! Именно там сохраняется и передается информация, материализуются человеческие мысли. Научившись видеть этот Мир, вы приобретаете уникальную способность улавливать идеи, витающие в воздухе. Трудно переоценить те возможности, которые подарит вам соприкосновение с НЕВИДИМЫМ для большинства людей Миром!

Следующей техникой, которую мы рекомендуем использовать в качестве *невидимой* тренировки, является «**парящая птица**». Напомним, что данной теме у нас была посвящена отдельная глава в нашей первой книге. Выполняя перепрыгивания через лужи и ямы, вы можете незаметно для посторонних овладеть техниками «зависания» в воздухе и научитесь управлять «биогравитационными» ощущениями, входить в глубокие *измененные состояния сознания* (ИСС). Используйте данную технику, в том числе, и в *просоночном* состоянии, тогда **полеты во сне и наяву** станут для вас обычной практикой.

Еще одним из способов *скрытого* тренинга являются медитации «**летучей мыши**». Речь идет о большой группе упражнений, связанных с умением *ориентироваться* на звук. Предлагаемые упражнения вы можете выполнять незаметно для окружающих и в любых условиях. Заметим, что одновременно вы развиваете слух, улучшаете работу почек, повышаете скорость своей реакции на внешние воздействия, достигаете состояния *Невозмутимости* и *Спокойствия*. Воспринимая окружающие звуки, наблюдайте за изменениями их «громкости»: это поможет вам научиться управлять порогом слуховой чувствительности.

В качестве *невидимой* тренировки используйте **моделирование ситуаций**. Например, вам навстречу попала агрессивная компания. Попробуйте представить свои действия, если они попытаются приставать к вам. Кого вы ударите первым и что

сделаете дальше?! Попробуйте «проиграть» на уровне ощущений все эти воображаемые движения. Прислушайтесь к тому, как ваш организм отреагирует на них. Вы можете *интуитивно* почувствовать, что силы вашего удара в пах противника будет явно недостаточно, поэтому мысленно проведите другую атаку (например, по глазам или в горло) и оцените эффективность ее воздействия.

Интереснейшей формой *невидимой* тренировки являются **медитации «Игры Волшебника»**. Представьте, что вы стали настоящим *Волшебником*, и для вас теперь нет ничего невозможного! Вы будете учиться медитативному *Творчеству* в реальной жизни. Можете создавать в окружающем пространстве любые объекты или явления, и они будут *материализовываться* по вашему желанию и будут послушны вашей воле. Это удивительное ощущение исполнения *любых* желаний, *Всемогущества*, безграничного *Счастья* и *Свободы*!!!

В повседневной жизни учитесь также использовать **опережающее восприятие**, и речь идет о способности предвидеть *грядущие* события. Поначалу вы будете ненамного «опережать» естественный ход своей жизни. Вы удивитесь, когда обнаружите, что сможете «заглядывать» в ближайшее *Будущее*. Постепенно ваши способности будут развиваться, и со стороны это покажется *Чудом*, ведь подобным даром обладают единицы. В дальнейшем вы сможете предвидеть не только свое *Будущее*, но также и то, что ожидает ваших друзей и знакомых.

Мы разделяем *невидимую* (или *скрытую*) тренировку на две большие группы:

1) тренировка, которую вы выполняете на глазах у всех людей, но никто не догадывается, что вы чем-то занимаетесь;

2) тренировка, которую вы проводите там, где вас никто не может увидеть.

Завершая главу о *невидимой* тренировке, отметим, что для приобретения *сверхспособностей* нужно научиться **тренироваться, не тренируясь!** Ваши занятия будут тесно переплетены с вашей жизнью и постепенно станут ее неотъемлемой частью.

**Невидимая тренировка станет для вас образом жизни!!!**

## Глава 7 Магия дыхания

*Существует ли панацея?! Лечение естественными движениями. Что такое «адекватное дыхание». «Видимый» и «невидимый» Миры. Чувствование объектов и явлений – ключ к управлению ими! Дыхание «чудесного ребенка». «Прямое» и «обратное» виды дыхания. Развитие сверхсилы за счет инверсного дыхания. Универсальность естественного дыхания! Использование рефлексов восприятия. О ложных медитативных практиках. Недопустимость вмешательства в естественные ритмы. Поглощение, накопление и излучение энергии. Простой доступ к сверхвозможностям. Способы кодирования дыхания. Выдох «грязной» энергии. Энергичные вдохи-выдохи для управления чувством «гравитации». Как «заглянуть» в Будущее. Этимология слова «гадать»! Объяснение успеха гаданий Учением о Всеобщей взаимосвязи! Что такое адекватное дыхание?! «Шлейф» дыхания и его применение. «Синхронное» дыхание. Снятие боли, жара и других расстройств. Передача мыслей и ощущений. Наблюдение за «лунным» и «солнечным». Управление болевым порогом восприятия. «Небесное» дыхание. «Гудение» «жужжание» и т. п. Дыхание как контролируемое аутодвижение. Боевые виды дыхания (например, дыхание ярости, силы и др.). Активизация «третьего глаза» дыханием через междубровье. Магия дыхания. Способы «материализации» и «дематериализации». Нарботка боевых криков. Связь между дыханием и долголетием. Мобилизующее и успокаивающее дыхание. Управление энергетическими ресурсами организма.*

Один из наших учеников поинтересовался: «Существуют ли в ШАР особые техники дыхания, которые лечат всё?!» Причем на вопрос, почему он спрашивает об этом, ученик рассказал, что слышал об особом (секретном?!) методе дыхания, при котором вдохи и выдохи выполняются на определенный счет, и знание этого ритма будто бы является «ключом» к достижению гарантированного избавления от любой болезни.

### Существует ли панацея от болезней?!

Ответ на этот вопрос будет интересен не только последователям ШАР, но и всем читателям. Если вы уже читали нашу первую книгу, то, наверняка, знаете правильный ответ – никакой *панацеи* в *Природе* не существует! Тем не менее, самые выдающиеся умы на протяжении сотен и тысяч лет упорно искали чудодейственные эликсиры, с помощью которых можно было бы продлевать жизнь человека до бесконечности, но никому так и не удалось достичь этой цели. Ни «*философский камень*», ни «*эликсир бессмертия*», к сожалению (или к счастью?) получены не были, а ведь именно эти средства явились бы истинной *панацеей* от любых болезней!

Подчеркнем, что тему «*Бессмертия*» мы подробно рассмотрим в дальнейшем, однако некоторые главные идеи мы уже высказывали ранее (когда речь шла о способах достижения *Духовного Бессмертия* в ШАР). Уже тогда вы могли сравнить наше понимание этих важнейших для каждого человека вопросов с представлениями, например, даосских Мастеров.

Для укрепления здоровья и избавления от многих (но, к сожалению, далеко не от всех!) недугов мы рекомендуем использовать, в первую очередь, **естественные движения** (ходьбу, бег, прыжки, плавание, потряхивания частями тела, махи руками и ногами, вибрирующие движения, зевания-потягивания и пр.). У нас это является **принципом**, с помощью которого последователь ШАР достигает *Высших целей*, практически не затрачивая усилий. Вспомните, как вы учились использовать **обычную ходьбу** – одно из наиболее *естественных движений*: идя по улице (или в лесу, в парке), вы одновременно восстанавливали силы и улучшали свое самочувствие.

Внимательно нужно относиться и к другим видам *естественных движений* и реакций: к **зеваниям-потягиваниям**, **чиханию**, **смеху**, **плачу**, **дрожанию** (от холода или страха), **потению** (от жары или при интенсивной нагрузке) и т. д. Любые *естественные движения* (и реакции) **пробуждают** в человеке изначально заложенные *Природой* «механизмы» лечения и самовосстановления! Наши упражнения помогут вам устранить различные нарушения здоровья, и здесь достаточно упомянуть наши *гимнастики*, которые оказывают необыкновенно целительное воздействие. Это происходит потому, что все они основаны, прежде всего, на *естественных движениях*. Подробно эту тему мы рассмотрим в отдельной книге под названием «**Гимнастики арийских Богов**», из которой вы узнаете, какие глубокие *Знания* скрываются за этими, на первый взгляд, незамысловатыми и простыми техниками.

Дыхание является одной из разновидностей *естественных движений* и поэтому благотворно влияет на здоровье. Все мы живем в настоящем **Океане Энергии**, причем это не просто красивый мыслеобраз (или метафора), это – реальность, полностью соответствующая тому, чему учит древнейшая *Ведическая Традиция*, с которой мы продолжаем вас знакомить.

Потоки космической энергии, которую арийские *Мудрецы* называли «*праной*» (или «*живой*»!), омывают собою любые объекты во *Вселенной*. Все, что нас окружает, наполнено этой *скрытой силой*, увидеть и использовать которую способен далеко не каждый. Кстати, подумайте, что может означать, с точки зрения «некорректной» этимологии, слово «**прана**»?!

Эта *волшебная* энергия пронизывает всю *Вселенную* и *оживляет* всё вокруг, а *видимый* нами Мир существует только благодаря ей. Любые движения, которые вы делаете, тотчас вызывают вонне мощную волну, подобную кругам на воде от брошенного камня. Заметим, что даже *обычный взмах руки* производит в окружающем Мире «вихрь» энергетического воздействия, и все это происходит потому, что кроме **Видимого Мира**, есть **Мир Невидимый**. Приемы и способы этих поистине *магических* воздействий мы уже рассматривали в нашей первой книге, когда описывали *секретные гимнастики* воинов, *психоэнергетические* техники работы со взглядом и мн. др.

Познание этого Мира (и овладение всеми его возможностями!) является одной из первостепенных задач, стоящих перед человеком, следующим по *Пути Освобождения*. Этот «*невидимый Мир*» и есть тот сказочный Мир, о котором прекрасно знают все дети на Земле. Это – **Волшебный Мир**, в котором нет ничего невозможного! Это – **Мир Богов**, которые способны одним лишь движением, словом или даже мыслью (!) привести к действию невиданные по своей мощи *Силы*, и не случайно в *Древности* наших *Предков* называли «**Повелителями Вселенных**».

Ошибочно считается, будто *Знания Древних* безвозвратно утрачены, но, к счастью, это далеко не так! Мы знаем, что **в нашем Мире ничто не исчезает бесследно**. Все, что когда-либо происходило, происходит или будет происходить, оставляет свои «следы». Ранее мы уже описывали одну из интереснейших *психоэнергетических* техник, которую мы называем – **чувство «слепка»**. Данная техника служит наглядным примером *сохранения* в окружающем нас пространстве различных информационно-энергетических форм (в данном случае «*слепков*»), причем это не какая-нибудь *иллюзия* (или самообман), а – самая настоящая *реальность*, с которой вам еще предстоит работать.

В качестве другого примера можно указать на способность человека хранить в своем *подсознании* огромные пласты *Знаний*, которые также «записываются» (и сохраняются) на протяжении всей жизни. Представляете, какой это колоссальный объем информации!!! Самое интересное, что доступ к ней можно получить, если выполнять одну из *древнеарийских* медитаций, которую мы называем «**нить жизни**» (иногда – «**нить судьбы**»)! Например, сейчас, когда вы читаете нашу книгу, вокруг одновременно происходит множество событий, осознать которые вы, казалось бы, не в состоянии, тогда как на самом деле, все они подробнейшим образом «записываются» на уровне вашего *подсознания*. С помощью медитации «*нити жизни*» вы можете извлечь из глубин своей памяти всё, что когда-либо происходило с вами (или еще будет происходить!). Эта

поистине удивительная медитация открывает «**Врата Времени и Пространства**»! Таким образом, все, что происходит вокруг, оставляет свои «следы» в *энергоинформационном* поле и хранится неограниченное время! Однако вернемся к основной теме.

С помощью несложных упражнений ШАР, которые мы предлагаем, вы научитесь *чувствовать* эту волшебную энергию и, как результат, *управлять* её потоками:

**Чувствование какого-либо явления или объекта –  
ключ к управлению им!!!**

В этом состоит **основной секрет** овладения любыми *сверхспособностями*, и мы открываем его вам! Надеемся, что вы не будете пользоваться этими *Высшими Знаниями* в недостойных целях. Применяйте описываемые нами техники только в том случае, если вашей жизни (или жизни ваших близких) угрожает серьезная опасность.

Часть упражнений по *чувствованию* и *управлению* потоками *внутренней* и *внешней* энергии мы уже описывали в наших первых книгах, поэтому сейчас рассмотрим некоторые другие техники. Сначала ответим на вопросы, которые задают наши читатели: «Какие виды дыхания чаще всего используются в ШАР? Что вы можете посоветовать новичкам из дыхательных упражнений и как правильно их выполнять?»

**На начальных этапах обучения мы рекомендуем  
использовать только естественное дыхание!**

Ни в коем случае не навязывайте своему организму какие-либо *искусственные* ритмы. Вы должны понять, что всё «*искусственное*» может оказать на вас крайне отрицательное воздействие, и наоборот – *естественные* движения будут способствовать исключительно укреплению вашего здоровья.

Дыхание, которым не управляют, является **естественным**, и когда вы занимаетесь каким-либо делом, то ваше дыхание автоматически настраивается нужным образом (если, конечно, вы не препятствуете этому!). Ваше дыхание становится **адекватным**, т.е. соответствующим конкретной ситуации.

Приведем несколько примеров *рефлекторного* (или *естественного*) дыхания человека в различных условиях. Вспомните, что вы делаете, когда проходите мимо мусорной свалки. Любой человек автоматически задерживает дыхание, чтобы не чувствовать неприятные запахи. Таким образом, ваш организм сам защищает себя от вредного

влияния окружающей среды. А теперь представьте, что вы вдыхаете аромат цветов. Ваше дыхание замедляется, чтобы продлить удовольствие и насладиться приятным запахом. Заметьте, как ваш организм чутко реагирует на все, что происходит с вами. Таким образом, ваше дыхание, меняясь в зависимости от ситуации, бывает настолько разнообразным, насколько разнообразны те ситуации, в которых вы можете оказаться:

**Естественное дыхание включает в себя  
все виды дыхания!!!**

Вспомните, как, выполняя какие-либо движения, вы, сами того не сознавая, «выбирали» именно тот вид дыхания, который наиболее всего соответствовал вашим действиям. Например, участвуя в беге на длинную дистанцию, вы непроизвольно выбрали *ритмичное* дыхание; если приходилось драться, то ваше дыхание становилось вдруг резким и непредсказуемым. Также и при выполнении упражнений ШАР вы учились (незаметно для себя!) использовать новые виды дыхания, например, «**небесное**» дыхание, «**облачное**» дыхание, «**вибрирующее**» дыхание, дыхание «**на краю пропасти**», «**волновое**», «**каменное**», «**боевое**», «**сонное**» и мн. др.

Связь между дыханием и *психофизическим* состоянием человека чрезвычайно тесная, поэтому любые попытки активного (а тем более агрессивного!) вмешательства в процесс дыхания являются очень опасными. Люди же, увлекающиеся йогой, цигун или другими системами самосовершенствования, часто пользуются рекомендациями, касающимися так называемых «правильных» методов дыхания. Ученики восточных Школ пробуют дышать попеременно и правой, и левой ноздрями, экспериментируют с *глубиной* и *интенсивностью* вдохов-выдохов, стремятся надолго задерживать дыхание, запирая свои легкие мышечным напряжением, и т. д. Следуя указаниям «просветлённых гуру», они *привязывают* ритм дыхания к частоте сердцебиений, к звукам метронома, к внутреннему мысленному счету и т. п.

Последствия таких «экспериментов» над организмом непредсказуемы, и вы можете заполучить целый букет заболеваний при использовании этих противоестественных техник. На наш взгляд, все подобные «опыты» совершенно недопустимы, так как слишком глубокие *ритмы* организма (а следовательно, важнейшие энергетические процессы) легко могут быть нарушены. В ШАР освоение разнообразных способов и видов дыхания происходит без навязывания своему организму каких-либо искусственных

*ритмов*. Понаблюдайте, что произойдет с вашим дыханием, если вы, например, **испугаетесь** или **рассердитесь**, **обрадуетесь** или **загрустите!**..

Когда человек испытывает какие-либо сильные эмоции, его дыхание тотчас меняется; оно очень чутко реагирует на мельчайшие изменения настроения.

**Очень важно дышать правильно, но как это сделать,  
и какое дыхание можно считать «правильным»?!**

С самого рождения здоровый ребенок умеет дышать правильно. Такое дыхание естественно для него, и в нашей *Традиции* оно называется «**дыханием чудесного ребенка**». Оно является *оптимальным* для любого человека, ведь легкие при этом используются на все 100%! Таким образом, истоки *правильного* дыхания берут свое начало в раннем детстве:

**Обратите внимание, как дышит маленький ребенок!**

Его живот *ритмично* поднимается и опускается. Такое дыхание называется *диафрагмальным*: на вдохе брюшная стенка слегка выпячивается вперед, а на выдохе – втягивается внутрь. Заметим, что при дыхании животом происходит *естественный* массаж внутренних органов. С возрастом человек постепенно утрачивает способность к *естественному* дыханию и начинает дышать *поверхностно*, используя лишь небольшую часть своих легких, что, без сомнения, отрицательно сказывается на его здоровье.

Попробуйте теперь понаблюдать за тем, как дышите вы. Положите одну ладонь на живот, а вторую – на грудь. Если вы дышите правильно, то ладонь, которая лежит на животе, будет плавно подниматься и опускаться. При *поверхностном* дыхании будет двигаться та рука, которая контролирует грудную клетку, тогда как другая рука останется неподвижной.

**Постарайтесь вновь научиться естественному дыханию!**

Когда выполняется вдох, сначала поднимается грудная клетка, а затем расширяется живот. При выдохе эти движения происходят в обратном порядке. Стремитесь к

тому, чтобы ваше дыхание было плавным, и продолжайте контролировать правильность его выполнения с помощью ладоней.

Существует также **инверсное** (или «**обратное**») дыхание, когда на вдохе вы, наоборот, живот втягиваете, а на выдохе – расширяете. Данный вид дыхания способствует быстрому вхождению в глубокие *измененные состояния сознания* (ИСС), а также активизирует целый ряд *сверхспособностей*, например, **сверхсилу**. Чтобы понять, как это происходит, обратите внимание на выполнение борцом (или штангистом) резких силовых движений. Именно в этот момент человек рефлекторно (!) использует «обратное» дыхание, благодаря чему становится способен совершать невероятные усилия. Очень важно в дальнейшем сознательно использовать заложенные самой *Природой* «механизмы» включения *сверхспособностей*.

**Мы дарим вам Ключи Силы, и с их помощью  
«невозможное» становится возможным!!!**

Научившись *естественному* дыханию, пробуйте теперь наблюдать за своим дыханием в различных ситуациях. Заметьте, что ваше дыхание меняется непрерывно, однако сейчас ваша задача состоит только в том, чтобы наблюдать за любыми его изменениями, не вмешиваясь. Это состояние мы называем «**наблюдением за дыханием**». Вы убедитесь, что это далеко не простая задача, как может показаться на первый взгляд. Наблюдайте за дыханием, когда вы разговариваете, идёте по улице, гуляете, тренируетесь, отдыхаете, кушаете и т. д.

**Наблюдение за дыханием откроет перед вами  
поистине удивительные возможности!!!**

Дыхание связано с непрерывным **энергообменом**, т. е. с *поглощением, накоплением и излучением энергии*. В этом – КЛЮЧ! Когда вы сосредотачиваетесь на своём *естественном* дыхании, ваш организм *автоматически* насыщается *энергией*, что позволяет быстро восстановиться после больших нагрузок или при сильном утомлении. Приобретается это всего лишь... *наблюдением*! Заметьте, что вы ничего не делаете специально, не прикладываете вообще никаких усилий, а результат достигается практически сразу! Поистине ШАР – это **Школа для «ленивых»**, ведь только «лентяи» могли додуматься до столь удивительно простых техник и упражнений, позволяющих:

- **тренироваться, не тренируясь;**
- **побеждать, не участвуя в схватках;**
- **лечиться, не принимая лекарств,** и т. д.

Если вы внимательно изучали наши публикации, то уже убедились в том, что все это правда. Некоторые же, наоборот, выбирают для себя сложный *Путь*, однако, как мы уже показывали, с точки зрения этимологии ШАР, «сложный» – это... **ложный!**

### **Мы предлагаем вам простой и наиболее легкий Путь!!!**

Обратите внимание, что слово «**простой**» содержит «корень» «**рост**», поэтому нетрудно догадаться, какой истинный смысл в нем заключается. Если вы стремитесь добиться поставленных целей *минимальными* усилиями, то это значит, что вы следуете *Законам природы* и поэтому не встретите препятствий на своем *Пути Духовного Роста*. Как результат, вы будете жить в гармонии с окружающим Миром!

*Поглощая* жизненную энергию из воздуха, еды, питья и др. источников, вы одновременно приобретаете способность *накапливать* ее в энергетических «центрах» своего тела, а затем использовать по своему желанию (в том числе, на нужды организма). Подробно об этом мы расскажем в книге «Секреты энергетических медитаций».

Рассмотрим теперь одну уникальную возможность, связанную с **кодированием восприятия** на основе процесса дыхания. Вы научитесь использовать обычные *вдохи-выдохи для исцеления* от различных болезней, и мы сейчас покажем, как это делается! Если выдыхать вместе с отработанным воздухом «грязную» (или больную) энергию, то практически сразу можно почувствовать значительное улучшение самочувствия. Заметьте, что вы вдыхаете *Силу, Энергию, Здоровье, Радость*, а выдыхаете всё негативное, грязное, болезненное. При этом необязательно представлять себе выдох «темной» энергии; прежде всего, это нужно **почувствовать!!!**

Мы рекомендуем вам следующее упражнение. Сделайте несколько глубоких вдохов-выдохов, после чего наберите воздух в легкие и задержите дыхание, насколько сможете. Сначала подобная задержка будет приятна, но по мере того, как «бегут» секунды, вы начнете испытывать сильный дискомфорт, и вам захочется сделать выдох. Выдыхая, вы обнаружите, что «качество» воздуха после задержки изменилось: он словно приобрел «неприятный вкус», и вы поймете, что это такое – «**выдох "грязной энергии"**». Используя его, вы избавляетесь от многих функциональных нарушений здоровья. Делая выдохи «отработанного» воздуха, вы можете одновременно выполнять **вдо-**

**хи Силы, Здоровья, Счастья** и т. д. *Кодирование* дыхания оказывает необыкновенно целительное воздействие на организм человека!

С помощью **интенсивных вдохов-выдохов** вы можете **управлять чувством «гравитации»**. Вспомните техники управления «весом» тела при передвижениях (см. главу «Тайны боевых передвижений» в книге «Мастер рукопашного боя») или упражнения этой же группы, которые мы описывали в главе «Основы невидимой тренировки». Попробуйте выполнить серию быстрых и глубоких вдохов-выдохов. Вы сразу же обнаружите удивительно яркие изменения в ощущениях своего веса. Чувство *невесомости* наполнит ваше тело необыкновенной *легкостью* – **энергетической свободой**, а если в этот момент у вас будут закрыты глаза, то вы почувствуете себя, будто птица, парящая высоко-высоко в небе!

В критической ситуации, используя **адекватное** (т. е. **естественное!**) **дыхание**, вы сможете быстро успокоиться и, как результат, принять правильное решение. Кроме того, с помощью *наблюдения за дыханием* легко войти в глубокие **боевые ИСС**.

*Наблюдение за дыханием* является прекрасной медитативной техникой, раскрывающей многие *сверхспособности* человека, причем наблюдать можно не только за своим дыханием, но и за дыханием противника.

В схватке очень важно чувствовать, *как дышит* ваш противник, и одно из простейших упражнений, развивающих эту способность, – «**наблюдение за "шлейфом" дыхания**».

### **Вы будете учиться использовать «шлейф» дыхания!**

Чтобы вам стало понятно, о чем идет речь, поясним. В холодную погоду при дыхании из носа и рта у человека выходит пар; со стороны может даже показаться, будто он курит. Наблюдая за струйками пара, можно определить, насколько глубоко или часто дышит человек, на какое время он затаивает своё дыхание, как соотносятся у него фазы дыхания между собой.

Вам необходимо научиться видеть «*шлейф*» **дыхания** не только в холодную погоду, но и в любых других условиях. Когда вы научитесь этому, вы сможете понять, как можно это использовать. Вы словно *кодируете* свое восприятие на «видение» *энергетического «шлейфа»*, сопровождающего процесс дыхания. Как результат, вы будете практически безошибочно определять эмоциональное состояние своего противника, его энергетический потенциал и намерения.

### **Подстраивание к чужому дыханию – следующий этап освоения боевых и лечебных техник ШАР!**

Благодаря *подстройке* не только к процессу дыхания, но и к другим *неосознанным* движениям (или **аутодвижениям!**) противника, хороший боец может управлять им. На Западе уже давно получило развитие целое научное направление, основанное на подобных *подстройках* (речь идёт о так называемом *нейролингвистическом* программировании). Любопытно, что современные ученые вновь открывают то, что уже давно было известно нашим далеким *Предкам*.

Другим, не менее важным применением *подстройки* к дыханию, является техника работы с близким и родным вам человеком. С помощью *подстраивания* к дыханию вы сможете оказать целительное воздействие на его здоровье. Как это делается на практике, вы теперь и сами без труда разберётесь. Для этого вам достаточно лишь находиться рядом друг с другом (и неважно, стоите вы, сидите или лежите). Ваша задача – настроиться на дыхание близкого вам человека и начать дышать **синхронно**. Результат не заставит себя ждать: если у близкого вам человека есть жар, боль или какое-либо другие расстройства, то благодаря «**синхронному**» **дыханию** он испытает значительное облегчение.

С помощью «*синхронного*» *дыхания* вы можете научиться передавать друг другу не только жизненную энергию, но и чувства, и мыслеобразы! Данное явление основано на **эффekte «резонанса»** между двумя людьми, настроенными одинаково. Часто такое происходит спонтанно, и люди чувствуют, что происходит с любимым человеком даже на расстоянии. Благодаря специальным тренировкам можно сознательно развить эти способности и в дальнейшем использовать их. Что касается простейших примеров успешной *сонастройки* между близкими людьми, то вы, безусловно, уже сталкивались с многочисленными случаями, когда вам приходили в голову одни и те же мысли, причем практически одновременно. Нужно лишь быть внимательными к подобным «совпадениям»!

Рассмотрим теперь, можно ли процесс дыхания использовать для **предсказания Будущего?**..

В древнеарийской *Традиции* дыхание часто использовалось для *гаданий*: например, воин перед схваткой, сосредотачиваясь на своем дыхании, мог с высокой степенью вероятности определить исход поединка; врач, *наблюдая за дыханием* пациента, мог

предсказать результат лечения и т. д. Сама возможность познания *Будущего* основана на том, что человеческий организм представляет собой сложную **саморегулирующуюся** и (что очень важно!) **открытую** систему. Мы обладаем *сверхспособностями*, значительно превосходящими любые *суперсовременные* компьютеры или *сверхчувствительные* приборы.

Воспринимаемые нами огромные потоки *информации* «записываются» на *подсознательном* уровне, и при необходимости (с помощью особых психотехник и медитативных практик) они могут быть извлечены и обработаны нужным образом, *перекодированы* в понятные нам *сигналы* или *знаки*.

### **Причина успеха большинства гадательных практик объясняется Учением о Всеобщей взаимосвязи!!!**

Всё в Мире взаимосвязано, и только благодаря этим *невидимым связям* можно правильно истолковать, казалось бы, случайные и не зависящие друг от друга события. Примерами успешных предсказаний (или *кодировок*) являются **вещие сны**, когда через образы, увиденные в состоянии сна, человек может *осознать*, что же произойдет в ближайшем (или, наоборот, в отдалённом) *Будущем*. В эзотерических *Традициях* подобные феномены называются **гаданием**, однако можете ли вы объяснить, что это значит?!

### **Что означает слово «гадать»?!**

Только не иронизируйте, будто слово «гадание» происходит от слова «гад»! Или «год»! Вовсе нет. Мы расшифровываем слово «гадание» следующим образом: слово «га-дать» есть не что иное, как «дать путь» (где «га» – это «гать», «дорога», «путь»). Когда вам говорят, что с вами что-то произойдет, то на самом деле вам дают «путь»! Таким образом, «га-дать» – это «давать путь», что чрезвычайно точно отражает сущность процесса гадания. Отметим, что, даже если предсказание ложное, оно все равно **программирует** человека на совершение тех или иных поступков, и в этом состоит опасность для того, кто не защищен *Высшими Знаниями*. Именно *Знания* обеспечивают надежную защиту от любых негативных энергоинформационных внешних воздействий.

Процесс дыхания теснейшим образом связан с *подсознанием*, поэтому информацию из его глубин можно получить благодаря изучению своего дыхания.

### Можно ли с помощью дыхания узнать Будущее?!

В ШАР мы различаем «лунное» и «солнечное» виды дыхания:

«Лунное» дыхание оказывает на человека успокаивающее действие, расслабляет, способствует ранозаживлению.

«Солнечное» дыхание, наоборот, тонизирует, возбуждает, оказывает согревающее воздействие, мобилизует человека...

Считается, что дыхание через правую ноздрю – «солнечное», а через левую – «лунное». Так, во всяком случае, описывают свои представления некоторые эзотерики. Однако вам известно, что древняя *Традиция* была искажена, поэтому достоверность подобных утверждений стала весьма и весьма сомнительной. Чтобы вы могли осознать сложность данного вопроса, подумайте, имеются ли различия в **полярности** дыхания для мужчин и женщин?! И как учитывать эти различия (или несоответствия!) в реальной практике?!

Научитесь *наблюдать* за дыханием и в дальнейшем всегда используйте это *Знание* в своей жизни. Вы увидите, насколько расширится ваше восприятие, и многие вещи станут вам понятными. Вы словно откроете их глубинный смысл, причем от вас не требуется чего-то необычного: нужно всего лишь *наблюдать* за дыханием. Сейчас, когда вы читаете эту книгу, обратите внимание:

### Какое у вас дыхание, «лунное» или «солнечное»?!

Поясним, что, настраиваясь на получение *Знаний*, человек *рефлекторно* переходит на соответствующее дыхание, а так как восприятие информации ассоциируется с *пассивностью*, то это состояние связано с «лунным» дыханием. И, наоборот, если бы вам сейчас предстояла схватка или тяжёлая физическая работа, то дыхание перешло бы в активный режим и стало «солнечным».

Можете использовать простейшее упражнение для контроля *полярности* своего дыхания. Закройте пальцем одну ноздрю и обратите внимание, насколько свободно дышит другая, а затем – поменяйте их ролями. Вы обнаружите, что **ваше дыхание несимметрично**, т. е. одна ноздря дышит свободнее, чем другая. Более того, с течением времени *полярность* вашего дыхания меняется на противоположную. Интересным является

ся «момент» перехода с одного вида дыхания на другой. В это время обе ноздри дышат одинаково *свободно*, и такое дыхание мы называем «**небесным**».

Если вы сосредоточитесь на чём-либо (например, на звуках, запахах и т. д.), то обнаружите, что ваше дыхание словно затаивается, делается также «*небесным*» (или незаметным), и это происходит *рефлекторно*. Вы как бы дышите и не дышите одновременно, что является по своей сути весьма необычным состоянием. Обратите также своё внимание на связь между *дыханием* и ощущениями!

*Вдох* связан с энергетическим движением к «*центру*» (к себе). *Выдох* же, наоборот, направляет *энергопотоки* вовне, или от «*центра*» – к *периферии*. Для повышения чувствительности мы рекомендуем своим ученикам делать еле заметный вдох, а с помощью выдоха снимать болевые ощущения, вытесняя их из себя. Вы можете убедиться в этом сами, если коснётесь какого-либо горячего предмета или возьмёте его в руки. Делая протяжённый, или, наоборот, резкий *выдох*, вы значительно уменьшите боль от воздействия. Таким образом, резкий и короткий выдох используется при сильной кратковременной боли, например, от удара, а протяжённый *выдох* – при более длительном контакте с источником *боли*. Как результат, с помощью контроля над дыханием вы можете управлять **болевым порогом**.

Добавим также, что выдох теснейшим образом связан с **речью** человека. Когда вы говорите, то – делаете выдох, и не случайно на санскрите «выдох» назывался «**речак**»! Речь является одной из важнейших *звукодыхательных* техник, о которой мы расскажем при описании **звукодыхательных упражнений и боевых криков**.

Поэкспериментируйте теперь с *задержкой* дыхания! Постарайтесь понять, как она влияет на ощущения? Вспомните, как ещё, будучи ребёнком, при сильном ушибе колени вы прикрывали её своей ладонью и задерживали дыхание. Причём делали это инстинктивно, растирая ушибленное место и дыша определённым образом. Боль стихала и постепенно рассеивалась, но ведь никто не учил вас способам снятия боли! Откуда же вы их знаете?!

Наши техники целиком основаны на использовании *интуитивных* реакций, на понимании *глубинных* процессов, происходящих как в самом человеке, так и вокруг. Это – не придуманные кем-либо искусственные способы самовоздействия, а естественные и присущие человеку от природы реакции на различные ситуации в жизни.

Что такое «*лунное*» и «*солнечное*» виды дыхания вам теперь понятно, но **что такое «небесное» дыхание?** Вы уже могли догадаться, что речь идет о практически неуловимом дыхании, которое нельзя отнести ни к «лунному», ни к «солнечному». Если

сравнивать с йогической *Традицией*, то «небесное» дыхание можно назвать «срединным» дыханием, которое активизируется при одновременном открытом состоянии «лунного» и «солнечного» энергетических каналов. Именно в этом состоянии у человека пробуждаются многие удивительные *сверхвозможности*.

Интересной формой дыхания является **сверхмедленное дыхание**, которое легко активизируется при выполнении любых *сверхмедленных* движений. Об этом мы уже рассказывали в нашей первой книге в главе «Секреты сверхмедленных движений». Здесь важным является то, что процесс дыхания вы превращаете в **контролируемое аутодвижение** (со всеми вытекающими последствиями).

Рассмотрим теперь **боевые виды дыхания** (например, **дыхание ярости, дыхание силы** и т. д.). Все эти виды дыхания необходимо использовать в реальных ситуациях. Что касается способов их активизации, то нужно всего лишь войти в выбранное состояние и дышать так, чтобы с каждым *вдохом-выдохом* усиливать желаемую эмоцию, тогда даже непродолжительная тренировка указанным образом научит вас многому.

С помощью дыхания можно активизировать энергетические «центры» своего организма, и одним из таких важнейших «центров» является «**третий глаз**» – **орган ясновидения, построения зрительных иллюзий и волевого управления**. В ШАР используется множество техник и медитаций для его «пробуждения» (или «открытия»), причем наиболее простым упражнением данной группы является техника «**дыхания через междубровье**».

Закройте глаза и начинайте дышать так, чтобы ощущения вдоха и выдоха направлялись в зону междубровья. На выдохе пусть *ощущение дыхания* «выходит» из этой зоны, а на вдохе, наоборот, – «входит». Обратите внимание, что «выдох» через междубровье согревает, а «вдох» – охлаждает. Несмотря на то, что воздух проходит, как обычно, через нос, все ваши энергетические ощущения будут «говорить» о невозможном. Вам будет казаться, что вы дышите через междубровье. Отметим, что даже непродолжительная тренировка указанным образом способствует быстрому пробуждению «*третьего глаза*».

В некоторых эзотерических Школах предлагаются **медитации**, которые являются не только *ложными*, но и **опасными** для здоровья! Одна из таких медитаций описывается в виде «маятника», когда ученикам предлагается вообразить некий груз на канате или веревке, подвешенный прямо над головой. Маятник раскачивается, и груз совершает ритмичные движения, проходя через зону «третьего глаза». Утверждается, что работа с таким «маятником» очень быстро «открывает третий глаз». На наш взгляд, все

подобные «механистические» (и, главное, противоестественные!) техники чужды природе человека. Мы не рекомендуем экспериментировать подобным образом.

Выполняя разнообразные дыхательные упражнения ШАР, вы уже скоро обнаружите необычные вещи. С помощью *естественного* дыхания вы научитесь восполнять энергетические затраты своего организма, сможете оказывать мощное *психовоздействие* как на самого себя, так и на окружающих.

### **Магия дыхания подарит вам необыкновенные возможности!!!**

Например, вы можете научиться **техникам «материализации»** и **«дематериализации»**. Вспомните медитацию *«Игры Волшебника»*, описанную в главе «Основы невидимой тренировки». Попробуйте сейчас на вдохе представить перед мысленным взором любой объект, а на выдохе как бы «стирать» его образ. Обратите внимание, что возникновение объекта перед внутренним взором происходит именно **на вдохе**, тогда как **на выдохе** мыслеобраз растворяется (или «дематериализуется»). Снаружи всё выглядит по-другому. Выдох *«материализует»*, а вдох, наоборот, вызывает *исчезновение* объекта. Поначалу тренируйтесь там, где никто не сможет помешать вам (в уютной и спокойной обстановке). Помните, что недопустимо выполнять какие-либо дыхательные упражнения в общественных местах, ведь воздух там может быть сильно загрязнен.

*Один из начинающих учеников похвастался, что с удовольствием позанимался дыхательными упражнениями в метро. Естественно, «результат» не заставил себя ждать: практически сразу он слег с воспалением легких. Мы объяснили ему, что выполнять дыхательные упражнения в общественных местах опасно для здоровья! Дышать необходимо чистым и свежим воздухом, которого по вполне понятным причинам не может быть в местах скопления людей. Наоборот, там, где много народу, мы рекомендуем использовать поверхностное (или незаметное) дыхание, тогда вы получите минимальную дозу опасных бактерий, с которой ваша иммунная система легко справится. В связи с вышесказанным недопустимо выполнять пробежки по лестницам и эскалаторам (как это делают многие, чтобы создать нагрузку для ног, а также для сердца и легких). Вред, который вы наносите своему организму подобной «физкультурой» перевешивает все достоинства таких тренировок.*

К числу важнейших техник по работе с дыханием относятся также многочисленные приемы и способы выполнения **боевых криков**. Эта тема настолько важна, что мы планируем посвятить только ей отдельную публикацию. Пока же советуем нашим чи-

тателям освоить простейшие звуки с различной **тональностью** и **громкостью**, причем в самом широком диапазоне! Пробуйте произносить гласные (а, у, и, э и др.), меняя длительность звучания. Соединяйте гласные буквы в произвольные комбинации, потом добавляйте к ним согласные. Подобная тренировка со звуками научит вас очень многому. Вы обнаружите, что некоторые звуки оказывают на вас *мобилизирующее* воздействие, другие, наоборот, *успокаивают*, третьи – вводят в состояние *транса* и т. д. Все *звуко-дыхательные* упражнения погружают человека в глубокие ИСС, и ваша задача – научиться использовать их в своей практике.

К числу интересных и практически значимых видов *звукодыхательных* упражнений относятся также «**гудение**», «**жужжание**», «**всхлипывание**», «**смех**» и т. п. Например, «*гудение*» выполняется в любой удобной и расслабленной позе (сидя, стоя или лежа). Ваша задача, закрыв глаза, попробовать с закрытым ртом издавать звуки, напоминающие *мычание* или *гудение*. Прислушивайтесь к себе в буквальном смысле этого слова. Вы обнаружите, как *зарождаются* эти звуки, на что они *влияют*, и как ими *управлять*, включая *перемещение* звуковых ощущений (или «**энергии звука**») внутри своего тела.

Меняйте *тональность* и *громкость* издаваемых *внутренних* звуков, обращайтесь внимание на максимальную продолжительность контролируемого выдоха. Со временем ваша выносливость значительно возрастет, что благотворно отразится на вашем здоровье и самочувствии, но главное то, что благодаря предлагаемым техникам работы с дыханием вы сможете активизировать удивительные *сверхспособности*, влиять на «*энергетические центры*» своего организма, управляя его энергетическими ресурсами.

Учитесь также **подражать «голосам» животных**, в том числе птиц и пресмыкающихся (рычанию, вою, лаю, мяуканью, шипению, свисту, кваканью и др.). С помощью этих звуков вы сможете шокировать, испугать или ввести в заблуждение (или отвлечь) своего противника.

Следующим этапом изучения боевых криков является их использование во время самостоятельных тренировок (например, при выполнении ударов по боксерским снарядам, при ведении боя с «невидимым противником» и т. д.).

Рассмотрим еще один важнейший вопрос:

**«Как дыхание связано с долголетием?!»**

Условно можно считать, что каждому человеку свыше (!) отпущено определенное количество вдохов-выдохов, и если человек исчерпал их «лимит», то приходит время, когда он покидает этот Мир. В связи с этим подчеркнем особую значимость любых дыхательных упражнений и физических нагрузок.

**Регулируя частоту и глубину своего дыхания,  
вы управляете продолжительностью жизни!!!**

Очевидно, что частое дыхание сокращает её, а редкое, наоборот, удлиняет. Естественно, эти слова не следует понимать буквально, и с точки зрения *психофизиологии* все обстоит гораздо сложнее. Тем не менее, взаимосвязь между дыханием и долголетием самая тесная, и учитывать ее просто необходимо! Подробнее дыхательные упражнения и боевые крики мы рассмотрим в отдельных публикациях. В завершение главы подскажем, как необходимо дышать, если вам требуется *успокоиться* или, наоборот, *мобилизоваться*:

- **мобилизующее дыхание** – частое, резкое, быстрое, шумное и т. п.;
- **успокаивающее дыхание** – медленное, редкое, плавное, практически беззвучное...

Используя *мобилизующее* дыхание, вы быстро войдете в активное состояние, «мгновенно» подготовитесь к реальной схватке, разбудите *скрытые* силы и резервы своего организма. Успокаивающее дыхание поможет вам отдохнуть после больших физических и психических нагрузок, успокоить нервную систему, при необходимости погрузиться в состояние целебного сна. По своей глубинной сути, эти виды дыхания являются разновидностями «солнечной» и «лунной» его форм.

Отметим, что в небольшой главе невозможно во всей полноте отразить те возможности, которые открываются при использовании разнообразных видов дыхания. Спектр их применения настолько широк, что одной этой теме может быть посвящена целая книга. Однако если при выполнении вышеописанных техник и упражнений вы будете *прислушиваться* к своему организму, то, возможно, и сами сможете понять, какое влияние на вас оказывают те или иные виды дыхания.

## Глава 8 Сверхбыстрые удары

*Что такое неотбиваемые удары. Имеются ли подобные удары в других Школах? Сверхбыстрые удары – неотбиваемые! Какие упражнения развивают сверхскорость? Удары «быстрее-быстрее» с подшагиванием. Связки сверхскоростных ударов. Психофизиологические особенности наработки реальных боевых техник. Ученический синдром страха и способы его устранения. Использование принципа «вязкости». Активизация сверхскорости «вибрацией». Расслабление мышц – ключ к достижению сверхскорости! «Невидимый воин меняет застывшие формы» (об утраченном смысле каратэ). Что предлагают другие Школы для развития сверхскорости. Самое быстрое движение человека. Особенности «стробоскопического» восприятия. О психофизиологии восприятия сверхскоростных движений. «Палочки» и «колбочки»! Рефлексы зрительного восприятия и их использование. Медитация «черно-белый Мир». Критерии достижения боевых скоростей. Серии сверхбыстрых ударов (одиночных и связок). Эффект «застывшего противника». Управление эмоциями противника в бою. Серии ударов в прыжке. «Огненный стержень» и «огненная земля». Как согреться в холодную погоду. Способы тренировки вестибулярного аппарата. Активизация агрессивных эмоций. «Встречные» движения и иллюзии сверхскорости. «Выдергивание» кулака из зоны поражения. Сверхбыстрые удары оружием. Инерционность зрительного восприятия и тренировка скорости взгляда. «Зависание» при сверхскоростных ударах (управление «чувством гравитации»). Скорость мысли и медитация «готового результата».*

Прежде чем мы рассмотрим специальные способы и техники ШАР для достижения сверхскорости боевых движений, сделаем небольшой экскурс в историю вопроса, и вы поймете, почему **наша критика «критики»** имеет столь большое значение для глубокого понимания нашего Учения. Мы уже говорили о том, что каждый, кто серьезно изучает боевые искусства, хотел бы овладеть такими ударами, которые никто не смог бы отбить, и эти удары мы называем НЕОТБИВАЕМЫМИ. Однако что такое «неотбиваемые удары»? Что под ними понимают в других Школах? И есть ли у них что-либо, подобное нашим техникам?

В Интернете, на нашем сайте ([www.shkola-shar.narod.ru](http://www.shkola-shar.narod.ru)), некто обвинил нас в плагиате, написав о нашей первой книге:

*«Мнение о книге ШАР: то, что содержательно – украдено, остальное – бессодержательно. У Шехова украдены принципы защиты вплоть до фото, представления о неотбиваемых и сверхскоростных ударах. У Тараса – представления о Внутреннем Наставнике и т. д. Никакого отношения к древним воинам эти вещи не имеют, так как созданы они в последние годы, что легко проверяется через Яндекс. Если эти шту-*

*ки из книги убрать, останется шишк. Вам бы лес на зоне валить за воровство и плагиат, а не книжки писать».*

Что можно сказать в ответ на столь злобный и агрессивный выпад?! Всё новое и неизвестное (а уж тем более – противоречащее всеобщим представлениям о боевом искусстве!) вызывает не только искреннее непонимание, но и чувство зависти со стороны тех, кто не сумел объективно взглянуть на реалии рукопашного боя. Кто только ни пытался обвинять нас во всех смертных грехах, и чего только ни выдумывали наши «критики», но здесь было «обвинение», которое звучало, на первый взгляд, очень убедительно, ведь упоминались конкретные фамилии, и утверждалось, что именно у этих людей мы «украли» техники и *Знания*, присвоив авторство.

Мы считаем абсолютно *адекватным* отвечать на подобные нападки, однако цель наша состоит не только в том, чтобы поставить на место зарвавшихся наглецов, но и в том, чтобы наши ученики (и все читатели!) смогли объективно оценить предлагаемые нами *Знания*. Поэтому мы были весьма удивлены, прочитав на нашем сайте данную «критику», однако причина нашего удивления – не в самом факте этой критики (подобных нападков было, хоть отбавляй!), а в том, что... неужели кто-то **до нас** сделал точно такое же *Открытие*?!

### **Неужели кто-то опередил нас?!**

Идеи витают в воздухе, и вполне можно предположить, что кто-то сумел одновременно с нами достичь такого же понимания *Высших Реалий* рукопашного боя. Так уже случалось в Мире науки, когда одни и те же *Открытия* совершались практически одновременно разными людьми, и между ними впоследствии шла ожесточенная борьба за **авторские права**. Поэтому, чтобы понять, *кто* такой Шехов и о *чем* вообще идет речь, мы обратились к изучению литературы по единоборствам, и кое-что нам удалось найти. Мы нашли книгу упомянутого Шехова и, когда познакомились с ней, то нам стало совершенно ясно, что же послужило истинной причиной столь агрессивной «критики».

Мы ответили анонимному «критику»:

*«Упомянув некоего Шехова, вы, вероятно, имели в виду его книгу «Тайский бокс в своё удовольствие» (Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000). Мы нашли эту книгу и внимательно изучили её, но не нашли там НИЧЕГО, что даже отдалённо напоминало бы то, о чём пишем мы! Советуем вам впредь не быть голословными и цитировать конкрет-*

*ные места из книги, которые, на ваш взгляд, были «украдены». От себя добавим, что использование словосочетания «неотбиваемый удар», которым оперирует Шехов, во все не является основанием для утверждения, будто наши боевые техники каким-то образом связаны с чьей-либо Школой. Это то же самое, как монополизировать словосочетания «рукопашный бой», «прямой удар», «контроль дистанции», «выведение из равновесия», «небесный воин» и т. д. Занятия по ШАР мы ведём уже более десяти лет, обучая как взрослых, так и детей. Нами разработаны специальные методики обучения, особая терминология и многое другое, о чём ещё пойдёт речь в дальнейшем. Мы готовы дать ответ по любой технике и любому упражнению Школы Адекватного Реагирования! Скоро появится наша вторая книга «Как побеждать любого противника. Сенсационное открытие в Мире боевых искусств», в которой мы доказываем, что этих Знаний нет и не было в других Школах!»*

Как и следовало ожидать, ответа мы так и не дождались, и причина здесь в том, что всё, в чем обвинил нас «анонимный критик», не соответствовало действительности. И, тем не менее, вам будет интересно узнать, что в книге Шехова речь шла о «неотбиваемых ударах» с весьма «оригинальной» авторской трактовкой, которая не имела ничего общего с нашими Знаниями и техниками. Под «неотбиваемым ударом» автор книги «Тайский бокс в свое удовольствие» понимал следующее: существует такое понятие как «правильная стойка», и если противник находится в этой «стойке», то он отобьет любые удары; однако если его вывести из этой «стойки» и ударить при этом, то он не сможет защититься.

Представляете себе?! Если противник стоит в «**правильной стойке**», то он неуязвим. Однако разве об этом мы пишем в своих книгах?! Мы рассказываем и наглядно показываем, что совершенно неважно (!), в *какой* стойке стоит ваш противник, и в *какой* находитесь вы! Он может стоять даже в боевой позиции (с поднятыми на уровень лица кулаками) и все равно не сумеет отбить ваш удар в голову, равно как и в любую другую выбранную зону. Заметьте, что, даже зная, куда вы нанесете свой удар, он не в силах парировать его, и подробно мы об этом рассказывали в книге «Как побеждать любого противника». Рассуждая в своей книге о «неотбиваемых ударах», Шехов наивно предполагает, что если вашим противником будет опытный Мастер, то он, несмотря ни на что, сможет отбить атаку новичка. Похоже, Шехов, как и многие другие, совершенно не понимает, что **неотбиваемые удары** – потому и *неотбиваемые* (!), что любой человек, который овладел ими, сможет без усилий справиться с более подготовленным противником. Не имеет значения, кто им будет – чемпион Мира по «боям без правил»

или Мастер по любому виду единоборств, боец спецподразделения или «многоопытный» уличный боец. Все они также беспомощны перед техниками *Высшего уровня!* Поэтому утверждение Шехова о том, что Мастер, конечно же, одолеет новичка, полностью противоречат всему, о чем пишем мы.

Что касается фотографий, иллюстрирующих нашу книгу, то трудно себе представить, будто наши ученики, демонстрируя техники **универсальной защиты**, пытались копировать чьи-либо иллюстрации! Но дело даже не в этом!

### **Все техники Шар-боя основаны на естественных движениях и реакциях!!!**

Когда выполняется быстрая и неожиданная атака, то человек реагирует *рефлекторно*, перекрывая все возможные *уязвимые* зоны тела, о чем мы подробно рассказывали в нашей первой книге. Во всех полноконтактных Школах (к числу которых относятся и муай-тай) бойцы вынуждены защищаться именно таким способом; в противном случае они просто будут пропускать любые неожиданные удары.

Отдельные виды *неотбиваемых ударов*, разработанных нами, мы подробно описывали в своих первых книгах, поэтому в настоящей главе рассмотрим только одну из их разновидностей, основанную на достижении *сверхвысоких* скоростей! Отметим, что любая из описываемых нами техник достойна целого научного исследования (отдельных кандидатских и докторских диссертаций!), и мы надеемся, что со временем эта работа все-таки будет проведена.

Применение **сверхбыстрых** (а потому – **неотбиваемых!!!**) ударов позволит подготовленному бойцу одержать убедительную победу в любом виде контактных боевых искусств, причем то же самое произойдет и на улице, где ваш противник точно также окажется беспомощен перед *техниками превосходства ШАР*.

Кто-то возразит нам: «А что, разве в других Школах не учат этому?! Разве у них нет *неотбиваемых ударов*?!» Некоторые совершенно искренне убеждены, что ничего нового в Мире боевых искусств нет и быть не может. Все уверены, что *неотбиваемые удары* давным-давно известны в любой Школе, особенно там, где используются жесткие контактные бои. А как же иначе, ведь они бьются на самом деле, по-настоящему?! Их удары быстрые и сильные! Кому, как не им, знать о *неотбиваемых ударах*?!

Мы утверждаем, что ни в одной Школе боевых искусств не было столь продуманной и глубоко разработанной, как у нас, **теории и практики ударов**, которые невозможно отбить. Если вы познакомитесь со всеми опубликованными материалами, то легко убедитесь в этом.

Мы уже рассказывали, что именно они понимают под словосочетанием «неотбиваемый удар». Терминология ШАР принципиально отличается от терминологии, получившей широкое распространение в других Школах, и на конкретных примерах мы расскажем об этом чуть позже. Сейчас нас интересует вопрос: «Если представители контактных Школ знают о неотбиваемых ударах, то ПОЧЕМУ (?) они состязаются друг с другом?! Ведь владение *неотбиваемыми* ударами уже гарантирует абсолютную победу!»

Обратите внимание:

**Владение неотбиваемыми ударами  
гарантирует победу над любым противником  
независимо от уровня его подготовки!!!**

Соревнования теряют тот смысл, который в них вкладывается изначально. Мы утверждаем, что победа в любом состязании (как по правилам, так и «без правил») еще не доказывает того, что победители в таких боях также успешно справятся с *реальным противником* на улице. Чемпионы, побеждавшие на соревнованиях, приобретают совершенно необоснованную уверенность в том, что и на улице с ними никто не сможет справиться. Впоследствии они недоумевают, *почему* же они оказались не готовы к реальной ситуации?!

А ведь мы уже писали о том, что произойдет, если противник подойдет к вам на дистанцию «*быстрого касания*». Наше *Открытие* в том и состоит, что мы описываем условия, при которых НИКТО (!) не способен отразить внезапную атаку. Наше *Открытие* не является, как это предположили некоторые, «**рабочей гипотезой**», нуждающейся в дальнейшей проверке, это – РЕАЛЬНОСТЬ, объективно существующая независимо от чьего-либо желания или невежества.

Быстрота атаки, без сомнения, является одним из важнейших условий выполнения ударов, которые невозможно отбить, однако, как это ни парадоксально, для их нанесения вовсе не требуется какая-то особая скорость, наоборот, высокая скорость атаки не является непременным условием победы. Ваши удары могут быть даже «медленны-

ми», но они все равно достигнут своей цели, если вы будете правильно их выполнять. Разве это не удивительно?!

Тем не менее, все объясняется достаточно просто:

- 1) если вы используете **сложнотраекторные** удары, то они сразу же *перегружают* восприятие противника, и его сознание не способно просчитать их траекторию;
- 2) противник теряется перед «**нечеткостью**» используемой против него ударной формы (или бьющей части тела), которая также легко и неожиданно может быть изменена;
- 3) другой уловкой, позволяющей выполнить «**медленный**» (!) **неотбиваемый удар**, является техника перемещений (или танец) вокруг «застывшей формы» рук (вспомните **удары со скрытым замахом**, которые мы подробно описывали в нашей первой книге) и многое другое.

В этой главе мы подробно рассмотрим лишь те удары, которые выполняются на максимальных (или предельно-достижимых) скоростях. Даже тренированный человек не успеет на них среагировать. Он не увидит ваших ударов! Выступая на чемпионатах, бойцы, владеющие *сверхбыстрыми* ударами, легко смогут расправиться со своими соперниками, не оставляя им никаких шансов. Боксёры, каратисты, бойцы прикладных стилей по достоинству оценят предлагаемые нами методики развития *сверхскорости* атакующих движений, тем более что в арсенале их Школ подобные методы и способы просто отсутствуют. Вы можете познакомиться со всеми методическими рекомендациями других Школ по развитию боевых качеств и увидите, что в их арсенале нет предлагаемых нами *Знаний*.

Интерес к техникам Шар-боя не будет исключительной «привилегией» лишь спортсменов. Мы утверждаем, что и у обычного человека (весьма далёкого от Мира боевых искусств) найдётся немало веских причин для освоения таких ударов, ведь мы живем в чрезвычайно жестоком и опасном Мире, где защищать себя и своих близких жизненно необходимо!

### **Техники Шар-боя актуальны для всех!!!**

Напомним сейчас некоторые важнейшие техники и упражнения по развитию *сверхскорости* в ШАР. В первую очередь, это удары и движения, выполняемые со ступенчатым возрастанием скорости от медленной до предельно высокой. Достижение *сверхскорости* становится возможным за счет специального *программирования* ско-

ростных возможностей своего организма. В какой-то момент вы обнаружите, что «перешагнули» тот скоростной предел, который вам казался непреодолимым. Скорость ваших ударов станет чрезвычайно высокой, и вы поймете, что сможете успешно атаковать любого (даже чемпиона), и он не успеет защититься! Осознание данного факта покажет вам бессмысленность любых состязаний по единоборствам, которые утратят для вас актуальность в связи с открывшимися новыми *сверхспособностями*.

Чрезвычайно важным этапом наработки *неотбиваемых* ударов является умение **максимально быстро сближаться** с противником или противниками. Достигается это с помощью специальных упражнений, некоторые из которых вам уже известны (например, «невидимый» шаг и шаги, подробно описанные в нашей первой книге).

Нарабатывая удары по **принципу «быстрее-быстрее»**, учитесь выполнять их с **подшагиванием** к атакуемой цели. Вы наносите удар и одновременно делаете шаг к противнику, выходя таким образом на дистанцию «быстрого касания». Очень важно после выполнения каждого удара возвращаться в исходное положение, а не оставаться там, где вы оказались по завершении очередной атаки. В этом случае вы будете осваивать наши техники правильно, т. е. учиться выполнять конкретный (выбранный заранее) удар, который проводится вами на различных скоростях – от медленной до боевой.

Важно понимать, что если вы сделали шаг вперед (или в сторону) и бьете уже из другой позиции, то это будет совершенно другой удар (вспомните «множественные» удары, описываемые в наших первых двух книгах). Именно поэтому необходимо каждый раз возвращаться в ту же самую, исходную позицию!

Особенно внимательным нужно быть при наработке ударов на **боевых скоростях**. Такие удары, как вы знаете, вообще не *парируются*, и ваш напарник точно также не сможет отбить их, поэтому будьте осторожны на *предельных* скоростях и прерывайте атаку, если он не успеет защититься! Если по какой-либо причине произошел сбой в последовательности ваших обоюдных действий (например, вы увидели, что защита у напарника на высокой скорости оказалась неэффективной, и вы решили поменять ее), то остановитесь и начинайте выполнять упражнение снова (!) с медленной скорости!

Используя принцип «быстрее-быстрее», нарабатывайте не только одиночные *сверхскоростные* удары, но и **связки** таких ударов. Помните, что второй удар *связки* изначально является **неотбиваемым**, ведь при его выполнении вы уже оказываетесь на дистанции «быстрого касания»!

Заметьте, что слово «связка» содержит корень «**в**яз» (**в**язать, или **с**вязывать), что однозначно указывает на возможности полного контроля над движениями и действиями противника.

Другой особенностью выполнения последовательности ударов со «ступенчатым» нарастанием скорости является то, что они должны начинаться **за пределами** дистанции «*быстрого касания*», но что это значит?

Если, выполняя удар на медленной скорости, вы сблизитесь с напарником, а затем не вернетесь на исходную дистанцию, то при проведении уже более скоростных атак обнаружите, что ваш напарник и вы сами не будете успевать реагировать. Более того, атакующий станет опасаться наносить удары прямо в голову или в пах, чтобы случайно не травмировать напарника. Новички начинают бить либо **мимо цели**, либо, вообще, **не дотягиваясь до нее**, мотивируя свои действия следующим образом: «**Я боюсь бить в голову, так как он не успеет среагировать!**»

В этом и состоит грубейшая ошибка! Все удары, которые вы делаете (независимо от их скорости и силы), должны выполняться так же, как это произойдет в реальной ситуации. На самом деле **опасение новичка** является отражением его интуитивного ощущения **реального существования** открытой нами **дистанции «быстрого касания»**, или дистанции, на которой **никто** не способен защититься от быстрого и неожиданного удара (или захвата).

Изучая техники Шар-боя, вы не должны бить мимо или останавливать свой удар вблизи цели. Этого нельзя делать ни в коем случае! Вы должны бить именно туда, куда намеревались изначально, и естественно, что удары нужно уметь останавливать в том случае, если напарник вдруг *неадекватно* среагирует. Обратите внимание, что происходит при столкновении вашей бьющей руки с защитой: это столкновение должно быть жестким и сильным, вы словно пытаетесь «пробить» защиту, и, если она недостаточно крепка, то ваша рука легко достигнет выбранной цели. Задача напарника – не допустить этого! В дальнейшем, уже в реальной ситуации, противник не успеет среагировать на вашу атаку, так как на пути вашего удара никакого препятствия не окажется, а сам удар станет намного быстрее и сильнее. Как результат, противник не успеет защититься, и ваш удар станет для него **неотбиваемым!**

Другим способом достижения *сверхскорости* является использование **принципа «вязкости»**. Речь пойдет о выполнении ударов в «*вязком пространстве*». Данные техники мы уже описывали ранее, поэтому сейчас лишь кратко напомним общие рекомендации по их правильному выполнению.

Учитесь делать любые свои удары с *самосопротивлением*. Это сопротивление достигается с помощью напряжения мышц-антагонистов. Причем, как вы уже знаете, степень «вязкости» можно выбирать по ощущениям: от очень легкого и едва ощутимого сопротивления до «сверхвязкости», когда мышцы тела напрягаются **до предела возможного**, а само движение замедляется настолько, что кажется, будто вы не двигаетесь вовсе!

Подумайте, за счет чего в данном случае развивается *сверхскорость*?.. Каким образом напряжение мышц во время наработки ударов способствует достижению желаемой цели?.. Когда вы учитесь выполнять движения в «вязком пространстве», то это подобно наработке ударов в толще воды, тогда как в реальной ситуации никакой «вязкости» на пути удара не будет, что и приведет к невероятной скорости удара. Не забывайте только после работы с напряжением мускулатуры обязательно расслаблять ее, выполняя потряхивания руками и ногами.

Другим способом, развивающим *сверхскорость*, является использование «**вибрирующих**» движений, с помощью которых можно достичь полного *расслабления* мускулатуры, а это уже является **ключом** к достижению предельных скоростей боевых движений:

### **Расслабление мышц – ключ к достижению сверхскорости!!!**

Вы убедитесь, что чем расслабленней ваши мышцы, тем более высокие скорости достигаются. В этом таится **ключ** к превосходству над противником. Если вы заставите его быть напряженным, то все его движения (а, следовательно, и реакции!) будут гораздо медленнее. Таким образом, **ключом** к «замедлению» противника в бою является искусство управления степенью напряженности его мускулатуры, что в реальной ситуации, как ни странно, представляет собой простую задачу.

Быть расслабленным особенно важно в бою с несколькими нападающими или с противником, который превосходит вас не только по уровню мастерства, но и по физическому развитию. Если вы будете напряжены, то слишком быстро израсходуете силы и уже не сможете эффективно противостоять нападению. Кроме того, если вы будете напрягаться, то скорость ваших движений будет недостаточна, так как напряженные движения на **доли секунды** медленнее расслабленных. Например, мы говорим, что удары кулаком (как *напряженной* частью тела!) медленнее, чем удары раскрытой кистью или пальцами. Тем не менее, своих учеников мы учим наносить удары *так*, чтобы ку-

лаки были расслаблены вплоть до столкновения с поражаемой целью, и это обеспечивает необыкновенно высокие скоростные возможности более «медленных» традиционных кулачных форм.

В ШАР имеется **Учение о Невидимом Воине**. Отголоски этой древнейшей арийской *Традиции* сохранились и получили дальнейшее развитие в Школах **ниндзя** средневековой Японии.

Под «невидимостью» в ШАР понимается множество самых разных аспектов (включая *искусство маскировки*, *сверхвысокие* или, наоборот, *сверхмедленные* скорости движений, техники скрытого «*энергетического присутствия*» и многое другое).

Сейчас нас будет интересовать «невидимость», достигаемая только за счет чрезвычайно высоких скоростей движений. В каратэ была утрачена изначальная *Идея* о смене «*застывших форм*» (или позиций) с максимальной скоростью, и в этом нетрудно убедиться, если обратить внимание на методики их обучения. Сначала они учатся использовать «классические» боевые стойки и удары, а впоследствии полностью их отбрасывают, переходя на «европейскую» манеру ведения боя (наподобие бокса или кик-боксинга).

Почему такое происходит?.. Если вы внимательно читали нашу первую книгу, то уже знаете правильный ответ. *Глубинный* смысл техник каратэ в том и состоит, чтобы при их выполнении реализовывался принцип, который у нас называется:

### **«Невидимый воин меняет "застывшие формы"!»**

Однако что такое «*невидимый воин*»?! При достижении *сверхскорости* части тела будто *растворяются* в пространстве, делаются по-настоящему **невидимыми**. В качестве простейших (и подготовительных) упражнений мы рекомендуем выполнять *сверхбыстрые* движения кистью и пальцами, локтем, стопой и т. д. «**Школа невидимого воина**» позволит вам достичь поистине непревзойденного мастерства!

Продолжая тему развития *сверхбыстроты* движений, рассмотрим еще один очень важный вопрос, ответ на который поможет вам осознать свои реальные боевые возможности.

### **Какое движение человека является самым быстрым?!**

Если вы никогда не интересовались подобными вопросами, то подскажем вам, что самым быстрым движением человека является **моргание!** Скорость *моргания* намного выше скорости любых других физических движений.

Вспомните, как в русском языке называется самый краткий (и главное – **воспринимаемый!**) промежуток времени. «**Мгновение ока**»!!! «**Мгновение**»!.. Однако почему этот промежуток времени привязывается к *морганию*?.. Процесс *моргания* состоит из нескольких *фаз*, длительность которых ученые уже давно измерили. Эти *фазы* теперь хорошо изучены: фаза «закрывания глаз», *фаза* «задержки» (или паузы) и *фаза* «открывания». Их общая (т. е. суммарная) длительность настолько мала по сравнению с любыми другими движениями человека, что даже намеренная атака глаз не приводит к неизбежной, казалось бы, травме, а человек успевает зажмурить глаза и защитить их от опасного воздействия (тычка или удара). Именно поэтому наработка ударов по глазам не так опасна, как это может показаться.

Сразу скажем, что так называемое «мгновение» вовсе не так мгновенно, как вы себе представляете, и вокруг нас есть движения и процессы намного более быстрые, чем моргание. Чтобы вы смогли понять, какие удивительные *Тайны* скрываются за самыми, казалось бы, обычными движениями, расшифруем слово «**моргать**» с точки зрения «некорректной» этимологии.

Когда человек закрывает глаза, он словно «умирает» (корень «**мор**»). Корень «**гать**» («га» – дорога, путь, идти; вспомните, например, англ. «go»!) теснейшим образом связан с понятием «*Путь*». Таким образом, «**мор-гать**» есть ни что иное, как «ПУТЬ СМЕРТИ». «Это удивительно, но неужели «моргание» действительно связано с умиранием?!» – спрашивают нас.

Мы поясняем, что во время закрывания глаз человек «отключается» от внешнего Мира, и происходит это **многokrатно** в течение целого дня, когда вы непроизвольно моргаете, даже не задумываясь об этом, а также при засыпании («*малая смерть*») и при умирании («*Великий Переход*»). Понимание этих реалий позволяет нам совершенно по-другому отнестись к столь обыденным для нас свойствам и способностям нашего организма.

Теперь остановимся еще на одном важном эффекте, возникающем при наработке *сверхскоростных* движений. Этот эффект теснейшим образом связан с *психофизиологией* зрительного восприятия. Вам должно быть уже известно, что человеческий глаз имеет довольно сложное строение, а сетчатка глаза, на которую проецируются изображения из внешнего Мира, состоит, в том числе, из так называемых «**палочек**» и

«колбочек». Ученые тщательно исследовали процессы, происходящие при этом. Выяснилось, что «колбочки» отвечают за восприятие **цвета**, т.е. являются *цветочувствительными*, и сосредоточены в основном по центру сетчатки. Что касается «палочек», то они в сотни раз чувствительнее к свету, чем «колбочки», но совершенно не реагируют на цвет. «Палочек» в центре сетчатки очень мало, и в основном они расположены на периферии. Таким образом, «палочки» реагируют на «**черно-белое**» (или на интенсивность света, его яркость) и обеспечивают за счет большей чувствительности зрительное восприятие при плохой освещенности.

Мы не будем сейчас рассматривать подробно все особенности зрительного восприятия, а отметим наиболее важные вещи: *периферийное* зрение, которое связано с функционированием «палочек», более скоростное и... черно-белое!!! Именно поэтому на *сверхвысоких* скоростях окружающий Мир «теряет» **цвет**. Мы называем это состояние «**медитацией "черно-белый Мир"**». В этом состоянии человек способен воспринимать чрезвычайно высокие скорости внешних движений, что особенно важно в экстремальной ситуации.

Одним из важнейших **критериев оценки** достижения *сверхскорости* удара является «размазывание» бьющей части тела в воздухе в виде «**черно-белого шлейфа**». Иногда образ, возникающий перед глазами, становится подобен настоящей молнии, или кратковременной вспышке, озаряющей окружающее пространство. Когда вы увидите «это» – ваша цель будет достигнута!

Сознательное использование *рефлексов* зрительного восприятия позволит вам открыть и использовать их для развития настоящих *сверхвозможностей*. Зная о том, при какой скорости движений объекты внешнего Мира начинают *сливаться* на ваших глазах в «единое целое» (как это наблюдается при взгляде на экран телевизора или монитора), вы поймете, что достигли желаемой цели. Подчеркнем, что если вы сможете двигаться за пределами скоростей зрительного восприятия, то и **противник не увидит вас**.

**Для противника вы станете невидимым!!!**

При выполнении *сверхскоростных* атак также возникает **эффект «застывшего противника»**, что обусловлено следующими факторами:

Во-первых, при *сверхбыстрых* атаках противник воспринимается как... **застывший!!!** Он не успевает даже сдвинуться с места из той позиции, в которой его застанет ваша неожиданная атака, поэтому вы сможете ударить его, куда угодно.

Во-вторых, подобные атаки вводят любого человека в состояние сильного страха. Его словно *парализует* неведомая сила, и он не способен сдвинуться с места, превращаясь в очень удобную **мишень**.

Таким образом, с помощью *сверхбыстрых* ударов можно **управлять эмоциями противника**, вызывая у него чувство сильного страха. Подобные состояния легко достигаются также с помощью *обманных* ударов.

Ваша *неожиданная* атака вызывает «разрыв реальности» в восприятии противника и *шокирует* его; в этот момент он становится уязвимым и совершенно беспомощным.

Прекрасным способом достижения *сверхскорости* ударов являются техники **ударов в прыжке**. Отметим, что их целью является не развитие навыка *скоростных серий* ударов (это – всего лишь одна из второстепенных задач!). Настоящая цель ударов в прыжке – достижение максимальной скорости именно **одиночного удара**, который *множественно* повторяется в течение того времени, пока вы находитесь в «полете».

Старайтесь не укорачивать траекторию удара! Каждый следующий удар должен быть точно таким же, как и предыдущий. Благодаря такой наработке вы развиваете чрезвычайно высокие скорости боевых движений. Никто не сможет парировать ваши удары, и эти техники мы называем **техниками превосходства**.

К числу важнейших техник ШАР, позволяющих научиться выполнять *сверхбыстрые* атаки, относится упражнение «**огненный стержень**». Его мы уже описывали в нашей первой книге, поэтому лишь кратко остановимся на отдельных нераскрытых секретах его выполнения. Суть техники «*огненного стержня*» состоит в том, чтобы нанести чрезвычайно быстрые прямые (!) удары руками, поворачиваясь в любую сторону относительно своего первоначального положения. Удары выполняйте по верхнему и среднему уровням (словно атакуете «*невидимых противников*» и в голову, и в туловище).

Ваша задача – не останавливаться ни на мгновение, вращаясь в высоком темпе вокруг оси, как по часовой стрелке, так и против. Обратите внимание, насколько быстро вы разогреваетесь! Это особенно важно, если вы тренируетесь в холодную погоду, например, зимой в лесу или в парке. Ваше тело станет по-настоящему горячим, кровь активнее будет циркулировать в сосудах, а все суставы и связки быстро подготовятся к

дальнейшим нагрузкам. За короткое время вы разогреваете все свое тело, и вам теперь не нужна никакая дополнительная разминка! Напомним, что таким удивительным «свойством» обладают практически все комплексы и упражнения ШАР.

Даже непродолжительное выполнение техник *«огненного стержня»* научит вас многим вещам:

Во-первых, вы приобретете навык нанесения *сверхбыстрых* ударов в любую сторону, что особенно важно при столкновении с несколькими нападающими. В этом случае вы сможете всего лишь за несколько секунд вывести их из строя.

Во-вторых, ваш *вестибулярный* аппарат получает прекрасную нагрузку, и со временем вы не будете испытывать дискомфорта при вращениях вокруг своей оси в любую сторону. В бою с несколькими нападающими это особенно важно, так как необходимо контролировать окружающее пространство и уметь перемещаться, также поворачиваясь в любую сторону (вспомните технику *«живого волчка»*). Если же у вас недостаточно развито чувство равновесия, то в реальном бою вам придется нелегко.

В-третьих, ваше эмоциональное состояние резко меняется. Из спокойного оно преобразуется в **чувство ярости!** Слово «ярость», согласно нашей этимологии, означает «энергетическое расширение» (**«Я-рост (ь)»**), или **рост** вашего **«Я»**). При энергетической активизации происходит значительное увеличение объема вашего энергетического тела. Вы физически почувствуете, словно увеличиваетесь в размерах, заполняя собой окружающее пространство. Столь необычное ощущение по-настоящему реально, так как чувство ярости на самом деле приводит к расширению вашего энергетического поля.

Ваш противник почувствует, что происходит нечто необычное, и постарается избежать столкновения с вами. Одновременно при расширении «личной энергетики» исчезнет **чувство страха**. Вам нечего бояться, так как при использовании контролируемой ярости вы автоматически активизируете разнообразные *сверхвозможности* (*сверхсилу, сверхчувствительность* и т. д.).

Другой техникой достижения *сверхскорости* атакующих движений является техника **«выпускания стрел»**, которую мы уже кратко описывали ранее. Напомним, что при нанесении таких ударов происходит *реверсивное* (или «встречное») движение рук, одна из которых движется к поражаемой цели, а вторая – в противоположную ей сторону. Благодаря этому возникает особый эффект зрительного восприятия – иллюзия *сверхскоростных* движений по отношению к противнику (за счет «встречных» движений).

Для повышения скорости ударов учитесь выполнять их с последующим **«выдергиванием» из зоны поражения**: нанеся удар кулаком в голову или туловище, старайтесь как можно быстрее возвращать руку в исходное положение. В этом случае ваш *прямой* удар окажется значительно быстрее. Заметьте, что одновременно вы словно «захватываете» на обратном движении «ничто» из энергетики противника, лишая его таким образом здоровья, сил, уверенности в себе и пр. Очень легко развить *сверхскорость*, если использовать **удары оружием**, например, ножом или дубинкой; в этом случае вы практически сразу достигаете желаемой цели.

При выполнении любых *сверхскоростных* движений взгляд зачастую не успевает отследить все ваши действия. Происходит это из-за природной *инерционности* зрительного восприятия, но самое главное, что, тренируясь указанным образом, вы постепенно разовьете требуемую скорость взгляда, и это позволит вам в дальнейшем увидеть все опасные движения и действия противника, который даже не поймет, как вы смогли разглядеть то, что он делает.

Одно из замечательных упражнений, выполняемых, например, с дубинкой, состоит в том, чтобы **наблюдать** *прямым* и *боковым* зрением за очень быстрыми её перемещениями. Вы увидите, что это не так просто сделать, ведь на высоких скоростях, оружие начнет буквально «растворяться» на ваших глазах. Тренируясь указанным образом (и одновременно **«играя скоростью»** своих движений), вы активизируете *сверхвозможности* зрительного восприятия, а механизм, лежащий в основе этого, вам уже известен.

Когда вы выполняете *сверхбыстрые* движения, обратите внимание на **«чувство зависания»** в воздухе. Вы словно теряете в весе, становясь практически *невесомым*, и этот эффект особенно ярко проявляется при достижении *сверхскоростей*!

Рассказывая о *сверхбыстрых* движениях, нельзя обойти стороной такой важный вопрос, как **движение мысли**. Вы даже представить не можете, насколько быстрой может быть человеческая мысль!

Никто (и ничто) не может сравниться с ней по скорости.

### **Скорость мысли практически мгновенна!!!**

Например, чтобы оказаться в каком-либо месте, вам требуется добираться туда пешком, на машине, на поезде или на самолете. Однако мысленно вы практически сра-

зу можете оказаться где угодно и когда угодно. Используйте медитацию «*готовый результат*».

**Мысль обладает поистине Волшебными свойствами!!!**

С ее помощью вы сможете совершать настоящие *Чудеса*, включая «**Путешествия во Времени и Пространстве**»!

Добавим, что вас ждут самые удивительные и невероятные *Приключения*, если вы будете использовать предлагаемые нами техники и медитации в своей практике.

## Глава 9 Боевые захваты и броски

*Духовные и философские основы Борьбы. Этимология слова «борьба». Откуда в Египте... русские избы?! Связь Древнерусской ведической Традиции с Древнеегипетской! Бить или бороться – «быть или не быть!»? О превосходстве ударных техник над бросковыми. Не боритесь с вооруженным противником! Как освободиться от захвата одним ударом! Сравнение скоростей ударов и бросков. Примеры ложных боевых техник. Боевые и лечебные свойства одежды. «Оборотни в погонах». Гипнотическое воздействие одежды. Об опасности привыкания к «стандартной» форме. Особенности уличной одежды. Чем достигается постоянная готовность к бою. Оценка боевых свойств одежды и способы ее тестирования. Захваты за волосы, мышцы и кожу. «Охота за пальцами». Управление противником с помощью боли и вспомогательных ударов. «Ломка каменных листьев». Борьба за захват. Захваты, основанные на принципе «быстрого касания». «Обжигающие» захваты. Выведение из равновесия рывком, ударом или угрозой нанесения удара. «Вязкие» атаки и защиты (в том числе, «быстрее-быстрее»). «Вязкие» свойства одежды. Способы укрепления хвата. «Борьба ветвей» и борьба с ветвями деревьев. Использование гирь и гантелей. «Борьба без борьбы» (или «мериться силой»). Нарботка защит от ударов при захвате за одежду. Боевые броски и «слепая» борьба. «Живой щит». Секреты проведения бросков, или как повалить сопротивляющегося противника! «Бросок без броска». Управление «центром тяжести» противника.*

Мы познакомим вас с уникальными методиками по наработке боевых захватов и бросков, однако сначала расскажем, какой глубочайший смысл заключен в слове **«борьба»**. Вы узнаете о **философских** и **духовных** истоках *Борьбы* как неотъемлемой части *Искусства Жизни*.

С точки зрения «некорректной» этимологии ШАР, это слово мы расшифровываем как «Борь-Ба», где «**Ба**» в древнеегипетской арийской *Традиции* означает духовное начало человека, а слово «**борь**» произошло от «**бороть**», или «**бороть-ба**» (т. е. **бороть «Ба»!**). Аналогичным образом в русском языке мы расшифровываем такие слова как «гуль-Ба», «ходь-Ба», «свадь-Ба», «судь-Ба», «резь-Ба» и т. д. Теперь вы уже самостоятельно можете понять *глубинный* смысл всех этих слов. Подчеркнем, что «Ба» не является просто слогом, как считают специалисты в области языкознания. Мы утверждаем, что на *Прязыке* наших *Предков* «Ба» означало **духовную сущность человека**. «Ба» содержится во многих словах русского языка, и это **не случайно**, ведь русский язык, как и все славянские и европейские языки, содержит множество корней *Прязыка*, на котором говорили *Боги*.

О связи **Древнеегипетской** и **Древнерусской Традиций** (только не путайте с общепринятой исторической версией, согласно которой «древнерусское» – то, что относится лишь к концу первого тысячелетия после *Рождества Христова!*) многое может рассказать **этимология**.

Большинство людей даже не догадываются, что русские и «египетские» слова имеют одни и те же корни. Поэтому мы легко можем понять, что означают такие слова, как Пта, мастаба, изба... Они не только звучат одинаково, но и имеют одно и то же значение. Вот что об этом пишет В. Д. Осипов в своей книге «**Потаённый смысл слова**» (изд-во «Поколение», Москва, 2006): «Словом ИЗБА египтяне называют деревенский дом. Правда, ударение они делают на первый слог» (стр. 370). Подумайте, что может означать слово «ИЗБА»! Теперь, с помощью «некорректной» этимологии ШАР, вы легко сможете понять *тайный* смысл слов не только русского языка, но и многих других европейских языков. Все эти вопросы будут подробно рассмотрены нами в следующих публикациях.

В главе, посвященной *Истории Великой арийской Цивилизации*, мы уже показывали, насколько тесно связана **древнерусская Ведическая Традиция** с **древнеегипетской**. Так, в слове «борьба» нашла отражение целая **философия Жизни** наших *Предков*, которые утверждали, что Жизнь – это *Борьба*, борьба Духа («Ба») за *Справедливость* и *Свободу*!

### **Мир, в котором мы живем, несправедлив!!!**

К сожалению, в наше время никакой *Справедливости* нет и в помине, но мы знаем, что она была, когда на Земле царил «**Золотой век**»! Тогда **правили Боги**, которые учили людей жить по **справедливым** законам. Эти *Боги* являются *Предками* всех европейских народов, и в качестве доказательств можно привести многочисленные *антропологические* и *генетические* результаты исследований, которые проливают свет на загадку возникновения *Белой расы*.

Если рассматривать *борьбу* как разновидность единоборств, то она развивает в человеке волю к победе, целеустремленность, физическую силу, способность чувствовать противника и его намерения и т. д. *Борьба* великолепно тренирует все физические и психические качества человека и оказывает настоящее *целительное* воздействие на весь организм, именно поэтому она особенно полезна для детей, которые обожают бороться!

Перед каждым, кто серьезно изучает боевые искусства, рано или поздно встает следующий вопрос:

**Какие техники более эффективны в реальном бою –  
ударные или бросковые?!**

Ответ на данный вопрос совсем не так прост, как может показаться на первый взгляд. Одни уверенно говорят, что лучше всего использовать броски, тогда как другие считают самыми эффективными – удары; третьи доказывают необходимость одинакового владения и ударными, и бросковыми техниками. Как говориться, и нашим, и вашим!

На самом деле, в реальной ситуации вы должны применять то, чем вы владеете лучше всего, и именно это обеспечит вам *превосходство* над любым противником. Как мы уже показывали, удар в несколько раз (!) быстрее любого броска. Зачем же тогда нужно ввязываться в борьбу, если победить вы можете всего лишь одним атакующим движением?!

Не стоит идти против *Законов Природы!!!*

**Учитесь достигать своей цели минимальными усилиями!!!**

Если говорить о реальной схватке, то с помощью борьбы женщина или ребенок никогда не справятся с более сильным и подготовленным противником, тем более что на улице нет никаких весовых категорий! Чтобы победить в схватке без правил, необходимо, прежде всего, использовать *техники превосходства*. Если противник пытается навязать вам борьбу, а вы чувствуете, что слабее его, используйте **удары «быстрого касания»**.

Эти удары следует набивать, в том числе, и при захватах за одежду. Ввязываться в борьбу можно (и даже нужно), если это не реальная схватка, а всего лишь – игра, баловство! Если же вы пытаетесь отстоять свою жизнь в столкновении с *реальным* противником, то вопрос «БИТЬ ИЛИ БОРОТЬСЯ?» равнозначен гамлетовскому «БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ?»

Мы утверждаем, что в опасной ситуации ни в коем случае нельзя бороться (особенно с вооруженным противником или противниками!), иначе шансов на выживание у

вас практически не останется. Его нужно БИТЬ!!! И не просто бить, а решительно атаковать ударами в наиболее уязвимые зоны – глаза, горло, пах.

### Не боритесь с вооруженным противником!!!

Во многих Школах рукопашного боя придерживаются иного мнения: они убеждены, что в реальном бою можно и нужно бороться! В качестве примера, иллюстрирующего эти *ложные* представления, можно привести столь любимый в отечественных системах рукопашного боя «**бросок через спину**», выполняемый после «блокирования» прямого удара в голову. Заметим, что указанные техники до сих пор пользуются чрезвычайной популярностью в самбо и ряде других отечественных Школ. Все это прямо указывает на абсолютное незнание реалий уличной схватки, ведь только не представляя себе, что **удар намного быстрее** и разрушительнее любого броска, можно рекомендовать подобные вещи! Удивительно, но даже в наши дни, когда, казалось бы, об искусстве *реального* боя известно гораздо больше, чем ранее, подобные техники все-рез изучаются на занятиях. Ученикам внушается **иллюзорная уверенность** в эффективности и действенности этих приемов.

Другой пример покажет вам, что с помощью силы далеко не всегда можно освободиться от захвата за руку, тогда как в некоторых Школах для освобождения от захватов предлагается, прежде всего, **силовая борьба**. Возможно, это приемлемо для физически крепкого и развитого человека, но как быть женщине или подростку?! Неужели кто-либо всерьез считает, будто они смогут одолеть противника с помощью борцовских техник?!

И, тем не менее, в большинстве Школ предлагается именно борьба. Отметим, что подобных «боевых» техник чрезвычайно много, но мы не будем сейчас их анализировать. Предлагаем вам самостоятельно оценить их применимость в жизни. Что касается бросковых техник в ШАР, то у нас используются специальные *боевые захваты и броски*. Как правило, наши техники сопровождаются неожиданными ударами и захватами, намного облегчающими проведение выбранного броска. Заметим, что использование именно *боевых захватов* и *бросков* позволяет слабому человеку (ребенку, женщине, пожилому человеку) уверенно расправиться с нападающим.

*Однажды нами проводилось показательное занятие для военнослужащих одной из российских силовых структур. Занятие понравилось офицерам, но у них возникли вопросы. Один из военнослужащих спросил, каким образом в ШАР освобождаются от*

захватов, и чтобы увидеть, как мы это делаем, тотчас выполнил крепкий захват за запястье. То, что произошло дальше, похоже, удивило всех. Обычно в Школах рукопашного боя для освобождения от захватов используется борьба, но именно в этом и состоит их принципиальная ошибка. В ответ на свой захват он получил сильный удар ногой по голени, и одновременно его рука оказалась выкручена за спину. Так был продемонстрирован принцип **освобождения от захвата с помощью одного-единственного удара**. Добавим, что вместо удара по ноге можно атаковать ударом ноги в пах, или кулаком в голову. Освободиться от захвата можно даже бесконтактно – всего лишь **угрозой** нанесения удара в любую из уязвимых зон, и в ШАР все эти техники сначала нарабатываются с напарником.

Сейчас мы расскажем об основных способах захватов и бросков, используемых в ШАР, но сначала кратко коснемся такой актуальной (и малоизвестной широкому кругу) темы, как **боевые и лечебные свойства одежды**:

**Не удивляйтесь, но даже обычная одежда обладает самыми настоящими лечебными свойствами!!!**

Излишне говорить, что одеваться всегда следует по погоде. Можно даже сказать так: «У природы нет плохой погоды, если... ваша одежда соответствует ей!» Когда на улице холодно, то одеваться необходимо достаточно тепло, и – наоборот. Одежда обладает способностью сохранять тепло вашего организма и защищает вас от потерь жизненной энергии, а также изолирует от неблагоприятных факторов внешней среды в виде перепадов температуры, высокой влажности и т. д. Сравните, например, как одеваются любители зимней рыбной ловли и купающиеся в летнюю жару, и вам станет понятно, о чем мы говорим. Ветер, влажность, холод, жара – вот те природные факторы, от которых должна защищать одежда. Если она не выполняет этих функций, то ни о каких ее *лечебных* свойствах не может быть и речи! Кроме того, на *лечебные* свойства одежды сильно влияет тот материал, из которого она сделана (хлопок, шерсть, синтетика), цвет, фасон и многое другое.

Стоит ли говорить о том, что одежда должна быть красива и удобна. Желательно одеваться со вкусом и вовсе необязательно следовать какой-либо моде, чтобы выглядеть красиво и элегантно. Главное, чтобы одежда, которую вы предпочитаете, вам подходила, и вы чувствовали себя в ней комфортно! Все это оказывает непосредственное воздействие на ваше эмоциональное состояние и здоровье. Прежде чем мы рассмотрим

еще одно важное свойство одежды, опишем реальный случай, произошедший лет десять назад в Москве:

*К постовому милиционеру, вооруженному автоматом, подошел человек в форме полковника милиции. После формального приветствия полковник устроил головомойку младшему по званию: «Что это такое?! Почему ботинки нечищены?! Пуговицы растегнуты?! Фуражка мятая?!» В завершение «воспитательной» беседы, проведенной в резкой и грубой форме, полковник потребовал у растерявшегося постового милиционера... автомат (!!!) и, со словами «Придешь к своему командиру и доложишь, что полковник Сидоров наложил на тебя взыскание!», послал его к начальству. Когда сбитый с толку милиционер доложил своему руководству о случившемся, то получил такой нагоняй, что, наверное, не забудет об этом всю оставшуюся жизнь. Он, наконец, сам осознал, что был облапошен мошенником, и теперь ему грозит серьезное служебное расследование.*

Оружие оказалось у преступника, но как такое могло произойти?! Данный пример наглядно иллюстрирует одно малоизвестное большинству людей свойство одежды, о котором необходимо знать каждому. Речь идет о её *гипнотическом* воздействии на человека:

### **Одежда обладает сильными гипнотическими свойствами!!!**

Посмотрите, как люди реагируют на появление человека в милицейской форме или, например, в халате врача! Ваша задача – научиться видеть того, кто же на самом деле стоит перед вами («Взгляд в Душу»), и пусть вас не обманывает его форма или одежда! Человек остается тем, какой он есть, независимо от внешнего облачения, а одежда лишь **маскирует** его сущность и может ввести в заблуждение. Знание о *гипнотических* свойствах одежды поможет вам избежать ошибок в общении с людьми в самых различных ситуациях.

Существует большое число Школ и стилей, бойцы которых облачаются в кимоно или в борцовские куртки и состязаются *по правилам*, запрещающим использование каких-либо серьезных травмирующих воздействий. Последователи этих Школ и стилей при многолетних занятиях *привыкают* к той одежде, в которой обычно тренируются, и впоследствии уже не способны эффективно использовать свойства одежды повседневной (или *уличной*). Кроме того, они нередко используют специальное защитное снаря-

жение (шлемы, раковины, жилеты) и, по восточной *Традиции*, занимаются без обуви, т. е. босиком. Все перечисленные особенности резко отличают поединки в этих Школах от *боевых схваток*.

**Уличная одежда** может помешать выполнению привычных и наработанных в спортзале техник и приемов. Она может сковывать движения бойца, не позволяя ему использовать приобретённые на занятиях навыки. Не следует также забывать, что на улице одежда весьма и весьма специфическая – накидки, плащи, куртки с молниями-застёжками и т. д. Ваш противник может оказаться в чём угодно: в лёгкой рубашке, в плаще с капюшоном, в футболке, в куртке, застёгивающейся на «молнии» и пр. На его голове может быть кепка, вязаная шапочка, бейсболка или даже шапка-ушанка, а на ногах – либо лёгкая обувь (от сандалий до кроссовок), либо тяжёлая и жёсткая (зимние ботинки, сапоги). Прочность верхней одежды также может сильно варьироваться, затрудняя или, наоборот, облегчая проведение различных боевых захватов.

Учёт *боевых свойств* одежды чрезвычайно важен не только для бойцов спецназа, выполняющих сложнейшие задачи по обезвреживанию террористов, но и для обычных, вполне мирных людей, рискующих в наше время оказаться один на один с группой отморозков, готовых на всё ради легкой наживы. Расскажем также курьезную историю об одном квартирном воре, который после кражи вернулся домой и был неприятно удивлен, когда чуть ли не вслед за ним явилась милиция. Оказалось, что на месте преступления он выронил свой паспорт!

Отметим, что документы, деньги и ценные вещи следует носить в застегивающихся карманах и обязательно следить за их недоступностью для посторонних. Помните, что в рукопашной схватке легко потерять не только здоровье, но и все, что у вас есть с собой (в ваших карманах, сумках).

Одежда, которую вы носите, должна удовлетворять соответствующим требованиям. Самое главное, она не должна вам мешать, если вдруг потребуются быстро бежать, или наносить удары руками и ногами, или освободиться от захватов.

### **Боевые свойства одежды специально тестируются с помощью боевых техник ШАР!**

Так, чтобы оценить приспособленность одежды для выполнения резких атакующих движений, выполняйте *размашистые* удары в любую сторону. Вы сразу же почувствуете, насколько пригодна (или нет!) ваша одежда к реальной ситуации. Например,

обувь может оказаться чересчур тяжелой, и, как результат, удары ногами станут «медленными». Если подошва скользкая, то вы рискуете упасть, нанося быстрые удары ногами, поэтому будьте осторожны при их выполнении.

Вы должны быть готовы к смертельной схватке в любое время суток и в любом месте (на улице, в общественном транспорте, дома, на отдыхе и пр.), однако это не значит, что нужно постоянно оглядываться, прислушиваться или прятаться. Не нужно страдать «манией преследования». Нужно, прежде всего, быть внимательным к тому, что происходит вокруг и, в случае опасности, реагировать адекватно. Именно НЕВНИМАТЕЛЬНОСТЬ чаще всего приводит к БЕДЕ, и об этом весьма красноречиво «свидетельствует» криминальная хроника. Наивысший уровень готовности (или состояние «небесного воина») обеспечивается расслабленностью, а не напряженным ожиданием!

Сейчас мы рассмотрим некоторые виды *боевых захватов*, которые проводятся как за одежду противника, так и за любые его части тела.

**Боевые захваты** – это такие захваты, которые используются в реальных уличных столкновениях и шокируют противника своей неожиданностью.

Например, быстрый **захват за волосы** с последующим *рывковым* движением в выбранном вами направлении позволяет легко управлять противником, имеющим густую шевелюру. Если же ваш противник, наоборот, имеет короткую стрижку или, вообще, лысый, то воздействие можно оказывать непосредственно на голову, отыскивая на ней «ямки», «выступы», «впадины».

Вы на практике убедитесь в чрезвычайно высокой эффективности данных техник, причем чтобы справиться с противником, который сильнее вас, желательно использовать также различные **вспомогательные удары** (по глазам, в пах, в горло). Эти удары значительно облегчают выполнение любых боевых техник.

*Захваты за волосы* нарабатываются как самостоятельно, так и с напарником. При этом учитесь крепко захватывать пальцами волосы и выполняйте *тянущие* (а впоследствии – и *рывковые!*) движения в любую сторону, постепенно увеличивая силу хвата и вытягивания. Обязательно воздействуйте на все участки волосистой части головы. Уже скоро вы убедитесь, что подобный «массаж» исключительно полезен для вашего здоровья, так как зоны на голове теснейшим образом связаны с внутренними органами. Оказывая на корни волос такое воздействие, вы активизируете *рефлекторные* функции своего организма и начинаете лечить самого себя. Мы рекомендуем выполнять подобные упражнения не менее двух раз в неделю (по несколько минут в день), используя

для этой цели время, когда вы, например, смотрите телевизор или просто отдыхаете лежа на диване.

Другим великолепным способом наработки боевых захватов является **одновременная борьба за волосы**. Захватывайте их двумя руками и всячески мешайте своему напарнику сделать то же самое. Однако будьте осторожны, не вырывайте друг у друга клочья волос. Заметим, что со стороны то, что вы делаете, выглядит поистине впечатляюще. Представьте, два человека вцепились друг другу в волосы и пытаются повалить один другого! Как вы понимаете, эти навыки помогут вам *правильно* действовать в похожих ситуациях.

В дальнейшем используйте вспомогательные удары, с помощью которых вы сможете быстро *освободиться* от захвата. Работая с напарником, лишь *обозначайте* атаки в уязвимые зоны, но делайте это *правильно*, т. е. с учетом естественных реакций на пропущенные удары. Например, если вы атакуете напарника в пах или в голову, то он не должен стоять словно «статуя». На «пропущенный» удар он должен реагировать так, будто на самом деле его пропустил.

Обратите внимание, что в процессе занятий происходит постепенное изменение **болевых порогов** чувствительности. К примеру, если до выполнения захватов за волосы ваша чувствительность была *притупленной*, то в процессе занятий чувствительность к боли возрастает. И наоборот, если сначала вы очень *болезненно* реагировали на захваты за волосы, то впоследствии чувствительность снижается. Таким образом, происходит нормализация болевой чувствительности, и, следовательно, общее **оздоровление** вашего организма.

К числу эффективных боевых техник относятся также **захваты за пальцы**. Одно из подготовительных упражнений данной группы – это «охота за пальцами». Его вы сможете самостоятельно освоить, если внимательно изучите главу «Охота за кулаком» (в нашей первой книге), где изложены основные **принципы «охоты»**.

Еще одно важное упражнение, которое мы рекомендуем своим ученикам, – «ломка каменных листьев». Многие не уверены в том, что захват пальцев противника поможет одержать победу, ведь пальцы будут напряжены, а если противник отличается крепким телосложением, то шансов справиться с ним вообще не остается. Так ли это?! Конечно же, нет, и мы не случайно предлагаем вам эти удивительные техники, чтобы вы могли на практике убедиться в их эффективности.

Станьте оба в боевые позиции, и пусть один из вас держит пальцы рук напряженными. Захватывая напряженные пальцы, вы убедитесь, что они также легко подда-

ются силовому воздействию, как и расслабленные. Если не удастся обхватить все пальцы, то «выберите» один или два из них, после чего снова попробуйте сгибать за счет силы. Вы обнаружите, что даже такое (чисто силовое!) воздействие оказывается весьма результативным, а если к захвату напряженных пальцев вы добавите вспомогательные удары, то поймете, насколько легко будет справиться с сильным и более подготовленным противником. Например, женщина, захватив пальцы нападающего, может без особых усилий распластать его на земле и удерживать в таком положении до прихода помощи. В случае если нападающий будет сопротивляться или угрожать, необходимо усилить болевое воздействие вплоть до перелома его пальцев.

При самостоятельных тренировках используйте техники ломающих воздействий на «коготь» (или **ладонную палочку**). В восточной *Традиции* это оружие называется «**явара**». Удерживая в руках деревянную палочку (размером в полтора кулака!) попытайтесь переломить ее. Используйте также силовые воздействия на две сложенные вместе палочки! Подробно о техниках работы с «когтем» мы расскажем в отдельной публикации. Вы познакомитесь с уникальными и чрезвычайно эффективными техниками, которые использовали наши *Предки* еще много тысяч лет назад.

Важнейшим этапом освоения *боевых захватов* является **борьба за захват**. Поначалу это могут быть разнообразные упражнения, при выполнении которых вы будете быстро и неожиданно захватывать выбранные части тела (или одежду) напарника. Не следует забывать, что на применение этих техник точно также распространяется **принцип «быстрого касания»**. Речь идет о высоких скоростях выполнения захватов и неспособности любого противника противодействовать им.

Если рассматривать именно *боевые* формы захватов, то при их выполнении атакуемая часть тела испытывает болезненное *обжигающее* воздействие («**обжигающие захваты**»). Если атакуются открытые участки тела, то они краснеют, словно вы на самом деле обожгли их кипятком или горячим паром, и то же самое происходит, если атакуются мышцы и кожа под одеждой.

Обязательно захватывайте части тела напарника так, чтобы одновременно вывести его из *равновесия*, причем не только физического, но и психического. *Боевой захват* заставляет противника *переключить* внимание на атакуемую зону, при этом он «забывает» про все остальное, и вы легко можете ударить его в пах, в голову или другую уязвимую зону. Из равновесия его можно вывести также рывком *после* проведения захвата, хотя эффективнее будет, если боевой захват и рывок произойдут практически одновременно, тогда вам не понадобятся *вспомогательные* удары.

Боевые захваты, которые вы сейчас выполняете, относятся к техникам **«вязких» атак**. Атакуя противника, вы будете *сковывать* его своими захватами, и то же самое можно делать, когда вы защищаетесь. Чтобы добиться устойчивых результатов, выполняйте *боевые захваты* (и защитные, и атакующие!) по принципу **«быстрей-быстрей»**. Это поможет вам приобрести навыки успешной скоростной работы во время борьбы. Отметим также, что обычная одежда сама по себе обладает *«вязкими» свойствами*: она может сковывать любые ваши движения и замедлять выполнение, как ударов, так и бросков, поэтому **«вязкие» свойства одежды** непременно должны учитываться в реальной ситуации. Естественно, что все ваши захваты должны быть достаточно *прочными*, чтобы противник не смог вырваться, и одновременно вы должны уметь *освободиться* от «неудобных» для себя захватов.

**Способы укрепления хвата** нарабатываются в ШАР самыми разнообразными упражнениями (работа с корой дерева, «борьба листьев», прокатывание кисти у стены, «лепка» ударных форм и мн. др.). Так, если вы тренируетесь на природе, то многие упражнения полезно выполнять со стволами деревьев. Вы можете бороться с ними, пытаться согнуть или повалить их в любую сторону. Деревья, с которыми вы будете тренироваться, не должны быть тонкими и хрупкими. Выбирайте сильные, крепкие и здоровые деревья. Это поможет вам развить настоящую **сверхсилу**.

Если вы тренируетесь дома, то используйте для укрепления кистей рук небольшие по весу **гири** или **гантели**. Нарбатывайте *крепость* хвата с помощью *кистевых вращений, подъемов-опусканий*, а также с помощью *подбрасывания и ловли* их в воздухе (т. е. **жонглирования**). Естественно, делать это можно лишь над диваном, кроватью или свернутым в несколько раз одеялом, расстеленным на полу. Кисти рук и пальцы с помощью этих несложных упражнений значительно *укрепятся*, и вы практически сразу почувствуете это. Не забывайте после силовых упражнений прорабатывать укрепляемые зоны *массажем* и расслабляющим *потряхиванием*.

Прекрасным упражнением для развития силы ног является **перемещение гири стопой** по различным направлениям. Если вы попробуете так тренироваться, то практически сразу убедитесь, насколько эффективные навыки вами приобретаются. Благодаря одному этому упражнению вы легко сможете выбить ногу противника зацепом или подсечкой в любую сторону, и он не сможет устоять. Если же при этом вы еще выполните захват за его одежду и одновременно рывок (или толчок) руками, то падение противника будет практически неизбежным. Естественно, при наработке данной техники с

напарником поддерживайте друг друга, чтобы исключить возможные травмы при падении.

Интересной формой парной работы являются защиты от ударов, которые выполняются с **одновременным** захватом за одежду или какие-либо части тела. Вы захватываете напарника за отворот куртки (или за рукав) и начинаете наносить удары свободной рукой, а также ногами. При этом вы как бы натягиваете своего напарника на себя. Захват за одежду сковывает напарника и мешает ему защищаться. У вас же появляется прекрасная возможность управлять любыми его движениями, словно он является *марионеткой* в ваших руках. Не забывайте меняться ролями, чтобы научиться атаковать и защищаться одновременно.

Теперь, когда вы уже кратко познакомились с наработкой *боевых захватов*, мы переходим к следующему этапу изучения техник рукопашного боя ШАР, связанных с борьбой, и речь пойдет о выполнении *боевых бросков*.

### **Что такое боевые броски, и чем они отличаются от «классических» бросков других Школ и стилей?!**

**Боевые броски** – это особые техники, с помощью которых вы можете повалить своего противника, используя для этого минимум усилий: например, с помощью ударов в уязвимые зоны или специальных захватов, которые причиняют сильную боль и заставляют двигаться его в нужном вам направлении. Так, чтобы выполнить **подножку**, достаточно ударить противника коленом в пах (или локтем в голову), чтобы он сам упал через подставленную вами ногу. Также можно повалить соперника, если захватить его за волосы или за пальцы. Причиняя боль, вы можете управлять движениями и действиями другого человека, не прикладывая особых усилий. Отметим, что нам чужды приемы, которые требуют большой силы для перебрасывания противника через себя.

Для повышения мастерства в искусстве реального боя мы рекомендуем также использовать **борьбу «вслепую»**. Речь идет о ведении борьбы с закрытыми (или завязанными) глазами. Подобный тренинг развивает *сверхвозможности* у бойцов, учит их чувствовать невидимые объекты, «видеть» не глядя, а ведь именно это может потребоваться вам в реальной уличной схватке. Добавим также, что применение *боевых бросков* будет особенно эффективно, если нападающих несколько! В этом случае вы можете использовать одного из них в качестве **живого щита**, прикрываясь им от дру-

гих нападающих. Здесь вам очень помогут *боевые захваты*, используя которые вы сможете управлять противником как *марионеткой*.

В завершение главы коснемся такого важнейшего вопроса, как секреты проведения бросков на **сопротивляющемся противнике**. Казалось бы, что может быть проще, чем выполнить тот бросок, который вы заучили до *автоматизма*?! Напарник, как правило, подыгрывает вам, так же и вы поддаетесь ему, когда он пытается бросить вас. Однако в реальной ситуации противник будет активно сопротивляться, и провести бросок окажется не так-то просто!

### **Как научиться бросать сопротивляющегося противника?!**

Во-первых, следует рывком нагрузить ту ногу, которую вы собираетесь атаковать, например, подножкой. Если же вы проводите зацеп или подхват, то, наоборот, следует *резко* перенести вес противника на ногу, которую вы атаковать не собираетесь. В результате, атакуемая нога будет «свободной» (т. е. ненагруженной весом), и вы легко сможете «выбить» ее в нужную вам сторону, одновременно толчком или рывком выводя соперника из равновесия. В обоих случаях ваш противник не сможет устоять на ногах! Не забывайте при выполнении броска контролировать его падение вплоть до завершающей фазы. Это даст вам преимущество в реальном бою и позволит *добить* нападающего, если он попытается сопротивляться. О важности *добивания* (и о том, как это делается!) мы уже рассказывали во второй книге.

Во-вторых, если соперник все-таки успеет убрать атакуемую ногу, то ваша задача, не останавливаясь, перевести свою атаку на другую ногу, которую противник уже не сможет убрать. Научитесь переходить от одного броска к другому, не меняя характера атакующего движения. В этом случае один бросок (пусть даже неудавшийся!) тотчас «трансформируется» в другой. Как результат, для противника все будет происходить слишком быстро, чтобы он успел правильно среагировать.

В-третьих, если противник сам попытается провести бросок, то для противодействия ему используйте такие простые способы:

- *понижение* центра тяжести;
- *встречное* атакующее движение;
- *перенаправление* усилия противника;
- *следование* по направлению его усилия и т. д.

По возможности старайтесь не поднимать своего соперника при выполнении бросков и не пытайтесь перебросить его через спину (или через голову), как это рекомендуется в некоторых Школах. Наши боевые техники построены на минимизации усилий, поэтому, если вы собираетесь провести бросок, то не следует особо напрягаться, будьте рациональны и берегите свои силы.

Чтобы научиться побеждать сопротивляющегося противника, необходимо овладеть *навыками* неожиданного выведения его из равновесия, используя для этого рывки, толчки, резкие развороты, сбивы в разные стороны (в том числе на себя и вниз). Каждый из перечисленных способов необходимо проработать сначала по отдельности, а затем – **комбинируя** между собой (например, вы можете сначала выполнить резкий *толчок от себя*, а затем – неожиданный *рывок на себя и вниз* и т. п.).

Владея техниками **выведения из равновесия** и одновременно сохраняя свою **устойчивость** (т. е. **укореняясь**), вы создадите все необходимые условия для проведения определенного броска. Заметим, что даже выведение из равновесия, если оно выполнено правильно, само по себе способно привести к падению противника (мы называем это «**бросок без броска**»), и чаще всего такое происходит, если удастся неожиданно вынести его «*центр тяжести*» далеко за пределы тела.

### **Вынесение «центра тяжести» за пределы тела – ключ к выведению из равновесия!!!**

Ваша задача – научиться определять ту *минимальную* дистанцию вынесения «*центра тяжести*», при которой *реальный противник* уже не сможет устоять. Напомним, что во всех случаях, когда вы физически уступаете своему противнику, используйте *вспомогательные* удары. Их применение обеспечит вам гарантированную победу в реальной схватке!

## Глава 10 Синхронная гимнастика

*Понятие «синхронности». Применение синхронных движений в бою. Защита пальцев от травм и повреждений. О мыслеобразах в ШАР («Скрещенные крылья» или... «летающая птица»?). Наслаждение естественными движениями. Гимнастика для всего тела. Техники «быстрого полёта». Гармонизация «правого» и «левого». Полёт в «вязком пространстве» (или силовая тренировка рук). Лечебное воздействие на лучезапястные суставы. Парная (вып. в паре) «летающая птица» и развитие интуиции. Борьба «крыльев». Противодействие вооружённому нападающему. Защита «скрещенными крыльями» от ударов рук и ног. «Разъединение крыльев». Противодействие связкам ударов. Контрудары свободной рукой. «Вязкие защиты». «Нескрещенные крылья» и боевые уловки. Синхронная работа рук. Тренировка с различными предметами. Иллюзии «материализации». Работа с «невидимой дубинкой». «Центры» синхронизации и «синхронная гимнастика». Приёмы оздоровления. «Зеркальные» движения. Защита от мощных ударов. Использование асинхронности для построения обманов. Глубинный смысл синхронных движений. Слияние с чужими движениями (или движения в «потоках»). «Следование за речью» как способ «прочитать» невысказанную мысль! Предвидение движений и действий противника. Работа с энергетическими ощущениями (варианты «одновременного касания»). «Потоки Времени». Психологическая совместимость и способы ее достижения. Притча о «дереве на ветру». Сознание как «зеркало» реальности. Высшая форма защиты!*

В этой главе мы затронем один из наиболее интересных вопросов, связанных с освоением **Высших форм защиты**, и речь пойдет об использовании **принципа «синхронности»**. Его описание мы начнем с техники «скрещенных крыльев», как наиболее простой подготовительной техники.

В ШАР, как вы уже могли догадаться, эти техники относятся к *синхронным движениям*, которые отражают их **глубинную** суть. Мы покажем вам, каким образом нарабатываются подобные движения, и какие удивительные возможности открываются перед бойцами при правильном их выполнении.

Соедините сейчас *крест-накрест* свои запястья, а пальцы рук выпрямите. Теперь поднимайте и опускайте эту форму как в *воде*. Кисти рук должны быть расслаблены и отгибаются в сторону, противоположную направлению движения, тогда создаётся иллюзия, что это... «крылья летящей птицы». Учитесь при выполнении движений непрерывно менять положение кистей своих рук, помещая сначала одну руку сверху, а затем – другую. Таким образом, «**скрещенные крылья**» – это движения, выполняемые предплечьями, соединенными *крест-накрест*. Данный комплекс тесно

связан с техниками «*парящей птицы*», подробно описанными в книге «Мастер рукопашного боя».

Подчеркнём, что движения «*скрещенных крыльев*» должны быть именно «*движениями в воде*». Например, защищаясь от ударов ног, вы рискуете сломать себе пальцы, если они будут напряжены, а ведь именно таким образом предлагают защищаться во многих школах рукопашного боя. Если же ваши пальцы расслаблены и направлены в противоположную сторону относительно направления защитного движения, тогда они будут защищены от повреждений при *встречных* ударах. Кроме того, ваши руки должны двигаться так, будто ими управляют *невидимые потоки*, которые могут быть вызваны атакующими движениями противника, и ваша задача – научиться чувствовать их, следовать в их направлении и ускользать от столкновения с ними.

Взгляд должен сопровождать все действия рук, что позволит следить за правильностью любых своих движений. Можете также использовать зеркало, где вы видите себя в полный рост. Оцените *естественную* красоту своих движений и научитесь наслаждаться ими! Чувство **наслаждения** движением является важнейшим *критерием правильности* выполнения любых гимнастик ШАР, поэтому всегда наблюдайте за своими ощущениями. Они подскажут вам, как правильно тренироваться, что особенно важно для учеников, которые занимаются самостоятельно.

Далее те же движения выполняйте вправо и влево, раскачиваясь всем телом, причём движения рук должны напоминать полёт птицы, взмахивающей крыльями. Не стойте на месте и чаще меняйте высоту «*полёта*»! По мере приобретения навыка, варьируйте положение ладоней относительно друг друга, ориентируя их уже произвольным образом. Например, опуская руки вниз, одну из ладоней поверните вверх или обе одновременно и т. д. Обратите внимание, что запястья ваших рук начинают массировать друг друга и интенсивно разогреваются. Запомните эти ощущения!

В области запястий находится большое количество *биологически активных точек*, воздействие на которые благотворно сказывается на здоровье человека, и проработка запястий подобна воздействию лечебных физиотерапевтических процедур, которые назначают пациентам при различных артритах, артрозах и т. п. Выполнение «*скрещенных крыльев*» (даже в течение непродолжительного времени!) способствует прекрасному разогреву всего тела и является великолепной гимнастикой, которую вы можете использовать в любых условиях.

Попробуйте теперь делать эти движения на достаточно высокой скорости («**быстрый полёт**»), но заметьте, насколько сложно стало управлять своими движениями. Вы должны совершенно чётко различать *ведущую* и *ведомую* руки, меняя их ролями, когда это потребуется. Обратите также внимание на естественную *гармонизацию* правого и левого полушарий головного мозга. Подобная тренировка подарит вам удивительное чувство *психофизического* равновесия и раскрытие многих способностей, связанных с активизацией интуиции и образного мышления.

Теперь «*скрещенные крылья*» выполняйте с **самосопротивлением**, будто вы делаете это в «*вязком пространстве*», причём «*вязкость*» создаётся взаимным надавливанием рук при движениях. Одна рука давит на другую, препятствуя её перемещениям. Нагрузку выбирайте по ощущениям и обратите внимание, как напрягаются мышцы рук! Такую форму мы называем **полётом в «вязком пространстве»**. Она представляет собой великолепную *силовую гимнастику*, причём боевое применение ее состоит в том, что вы учитесь делать сильные *отводящие* движения, владение которыми позволит вам с лёгкостью отбивать мощные удары противника.

Обратите также своё внимание на некоторую болезненность, возникающую в зонах контакта запястий. Эти болевые ощущения совершенно естественны для любого человека и не являются признаком каких-либо нарушений здоровья. Настоящая причина их состоит в том, что, как правило, у большинства людей зоны запястий совершенно не укреплены, что и вызывает лёгкое чувство боли в местах контакта или давления. В этом случае вы начинаете *укреплять* свои запястья, делая их сильными и прочными по отношению к разрушающим нагрузкам. В то же время, если вы испытываете неприятную болезненность (причём даже при относительно слабых воздействиях), то выполняемый комплекс следует делать особенно осторожно.

С помощью «скрещенных крыльев» вы начинаете *лечить* свои суставы и связки. Предлагаемый комплекс обладает также прекрасным профилактическим воздействием. Если у вас имеется напарник, то наработку техник «*скрещенных крыльев*» желательно выполнять вдвоём. Например, **парная «летающая птица»** получается, если вы соедините запястья своих рук и выполните движения одновременно. Данное упражнение намного сложнее, ведь вам приходится учитывать движения напарника и *подстраиваться* к ним. Благодаря этому развивается навык чувствования «чужих» движений, предугадывания их, что развивает **интуицию** (или **опережающее восприятие**).

Механизм данного явления состоит в том, что контакт с любой частью тела противника позволяет «прочитать» его намерения и использовать это *Знание*. В дальнейшем мы покажем вам, как в ШАР используются подобные техники для «угадывания» атакующих движений противника, тогда вы поймёте актуальность соответствующих тренировок.

Используя *«скрещенные крылья»*, вы можете также бороться со своим напарником, и мы называем это **борьбой «крыльев»**. Результатом таких форм тренинга является приобретение *навыка* противодействия сильным ударам путем перехвата руки противника ближе к запястью (т. е. там, где она слабее). И действительно, рукой противника гораздо легче управлять, если вы контролируете ее в области запястья.

Контроль запястья особенно важен при противодействии **вооружённому** нападающему. Естественно, следует учитывать, что чем ближе вы будете перехватывать его руку к «холодным» зонам оружия, тем это опаснее, однако *парадокс* в том и состоит, что, рискуя, вы и приобретаете гораздо больше, ведь в этом случае значительно повышаются возможности вашего контроля над вооружённой рукой. Контроль локтя вооруженной руки лишь на первый взгляд кажется безопасней, так как ваш захват находится дальше от оружия. На самом деле, если вы контролируете только локоть, то оружие в руках противника практически свободно может совершать любые атакующие действия.

В дальнейшем учитеесь отбивать удары рук, используя *«скрещенные крылья»*. Помните, что нельзя держать руки в скрещенной позиции заранее. *«Скрещенные крылья»* должны «материализовываться» только в процессе выполнения защитного или атакующего движения. Тогда противник не сможет воспользоваться тем, что обе ваши руки изначально соединены вместе.

Начинайте с наработки защит от медленных ударов в голову и туловище. Пусть ваш напарник атакует прямыми и боковыми ударами. Осваивая техники *«скрещенных крыльев»*, вы увидите, как можно парировать не только одиночные удары, но и связки. Чтобы у вас получилось это, необходимо научиться **«разъединять крылья»** (после отвода первого удара), тогда второй удар парируется свободной рукой.

Если ваш противник не решился сразу нанести второй удар, то при *«разъединении крыльев»* вы легко сможете ударить его. *«Скрещенные крылья»* позволяют выполнять технику **«вязких защит»**, ведь двумя руками намного легче захватывать

руки и ноги нападающего. Для наработки навыков захвата на повышенных скоростях используйте удары, выполняемые со ступенчатым увеличением скорости («*быстрей-быстрей*»). Тогда у вас появится навык перехвата *высокоскоростных* ударов.

Немного расскажем о технике «*нескрещенных крыльев*». Если ранее вы работали с касающимися друг друга предплечьями, то сейчас те же движения попробуйте выполнять без физического контакта между ними. Ваши предплечья могут удаляться друг от друга и в процессе движения менять взаимное положение. Подобная форма открывает дополнительные возможности: например, вы защищаетесь от бокового удара рукой в голову, и ваши руки одновременно вскидываются навстречу удару. Техники «*нескрещенных крыльев*» представляют собой **сложные формы** защиты, ведь на пути удара вы ставите несколько уровней обороны. Именно это позволяет дезориентировать противника и помешать ему. Его удар не сможет пробиться к цели и «завязнет» в хитросплетении ваших рук.

**Синхронные движения** представляют собой широчайший класс движений, причем не только физических, но и энергетических (*полевых, хрональных, гравитационных* и многих других, о которых мы еще расскажем в дальнейшем).

### **Синхронность – это одновременность и однонаправленность!**

В современном Мире получили весьма широкое распространение зрелищные спортивные состязания с использованием *синхронных движений* (*синхронное плавание, синхронные прыжки* в воду, гребля и т. д.). В ШАР *синхронность* движений и действий приобретает несколько иные смысловые оттенки, открывает поистине удивительные возможности человека. В настоящей главе мы покажем, каким образом *синхронные движения* используются в нашей Школе. Отдельные их виды вы уже набирали ранее («**зеркало скорости**», техники «**небесного воина**», «**липкие руки**» и целый ряд других). Вспомните, какие необычные способности активизируются при их выполнении!

Сейчас вы научитесь выполнять *синхронные движения* различными частями своего тела, и первое упражнение данной группы – **синхронная работа рук**. Освоение данного упражнения мы предлагаем начать, используя некоторые **подручные предметы**. Работа с ними позволит вам быстро освоить простейшие навыки *синхронной* работы рук.

Простейшим примером *синхронных движений* являются движения кистей рук, удерживающих мяч или палку. Мы рекомендуем вам вначале потренироваться с их помощью. Возьмите в руки дубинку и выполняйте вокруг своего тела любые движения (круговые, линейные и т. д.). Используйте разнообразные способы хвата оружия и внимательно следите за своими движениями. Подобная тренировка очень быстро обучает необходимым навыкам. Так же можете потренироваться и перед зеркалом, чередуя работу с предметом и без него. В этом случае вы как бы «материализуете» невидимый предмет в своих руках («**невидимая дубинка**»), а на высоких уровнях владения своими ощущениями он станет для вас настоящей РЕАЛЬНОСТЬЮ, и не только для вас!

К разновидности *синхронных движений* также относятся техники «*скрещенных крыльев*», которые мы рассматривали выше. Обратите внимание, какие удивительные возможности открываются перед вами при их использовании!

Попробуйте делать движения руками так, чтобы ваши кисти находились на одном (т.е. фиксированном) расстоянии друг от друга. Их взаимное положение при этом не должно меняться! При правильном выполнении движений возникает даже иллюзия, будто между руками что-то есть, какой-то *невидимый* предмет. Действительно, если понаблюдать за вашими движениями со стороны, то возникнет совершенно чёткая иллюзия «**материализации**» между кистями рук *невидимого* объекта, что само по себе чрезвычайно удивительно!

В дальнейшем вы научитесь использовать подобные эффекты, например, для *гипнотизирования* противника. Поначалу тренируйтесь указанным образом перед зеркалом, добиваясь реального видения этого объекта. На уровне ощущений почувствуйте его между своими руками. Это может быть некая «вязкость» или «тяжесть» в ваших руках, которая перемещается вместе с ними. Мы предлагаем вам попробовать выполнять *синхронные движения* не только кистями рук, но и локтями, предплечьями, плечом и любой другой частью тела. Речь идёт о взаимном перемещении их в выбранном направлении с одинаковой скоростью. Например, учитесь выполнять *синхронные движения* кистью одной руки и локтём другой, или обоими локтями, или кистью и плечом, или предплечьями, ладонью и животом и т. д.

При выполнении «*синхронной гимнастики*» учитесь менять «**центры**» **синхронизации**, что позволяет приобрести совершенно удивительную координацию движений. Одновременно вы укрепляете своё тело, насыщаете его *энергией*, которая

перераспределяется не только внутри вашего тела, но и вокруг вас, *подпитывая «Большой энергетический шар»*.

Далее выполняйте *синхронные движения* одновременно кистью и коленом, локтём и стопой, и т. д. В *синхронных движениях* может использоваться любая часть тела. Со стороны «**СИНХРОННАЯ ГИМНАСТИКА**» выглядит необыкновенно красиво, она завораживает взгляд и чарует не только исполнителя, но и любого зрителя. Понаблюдайте внимательно за своими движениями со стороны (например, глядя в зеркало), оцените их красоту и пластику. Необычность происходящего быстро вводит в **изменённое состояние**.

Ярко чувствуется энергетическая связь между *синхронно* двигающимися частями тела. Обратите внимание на потоки энергии, возникающие внутри тела. Они словно омывают вас, растворяя все энергетические нарушения и болезни. Как результат, *синхронная гимнастика* оказывает чрезвычайно благотворное воздействие на здоровье, поэтому используйте её также в качестве оздоровительной.

Другой разновидностью *синхронных движений* являются «**зеркальные движения**», и здесь достаточно упомянуть техники «**симметричных (или «гармонизирующих») кругов**», оказывающих большое влияние на полушария головного мозга и на достижение гармонии в психофизической сфере.

*Синхронные движения* можно успешно использовать при выполнении защитно-атакующих движений, которые становятся значительно сильнее. Вспомните, например, защиту от ударов с помощью «*скрещенных крыльев*». Две руки, скрещенные в области запястий, гораздо легче парируют мощные удары, чем одна рука. Одновременно появляется возможность перехвата бьющей руки или ноги противника (техника «*вязкой защиты*»). Примером *синхронных движений* является также «*универсальная защита*», при выполнении которой навстречу удару противника одновременно движутся руки и согнутая в колене нога, что позволяет перекрыть возможные *линии атаки*.

Противник, видя *синхронные движения*, ожидает, что они таковыми и останутся в дальнейшем, поэтому для него будет полной неожиданностью любое **нарушение синхронизации** ваших действий. Например, для защиты от его удара вы используете *синхронную работу* двух рук, но в какой-то момент одна из них может (по вашему желанию!) выйти из «*синхронизации*» и выполнить совершенно иное движение (захват или удар), шокируя вашего противника. Такие уловки основаны на **асинхронности**, позволяющей полностью дезориентировать нападающего (за счёт по-

строения целого комплекса *обманных* движений). Заметим, что воздействие проходит на *подсознательном* уровне и не может быть заблокировано другим человеком. Именно поэтому успех ваших действий предопределён заранее, и противник не сможет ничего противопоставить вам.

Чтобы вы лучше могли осознать **глубинный смысл синхронных движений**, подчеркнем, что хороший боец должен овладеть ими в совершенстве, ведь *синхронность* – это ещё и своевременность уходов от ударов противника. Она позволяет выполнять **защиты высокого уровня**, основанные на техниках «*небесного воина*», на умении *подстраиваться* к любым его движениям, включая дыхание, взгляд, работу сознания и многое другое. Если же атакуемые части вашего тела будут *асинхронны* с действиями противника, то всегда есть риск пропустить удар.

### **Синхронность является Высшей формой защиты!!!**

*Синхронность* может быть «установлена» между движениями различных частей тела и дыханием: например, поднимая руки вверх, вы делаете вдох, а опуская их – выдох и т. д. Данная работа позволяет управлять *энергопотоками* вашего организма. Так, удлинняя время выполнения физического движения (подъём рук вверх или опускание их вниз), вы тренируете дыхание, значительно расширяя его возможности. Однако заметим, что на первых этапах освоения ШАР нежелательно искусственно управлять процессом дыхания. Наоборот, предпочтение должно отдаваться *естественному* дыханию, и этот вопрос подробно нами рассматривается в главе «Магия дыхания».

Другим примером использования принципа *синхронности* является **слияние с чужими движениями**, что позволит вам *избежать столкновения* в опасной ситуации, а также поможет развить необычные возможности.

Попробуйте, двигаясь в людском потоке, стать с ним *единым целым* (мы называем это «**слиянием с потоками**»): идите с той же скоростью, поворачивайте туда, куда поворачивают все; почувствуйте *единство* со своим окружением! Вы обнаружите, что перестанете сталкиваться с кем-либо, что двигаетесь, словно на «автопилоте», без каких-либо усилий.

В качестве другого интересного и практически значимого упражнения, основанного на *синхронизации* движений, мы опишем особую технику ШАР, основанную на умении **следовать за речью** собеседника. Эта техника развивает у обычного че-

ловека необычную способность... «**читать мысли**». Попробуйте в разговоре с кем-либо применить мысленное *синхронное* повторение (или проговаривание) того, что слышите. Старайтесь не отставать от говорящего, и в этом случае может произойти «чудо». Ваш собеседник или человек, которого вы слушаете, иногда прекращает говорить на полуслове, например, когда его перебивают, или когда он решает вдруг прерваться, но для вас «остановки» не произойдёт, и вы «услышите» невысказанную мысль.

Заметим, что аналогичное *следование за движениями* противника в бою позволяет *предугадать* его действия и, таким образом, опередить. Ранее мы уже описывали некоторые техники *синхронного* следования за *чужими* движениями, поэтому рекомендуем вам использовать их на практике. Вы будете **предвидеть движения** (или **действия**) нападающего, а этого вполне достаточно, чтобы одержать решительную победу.

Интересной формой *синхронных движений* являются техники «**одновременного касания**». Речь идёт об энергетических упражнениях, связанных с распространением ощущений, возникающих при касании какой-либо части тела. Подробно эти техники мы будем рассматривать в книге, посвященной секретам энергетических медитаций, а пока лишь отметим следующее: «*одновременное касание*» двух точек (или зон) тела пробуждает *синхронный* поток ощущений, направленных к «центру». Эти ощущения изначально отличаются друг от друга, так как вы не можете коснуться выбранных зон одновременно, поэтому всегда одно касание произойдет чуть раньше второго. Как результат, вы научитесь улавливать тончайшую разницу в ощущениях, а это является несомненным признаком активизации *сверхчувствительности*.

Мы уже говорили, что **синхронность** предполагает **одновременность**, т. е. то, что связано с восприятием *Времени*, а это значит, что вы начнете **чувствовать «поток времени»**. Эти необычные ощущения подарят вам удивительные возможности, ведь чувствование «*потоков времени*», как вы уже знаете, позволяет *управлять* ими. Человека, который научился этому, мы называем «**Властелин Времени**»! Знакомство с этими интереснейшими техниками вас ждёт в одной из наших будущих книг, а сейчас рассмотрим еще несколько применений *синхронных* движений.

Представьте, что вам необходимо обеспечить **психологическую совместимость** между людьми, наладить между ними хорошие взаимоотношения, научить их

общаться между собой. Это могут быть внутрисемейные отношения, отношения в трудовом (или учебном) коллективе и т. п.

Людям, которые не могут достичь взаимопонимания, рекомендуется совместное выполнение каких-либо действий. Когда люди решают общую задачу, у них одна цель, и, если они добиваются успеха, то это – их **общая** победа! Сейчас мы предлагаем вам более глубокую технику, основанную на *подстраивании* друг к другу с помощью *синхронных* движений. Когда человек выполняет непривычные для себя движения (а именно: движения другого человека!), он начинает с бОльшим пониманием относиться к окружающим людям. Речь идет о таких техниках, как «зеркало», «повторение за Мастером», **синхронные силовые упражнения** (одновременные подтягивания, приседания и др.).

Другой пример покажет вам, каким образом наше сознание воспринимает окружающий нас Мир, - замечательная **притча о «дереве на ветру»**:

*Однажды Учитель с учениками вышел в поле, посреди которого росло одинокое дерево. Учитель спросил учеников: «Что вы видите?!» Один ученик ответил, что он видит дерево. Другой сказал, что у этого дерева густая листва. Третий заметил, что ветви дерева раскачивает ветер. Учитель рассердился и повторил вопрос. Ученики задумались, и вдруг одного из них осенила мысль: «Учитель, я понял. Это движется... мое сознание!»*

Эта притча великолепно иллюстрирует принцип, о котором мы рассказываем, – **принцип «синхронности»**. Речь идет о том, как наше сознание воспринимает окружающий Мир. С научной точки зрения, наше сознание отражает все, что мы воспринимаем, подобно зеркалу.

Когда нарушается *синхронность* этого процесса, в нашем восприятии возникают **искажения**, поэтому, чтобы видеть Мир таким, каков он есть на самом деле, реальность и ее «отражение» должны *синхронизироваться*, т. е. происходить одновременно!

Этот принцип *универсален* для любых ситуаций, в которых может оказаться человек, и мы уверены, что вы теперь осознанно будете применять *синхронные движения* в своей практике.

## Глава 11 Секреты «маятниковых» движений

*Все виды и формы движений. Высшая цель – Освобождение. Что изучать – приемы или... принципы?! «Маятниковые» движения при ходьбе и накопление энергии. Достижение осознанности – ключ к тайнам движений. Учение о Циклах. Синхронизация движений с дыханием. Фазы дыхания и их использование. «Маятниковое» дыхание и быстрый набор энергии. Наслаждение движениями. Управление времяощущением с помощью воздействия на биоритмы. «Маятниковые» движения руками, ногами, тазобедренным суставом, плечом, головой и пр. Гимнастика для суставов и связок. «Предельный маятник» и подготовка к сверхнагрузкам. «Маятник» для увеличения роста. Ключ к управлению личным Временем. Приемы управления биогравитацией!!! «Простой» и «сложный» маятники. Развитие устойчивости. Способность балансировать. Мечта лентяя: «Ничего не делаю! Все происходит само собой!» «Маятниковые» аутодвижения и развитие сверхвозможностей. Классификация «маятниковых» движений. «Горизонтальный» и «вертикальный» маятники. Эмоциональная «накачка» и активизация жизненных сил. Повышение сексуальной потенции. «Маятник силы» и «маятник эмоций». Управление радостью, гневом, яростью и пр. «Маятниковые» движения в бою. Развитие «биолокационных» способностей. Настройка на получение информации. Способы кодирования восприятия («да-нет», «тепло-холод» и пр.). Прием и передача мыслеобразов с помощью «маятника». Ритмы Вселенной и развитие сверхвозможностей.*

В ШАР используются **все (!)** виды движений, какие вы только можете себе представить, и даже одно только их перечисление займет несколько страниц машинописного текста! Тем не менее, в дальнейшем мы планируем подробно рассмотреть не только *классификацию* наиболее популярных движений, но и дать **КЛЮЧИ** к их практическому использованию. Это будет представлено в нашей будущей книге **«Гимнастики арийских Богов»**. Самое интересное, что все предлагаемые нами движения являются *естественными* и не требуют специального разучивания, как это происходит во многих (особенно восточных!) Школах, где «канонизированы» практически любые последовательности действий. В результате, ученики этих Школ попадают в **тупиковую** ситуацию, когда вместо освоения *универсальных принципов*, лежащих в основе любых движений, пытаются **«тупо»** запомнить какие-либо «классические» приемы и техники (в виде ката, тао, «таинственных» ритуалов и многое другое). Эти способы тренинга **«опутывают»** их, мешая достичь одной из *Высших* целей в Жизни – **ОСВОБОЖДЕНИЯ!**

Заучивая так называемые «канонические» формы (и «оттачивая» их впоследствии на протяжении многих лет), последователи восточных Школ забывают главное:

### Нельзя объять необъятное!!!

Реальная жизнь намного богаче и вариативнее любых заучиваемых ими «схем» движений! Однако совершенно очевидно, что с помощью *принципов* можно создать неограниченное количество разнообразных техник. Поэтому, владея, прежде всего, *принципами* (а не заученными движениями!), вы сможете *адекватно* реагировать на происходящее.

Если говорить о «маятниковых» движениях, то в обычной жизни мы постоянно ими пользуемся, даже не осознавая этого (например, во время обычной ходьбы или бега). **Принцип «маятника»** является одним из *основополагающих*. Мы живем во *Вселенной*, где всё подчиняется этому *Закону*, поэтому *Учение* наших *Предков* о *Циклах Времени* (или *Махаюгах*) послужило толчком к созданию современных научных теорий о возникновении, развитии и гибели не только земных (или космических) Цивилизаций, но и всей *Вселенной*. Заметьте, что наши *Предки* уже давным-давно знали эти вещи, и современные ученые лишь заново открывают то, что было известно много тысяч лет назад. Эти вопросы мы будем подробно рассматривать в дальнейшем, а сейчас спустимся с небес на землю.

Обратите внимание на движения рук при ходьбе. Вы обнаружите, что они совершают «маятниковые» движения, и вы раскачиваете ими так, что они двигаются в противофазе по отношению друг к другу. Мы предлагаем вам научиться использовать эти «маятниковые» движения во время обычной ходьбы.

### Попробуйте раскачивание рук сделать... осознанным!

Это не значит, что ими нужно специально размахивать. Достаточно лишь обратить внимание, что при этом происходит. Руки должны быть абсолютно расслаблены, а их движения *синхронизированы* с движениями ваших ног. Посмотрите, как двигается лыжник! Его руки и ноги представляют собой «**синхронный маятник**» (причем *скользящий*). Нечто подобное происходит и во время обычной ходьбы (или бега).

Чтобы понять, какой эффект дает то или иное упражнение ШАР, необходимо при его выполнении «прислушаться» к своим ощущениям, и это является **ключом** к *Тайнам* предлагаемых техник.

Если вы делаете всё правильно, то ваш организм при ходьбе будет автоматически наполняться энергией и силой. «*Маятниковые*» движения рук способствуют чрез-

вычайно быстрому накоплению внутренней энергии, и вы словно «зарядитесь» от неисчерпаемого источника бодростью, почувствуете необыкновенный прилив жизненных сил. Кстати, одно из подобных энергетических упражнений вам уже известно из наших первых книг, это – «упругий» шаг! «Упругий» шаг является разновидностью «маятниковых» движений, ведь при его выполнении вы с определенной *ритмичностью* (!) отталкиваетесь от земли и, как результат, *насыщаетесь* положительными эмоциями. «Упругий» шаг является разновидностью «маятниковых» движений, ведь при его выполнении вы с определенной *ритмичностью* (!) отталкиваетесь от земли и, как результат, *насыщаетесь* положительными эмоциями.

Примерами «маятниковых» движений могут также служить известные вам «лодка на волнах» (или «волновые» движения!), гимнастики «спиралей» и др. Постарайтесь самостоятельно понять, что же в данном случае является «маятником»?.. Заметьте, как легко, оказывается, управлять энергетикой своего организма! В этом, действительно, нет ничего сложного и таинственного, как это пытаются представить некоторые «специалисты» по *цигун*, йоге и другим эзотерическим практикам! Каждая техника ШАР, так или иначе, связана с развитием и использованием *внутренней* энергии, и здесь достаточно вспомнить *секретные гимнастики воинов* нашей Школы, разнообразные *психоэнергетические техники* работы со взглядом и многие другие.

Не менее эффективным способом активизации энергетических *ресурсов* организма является **синхронизация движений** (в данном случае – рук и ног!) с **дыханием**, но *что* это значит и *как* это сделать?..

Попробуйте при ходьбе *привязывать* ритм своего дыхания к шагам, например, на каждые пять шагов делайте только один вдох, затем на такое же количество шагов – один выдох и т. д. Заметьте, что число этих шагов может быть другим и даже различным (!) для каждой **фазы дыхания**, например, вы можете делать вдох на пять шагов, а выдох на десять и т. д. Используйте *задержку* дыхания и после вдоха, и после выдоха. Такое дыхание мы называем «**маятниковым**». Вы увидите, что существует бесчисленное множество различных вариантов, но постарайтесь не привязываться к какому-либо одному ритму! Пробуйте *интуитивно* находить *те ритмы*, которые более всего подходят к вашему состоянию на данный момент. Со временем вы научитесь этому и сможете в полной мере оценить те удивительные возможности, которые откроются перед вами.

Упражнения по *синхронизации* между дыханием и движениями рук (и ног) мы рекомендуем выполнять, прежде всего, во время прогулок на свежем воздухе (в парке

или в лесу), можете также использовать их во время утренней пробежки, если имеете привычку тренироваться по утрам.

Помните, что для здоровья опасны интенсивные физические нагрузки, если организм еще не проснулся, поэтому все утренние пробежки и другие упражнения выполняйте спустя некоторое время после пробуждения, когда почувствуете, что уже готовы к этому. Лучше всего по утрам выполнять *естественные* гимнастики в виде «зеваний-потягиваний», упражнений «на краю пропасти», «движений в воде» и т. д. Необходимо, чтобы любые физические упражнения приносили вам удовлетворение. Если вы научитесь наслаждаться ими, это подарит вам настоящую **Радость Жизни!!!**

С помощью «маятниковых» движений вы можете научиться **управлять своим времяощущением**. Попробуйте выполнять «маятниковые» движения при ходьбе, меняя всего лишь скорость своих шагов, например, делайте шаги намного *быстрее*, чем обычно, или, наоборот, *замедляйте* их насколько возможно, тогда вы поймете, каким образом связаны между собой «**Маятник и Время**», и в этом – КЛЮЧ!!! Двигаясь с большей или меньшей скоростью, вы почувствуете, как нервные процессы в вашем организме *синхронизируются* со скоростью ваших шагов, что возможно именно за счет «маятниковых» движений». Таким образом, меняя частоту колебаний «**маятника**» **рук**, вы сможете управлять своим *времяощущением*, и подробнее все эти вопросы мы рассмотрим чуть позже.

Обратите внимание, какое *влияние* оказывают эти движения на **биоритмы** вашего организма. Данный эффект обусловлен *синхронизацией* выполняемых вами движений с *психофизиологическими* процессами, управляющими всеми функциями вашего тела (дыханием, биением сердца, активностью головного мозга и мн. др.). Меняя частоту (или ритм) колебаний «*физического маятника*» и его амплитуду, вы начинаете управлять нервными импульсами в вашем теле. Если вы сосредоточитесь на этих ощущениях, то поймете, *как* во время обычной ходьбы (или бега) **наполнить силой и энергией** свой организм. Будьте внимательны к тому, *как* ваше тело реагирует на любые физические нагрузки, и помните о недопустимости интенсивных тренировок при серьезных нарушениях здоровья. В этом случае обязательно консультируйтесь со своим лечащим врачом!

**Что же такое «маятниковые» движения?!**

«**Маятниковые**» движения представляют собой *ритмичные* раскачивания выbranной частью тела в какой-либо плоскости (чаще всего в *вертикальной* или *горизонтальной*). Движения должны быть одинаковой амплитуды в обе стороны. Опустите руку и начинайте раскачивать *расслабленным* кулаком из стороны в сторону, причем все движения вашей руки должны выполняться только за счёт туловища.

Ваша рука уподобляется *маятнику*, который раскачивается с определённым периодом, достигая крайних положений. Размах «маятника» зависит от той энергии, которую вы передаёте своей руке, и чем энергичнее это раскачивание, тем больше **амплитуда «маятника»**. Кстати, при *максимальной* амплитуде у вас будет получаться так называемый «**предельный маятник**», с помощью которого вы можете прекрасно проработать все суставы и связки своего тела. Обратите внимание, что эта разновидность «*маятника*» асимметрична по своей природе! Крайние положения в ту или иную сторону (даже в одной плоскости!) могут сильно различаться, что обусловлено *биомеханикой* человеческого тела: например, раскачивание рукой до *предела* вперед и назад в вертикальной плоскости ограничено подвижностью плечевого сустава. Мах рукой вперед получается по дуге чуть ли не до самого верха (высоко над головой), а мах рукой назад - не выше уровня затылка.

«*Предельный маятник*» мы рекомендуем выполнять также и в *горизонтальной* плоскости с вращением вокруг своей оси (в том числе и под разными углами). Кроме того, делайте эти движения не только рукой (или руками), но и ногой. Заметьте, какая при этом великолепная нагрузка оказывается на все связки и суставы вашего тела! Подобная гимнастика позволяет чрезвычайно быстро разогреть весь организм и подготовить человека к *предельным* нагрузкам (или **сверхнагрузкам!**), которые часто возникают не только во время спортивных состязаний, но и в обычной жизни.

Нас спрашивают: «Можно ли выполнять «*маятниковые движения*» одновременно двумя ногами или всем телом?» Ответ прост: если вы будете висеть на руках, удерживаясь за гимнастический турник (или ветку дерева), или лежать на спине, опираясь о пол руками, тогда обе ваши ноги будут свободны. Раскачиваясь из стороны в сторону, вы можете работать с «маятником» всего тела. Кроме того, подобный «маятник» способствует постепенному **увеличению роста** человека, особенно если заниматься им регулярно и целенаправленно. Происходит это не только за счет растягивания позвоночника вдоль его оси, но и благодаря активизации энергетических «центров», или желез внутренней секреции (в данном случае, гипофиза).

Предельные «маятниковые» движения ногами способствуют великолепной **растяжке**, особенно если вы будете чередовать их с упражнениями «*на краю пропасти*», подробно описанными в нашей первой книге.

Обратите внимание на возникновение едва уловимых «**гравитационных**» **ощущений** при раскачивании рукой. Ваша рука находится в поле действия «гравитации» Земли, и основная задача для вас – научиться физически чувствовать это. Ваша рука-«маятник» вытягивается вдоль оси, и в суставах (плечевом, локтевом и лучезапястном) возникают специфические воздействия, которые чрезвычайно полезны для здоровья. Они естественны и легко поддаются дозированию.

Подробнее об управлении «*гравитационными*» ощущениями мы расскажем в отдельной книге, посвященной **техникам левитации**. Пока же в качестве простейших **подготовительных** упражнений по развитию **биогравитационных ощущений** мы рекомендуем следующие.

Поднимите руку на уровень груди и... отпустите ее (полностью расслабив мышцы). Ваша рука под воздействием **силы гравитации** «безжизненно» упадет и даже ударит вас по бедру. Пробуйте это упражнения выполнять, ориентируя руку в разных направлениях и при различной степени согнутости локтя.

### **Полностью сосредоточьтесь на ощущениях!!!**

Меняйте начальную высоту положения руки, а в дальнейшем работайте одновременно с двумя руками. Точно также учитесь «улавливать» *биогравитационные* ощущения и при работе с ногами. Добавим, что те же самые упражнения можно успешно выполнять **и сидя, и лежа!** Предлагаемые нами техники подарят вам восхитительное чувство. Обратите внимание на **новизну ощущений**, ведь ранее вы не замечали **биогравитационных ощущений**. Если же учесть, что **чувствование** является **ключом** к управлению, то мы дарим вам возможность научиться **использовать силы гравитации** (*усиливать* или, наоборот, *ослаблять* их, в том числе **ритмично!**).

### **Вы научитесь управлять биогравитацией!**

Попробуйте теперь при выполнении «*маятника*» неожиданно изменить скорость движений расслабленной руки. Траектория «маятника» (и его плоскость) остаются прежними, а скорость при этом меняется. Например, если сначала вы раскачивали ру-

кой достаточно быстро, а затем **резко** (!) замедлили скорость, вы почувствуете, как через ваше тело словно пройдут невидимые потоки энергии. Эти «*потоки*» являются «**потоками реки Времени**». У вас может даже захватить дух от избытка необычных ощущений, но постарайтесь быть предельно внимательными к *новым* для себя ощущениям. Точно также пробуйте переходить от «*медленного маятника*» к «*быстрому*». Данное упражнение мы называем «**маятник Времени**». С его помощью легко управлять скоростью *психофизиологических* процессов в своем организме, а следовательно, и *временным* ощущением. В дальнейшем вы будете учиться использовать эффект замедления или ускорения «**временными потоками**» и поймете, какие необыкновенные возможности откроются перед вами.

«*Маятниковые*» движения являются одним из **ключей**, с помощью которых вы можете научиться управлять **личным** *Временем*. Также «*маятниковые*» движения выполняются ногой, головой, туловищем или двумя руками одновременно («*двойной маятник*») или ногой и двумя руками и т. д. Подобные упражнения развивают великолепную координацию. Если «*маятниковое*» движение выполняется ногой, то вы приобретаете также способность к *балансированию* на одной ноге и необыкновенную *устойчивость*. «*Маятник*» может быть «**простым**», если в движении участвует одна часть тела, или – «**сложным**», когда одновременно раскачиваются две (и более) части тела. Мы предлагаем вам поэкспериментировать с этими движениями.

«*Маятниковые*» движения кажутся совершенно *независимыми*, словно они происходят сами по себе, без вашего активного участия, и эти ощущения весьма необычны. Мы называем их **аутодвижениями**. С точки зрения энергетики (и даже философии Жизни!), можно увидеть, что речь идет о чудо-техниках для настоящих **лентяев**. Представляете, что мы предлагаем?! Вам даже не нужно специально что-либо делать, ведь тренироваться вы можете во время обычной ходьбы (или бега).

Это по-настоящему удивительно:

**Ничего не делаю!**

**Все происходит само собой!**

Поистине ШАР – это **Школа для ленивых** (☺!!!). По большому счету, вы можете обойтись и без физических тренировок, и чтобы понять это, достаточно внимательно прочитать любую из наших книг. При развитом воображении вы легко сможете

почувствовать, что же происходит при выполнении описываемых нами техник. Подобный тренинг можно сравнить с **идеомоторной тренировкой**.

Рассмотрим теперь некоторые другие **виды «маятников»**, используемых в ШАР, например, «*вертикальный*» и «*горизонтальный*» маятники.

«**Вертикальный маятник**» может быть выполнен рукой, сжатой в кулак, стопой, коленом или даже всем телом (за счет быстрых и интенсивных приседаний). Начиная сейчас энергично перемещать свой кулак вверх-вниз, повторяя эти движения с высокой скоростью и силой. Эти движения необходимо выполнять с участием всего тела и обязательно *ритмично*, а кулак должен быть напряжен. Поднимая и опуская сжатый кулак (или одновременно оба кулака), старайтесь усиливать эти движения всем телом, как бы повторяя движения сжатого кулака. Обратите внимание на дыхание. Практически сразу вы почувствуете необыкновенный *прилив* жизненных сил, что исключительно благотворно скажется на вашем здоровье и самочувствии. Кроме того, вы приобретете (неожиданную для себя!) психологическую уверенность, что легко объясняется возросшим уровнем накопленной энергии, а следовательно, и силы. Такие «*маятниковые*» движения мы еще называем «**маятником силы**».

Эти движения подарят вам чувство *целостности* телесного и духовного. Мы рекомендуем использовать «*вертикальный маятник*», когда вы испытываете нехватку физических сил или психологическую неуверенность. Достаточно в течение короткого времени (от десятков секунд до полутора минут) выполнять данное упражнение, чтобы почувствовать желаемый результат. С помощью «*вертикального маятника*» вы легко сможете повысить уровень *сексуальной потенции*, что особенно важно для достижения крепкого здоровья и счастья! Напомним, что по своей *глубинной* сути процесс полового акта также имеет «*маятниковую*» природу.

«**Горизонтальный маятник**» выполняется какой-либо частью тела в плоскости, параллельной земле. Вы можете расставить руки широко в стороны и ритмично поворачиваться то в одну, то в другую сторону.

Заметим, что «*маятниковые*» движения могут выполняться также в виде наклонов туловищем (или даже только головой) вперед-назад или вправо-влево, или в виде шагов в ту или иную сторону (с периодическим возвращением в исходное положение). *Ритмичные* повороты туловищем или раскачивания любой частью тела также являются ничем иным как движениями «*маятника*». Даже удары вы можете выполнять в виде серии «*маятниковых*» движений.

В бою «маятниковые» движения позволяют дезориентировать противника, оказывая мощное влияние на его *подсознание* и *программируя* его на выполнение нужных вам действий. «Маятниковые» движения могут выполняться не только какой-либо частью тела, но и различными предметами (например, грузами), в том числе подвешенными на гибкой связи (нитке, шнуре, веревке). Подобные формы «маятника» используются в **биолокации**, и мы предлагаем вам самостоятельно изучить возможности, даруемые «маятником» в этом случае. В качестве простейших упражнений по применению «биолокационного маятника» мы рекомендуем работать с подвешенным на нитке (или шнуре) грузом.

На сегодняшний день выпущено немало литературы, в которой достаточно подробно описываются приемы и способы работы с **биолокационным маятником**. С помощью «маятника» вы сможете «заглянуть в Будущее», получить ответы на самые важные для себя вопросы, найти утерянные предметы, получить «совет» (или «консультацию»). При этом вы должны понимать, что на самом деле с помощью «маятника» вы получаете доступ к своему *подсознанию*, и именно оно позволяет вам демонстрировать подобные *Чудеса*. Все эти вопросы мы подробно рассмотрим в отдельных публикациях. Отметим лишь, что благодаря «маятниковым» движениям вы сможете настраиваться на космические **Ритмы Вселенной** и сможете развить удивительные (для непосвященных) *сверхспособности*!

## Глава 12 Искусство реального боя

*«Уличное кун-фу»?! Попытки создать сверхэффективный стиль. Очередной восточный Миф. Анализ реальной эффективности современных Школ и стилей, использующих защитное снаряжение. «Реальнее только Жизнь»?! О весовых категориях и запретах на основные удары и действия. Как нокаутировать бойца в защитном шлеме. Кто играет в боевые искусства? «Боевая йога» и здоровье?! Школы, где берут расписки. Можно ли достичь Высшего Мастерства без травм? Секреты медленной наработки боевых техник (или «правильное медленное»). Способы защиты уязвимых зон. Использование рывков, подставок, «скользящих» и «небесных» движений и пр. Удары «на краю пропасти» (методики наработки). Удары «больней-больней» и «внутренняя наковальня». Развитие силы удара. «Хулиганские» удары и противодействие им! Создание реальных комплексов и нештучный бой. Развитие навыков адекватного реагирования. «Пошаговый» бой и его секреты. Законы скоростного боя. Слияние боевых движений, или «перетекающий пошаговый» бой. Варианты учебных схваток (бой на задержке дыхания, бой «циклопов», «бой в воде», бой одной рукой, бой ногами, бой в «волнах времени», бой «каменных воинов» и т. д.). «Вязкие» атаки и защиты. Движения «киборга». «Реальный противник» (теория или – практика?). Нарботка техник с оружием. Если противник с ножом! О ложных боевых техниках типа «идя по следу». Защита должна быть агрессивной! Вопросы об «искусстве убивать». «Настоящие» и «ненастоящие» удары.*

Когда только вышла наша первая книга, на форуме нашего сайта ([www.shkola-shar.narod.ru](http://www.shkola-shar.narod.ru)) появился отзыв, который мы решили привести в качестве примера:

### **Виктор:**

*«Читал сначала с настороженностью, но, «примеряя» на себе всё вами написанное, пришёл к выводу, что книга полезна не только для тела и драки, но и для головы и духа. Мне 44 года. Большой (очень большой!) опыт именно уличных драк. 3 ножевых ранения (лёгких). В молодости был призёром СКВО по каратэ, но с уличным опытом понял, что каратэ в чистом виде – это не то, что нам надо. Проблема вашей книги, а точнее доходчивости её только в том, что, не имея опыта именно уличных драк, трудно в полном объёме оценить правильность вами изложенного. Но надеюсь – умному достаточно, а дураку это не нужно. Что очень понравилось, так то, что вы не грузите конкретными приёмами (они не нужны, да их просто в ЖИЗНИ не бывает), а даёте ПОНЯТИЯ ведения боя и раскрываете психологические аспекты, внушаете реальную, а не мнимую уверенность в своих действиях. Ваша книга подсказывает, как можно (нужно), особо не напрягаясь телом и не тратя массу времени, а только*

*включая мозги и дух, поддерживать себя в хорошей форме до глубокой старости. Спасибо вам, Брагины!»*

Мы искренне признательны Виктору, ведь, не обучаясь у нас лично, он смог понять и оценить самое **главное** – чрезвычайную эффективность наших боевых техник, а также их скрытый (глубинный!) смысл.

### **Искусство драки?! Неужели такое возможно?!**

Многие совершенно не могут представить себе, что за кровавым мордобоем на улице (равно как и на ринге) может стоять какое-либо искусство! Ну, разве это «искусство» – избивать или калечить другого человека?! «Драка – это всего лишь... драка! – считают они. – И если у кого-то драться получается лучше, чем у других, то всё равно говорить о каком-либо искусстве не приходится».

Несмотря на эти вполне резонные возражения, мы говорим, что реальный бой – это все-таки искусство, и свою первую книгу даже собирались назвать «Искусство реального боя». Однако ее содержание впоследствии оказалось гораздо шире, чем мы планировали изначально, а техники, описываемые нами, касались не только приемов и способов уличной драки, но и различных медитативных, оздоровительных и даже метафизических практик.

Мы скорректировали название книги и озаглавили ее так: «**Мастер боя: как побеждать любого противника**», а для следующих книг планировали названия: «Мастер боя-2: Путь к совершенству», «Мастер боя-3: Развитие сверхвозможностей». Тем не менее, нашим первоначальным планам так и не суждено было сбыться, и первая книга вышла под названием «**Мастер рукопашного боя**»! Заметим, что она осталась бы совершенно незамеченной среди книг других авторов с похожими названиями: «Техника **рукопашного боя**», «Практика **рукопашного боя**» и т. д., ведь названия всех перечисленных книг (в серии «Боевые искусства», издательство «Рипол классик»), отличались всего лишь одним (!) словом, и только наша аннотация говорила о том, что новая книга этой серии принципиально отличается от всех остальных:

**«В нашей книге впервые открываются Знания,  
позволяющие одержать победу в реальной схватке  
над любым противником независимо от уровня  
его подготовки!!!»**

Именно эта аннотация вызвала небывалый всплеск интереса к нашей книге, и одновременно – *агрессивную* критику со стороны всех, кто не захотел объективно и без эмоций разобраться в новых *Знаниях* о реалиях рукопашного боя. Чего только не утверждали наши критики! Одни высказывались о том, что всё это, дескать, давным-давно «известно» и ничего нового мы не открываем! Другие заявляли, будто свои *Знания* мы украли у других. Третьи называли нас «русскими сказочниками». А четвертые насмехались по поводу аббревиатуры «ШАР». Обо всем этом мы уже рассказывали в первых главах, и вы могли убедиться в абсолютной нелепости и беспочвенности подобных «обвинений», но здесь важно другое: боевые техники, которые мы описали в нашей первой книге, относятся к техникам *Мастеров боя*.

Мы, действительно, не тратим драгоценное время на освоение каких-либо *ученических* форм, столь любимых в Школах боевых искусств Востока, так как прекрасно понимаем, что у наших учеников может попросту не хватить времени. С самого начала мы предлагаем своим ученикам **техники превосходства**, владения которыми вполне достаточно для достижения *гарантированной* победы над любым противником! Именно поэтому нас не интересуют какие-либо состязания или соревнования между бойцами разных Школ. В этом нет никакой необходимости, так как все наши техники проверены нами в боях, как *по правилам*, так и практически *без правил*:

**Все техники Шар-боя эффективны!!!**

Описывая их, мы не можем обойти стороной вопросы, связанные со сравнительной оценкой их эффективности по отношению к техникам и приемам других, популярных в настоящее время Школ и стилей. Естественно, речь пойдет об использовании их, прежде всего, в реальных условиях, где нет никаких правил, ограничений и, уж тем более, – защитного снаряжения! Отметим, что подобных Школ и стилей в настоящее время появилось чрезвычайно много, поэтому мы рассмотрим лишь те из них, которые, на наш взгляд, заслуживают особого внимания. Между представителями различных Школ (и спортивных, и прикладных) до сих пор идут ожесточенные споры о том, чьи же ме-

тоды тренировок эффективнее, чьи боевые техники лучше всего подходят для реальной уличной драки?! Познакомившись с рукопашным боем ШАР, вы теперь можете оценить эффективность любой Школы или стиля, и некоторые такие примеры мы уже рассматривали выше.

Мы убеждены, что знакомство с нашими критическими комментариями жизненно необходимо каждому, ведь человек должен знать, *что* изучают и *как* тренируются бойцы других Школ, тогда это поможет ему избежать ложных представлений о Мире боевых искусств. Так, сравнительно недавно нам попалась книга известного китайского Мастера с многообещающим названием: «**Уличное кун-фу**». Когда мы раскрыли ее, то обнаружили, что никакого отношения к *реальным* уличным техникам данное произведение не имеет. Вся книга целиком была заполнена многочисленными фотографиями тао-лу с вычурными акробатическими стойками (скопированными из разных стилей). Особенно показательными были «боевые» позиции с прижатыми к бедрам кулаками. Как же можно **это** выдавать за реальное боевое искусство?!

В качестве одной из современных (и, на наш взгляд, весьма интересных!) разработок предлагаем проанализировать японскую Школу *кудо*, созданную сравнительно недавно, но уже успевшую завоевать огромную популярность. Эта Школа основана на **синтезе** всего «лучшего», что есть в арсенале других Школ единоборств, поэтому *кудо* представляет собой «сплав» бокса, борьбы и... традиционного каратэ! Таким образом, назвать *кудо* «Школой каратэ» будет не совсем правильно, в чем легко убедиться, если посмотреть, *какие* движения используются бойцами этой Школы: от традиционного каратэ там не осталось ничего (боксерские стойки и передвижения, борьба и т. п.). Любопытно, что в книге «Мастер рукопашного боя» мы уже описывали наше впечатление от просмотра чемпионата именно по этой Школе (только в то время она имела другое название – Дайто-Джуку каратэ-до!).

С тех пор прошло несколько лет, и вновь мы видим по телевидению трансляцию с чемпионата Мира уже по *кудо*, проходящего в Японии. Теперь об этом стиле рассказывается гораздо больше. Телезрители узнают, *какие* правила поединков разработаны для спортсменов, *какое* защитное снаряжение используется в полноконтактных схватках, но самое главное то, что японцы придумали для своей Школы рекламный лозунг, который звучит чрезвычайно убедительно и многообещающе:

**«Реальной только жизнь!»**

Вот так, реальней только жизнь! Этот лозунг великолепен, и кажется, что он абсолютно соответствует действительности, ведь схватки в *кудо* выглядят чрезвычайно зрелищными, а бойцы двигаются почти как в настоящей драке, быстро и решительно, они наносят удары руками и ногами, используют локти и колени, бьют головой (простите – пластиковым шлемом!), используют броски и удушения, применяют разнообразные болевые приемы. Они делают **всё** именно так, как это будет происходить в реальной уличной схватке! Но... глядя на их бои, практически невозможно представить, что это – полнейшая **иллюзия реальности!!!**

Заметим, что многие люди с большим недоверием относятся к любой критике в адрес восточных Школ. Если говорить о *кудо*, то разве не реально то, что они показывают?! Ведь в *кудо* разрешены и ударные, и бросковые техники, болевые и удушающие приемы, удары головой и любыми другими частями тела!.. А теперь читайте внимательно, так как сейчас мы перечислим то, что практически полностью перечеркивает достоинства данного стиля (равно как и любого другого) применительно к техникам реального боя. Вы увидите, что за всей этой внешней зрелищностью скрывается еще один из *Мифов* Востока. Поразительно, что этого, похоже, не видят многочисленные дипломированные специалисты по восточным боевым искусствам, которые, наоборот, с чрезвычайным воодушевлением расхваливают необыкновенные достоинства данного стиля.

Что же вызвало наше критическое отношение к Школе, техники которой претендуют на исключительную реальность и применимость к жизни? Может быть, нам просто не нравится всё восточное?.. Изучая ШАР, вы поймете, что это далеко не так! Мы стараемся дать объективный и непредвзятый анализ любой Школы (в том числе и нашей!), если видим необходимость этого. Так и в данном случае анализ, который мы выносим на ваш суд, поможет вам лучше понять, что же предлагается широкому кругу, как любителей, так и профессионалов, под названием «кудо». Давайте объективно (и без эмоций!) посмотрим, что же происходит на татами:

Во-первых, **бои ведутся в ударопрочных пластиковых шлемах**, предохраняющих головы бойцов от опасных разрушающих нагрузок. Казалось бы, что тут такого?! Ну, используется шлем. Ну и что?

Да, ничего хорошего! Наличие шлема, на наш взгляд, равнозначно запрету на... удары в голову (!), а ведь такие удары – наиболее важные в уличной схватке! Для бойцов жестких контактных Школ запрет на удары в голову превращает опасную схватку в обычную забаву, баловство, «спектакль»! Уважаемые бойцы контактных Школ и сти-

лей, вы никогда не пробовали вести бой без ударов в голову?! Если – нет, то попробуйте! Вы удивитесь тому, что произойдет.

### **Самые опасные удары – это удары именно в голову!!!**

Причем эти удары оказываются совершенно неэффективными, если бой ведется в защитных шлемах. В *кудо* боец, наносящий удар кулаком или локтем в шлем, не чувствует, что его действия хоть как-то влияют на боеспособность противника. Он может нанести даже серию из сильнейших ударов, а результат будет – никакой, только... очки, которые засчитывают судьи! Но что стоят эти очки в реальной схватке? **Ничего!** Даже сами комментаторы соревнований замечают, что достаточно одного пропущенного удара в голову, чтобы схватка прервалась, едва начавшись. Защитный шлем делает бесполезными даже сильнейшие удары, в результате чего бойцы продолжают молотить друг друга по голове без каких-либо признаков нарушения боеспособности.

В реальном бою ценятся совсем иные «вещи»: умение не пропустить ни одного удара в жизненно важные зоны, способность быстро травмировать противника и т. д. Создатели *кудо* лишь использовали европейские технологии для обеспечения безопасности своих последователей. На первый взгляд, они учли всё, чтобы приблизить свои поединки к *реальной* схватке, но именно этот шлем (как и все другие ограничения!) полностью перечеркивает достоинства данного стиля. В результате, бойцы *кудо* не защищаются так, как это требуется в реальности, и точно также тот, кто атакует, делает это совершенно неправильно. Нанося в голову сильнейший удар, он прекрасно осознает, что его удар не может привести к победе, и что ему, скорее всего, придется защищаться от ответного удара (или даже ударов???). Как результат, у бойцов развиваются ложные *боевые* рефлексы, не имеющие никакого отношения к жизни! В качестве иллюстрирующего примера напомним уникальную технику ШАР – «*натывание на ветвь*»: попробуйте атаковать напарника, бросающегося на вас, резким встречным выбрасыванием руки с напряженными выпрямленными пальцами, и вы увидите, что произойдет.

Во-вторых, **в кудо используются весовые категории (!!!)**. Трудно представить себе, что в реальном бою ваш противник окажется одного с вами веса или роста, как... брат-близнец! Скорее наоборот, он будет выше и крупнее вас, кроме того, он будет не один, да и при себе у него наверняка окажется какое-нибудь оружие! Справедливости ради отметим, что в *кудо* используют не просто понятие «весовой категории», а так называемый «коэффициент», складываемый из роста (в см) и веса (в кг). Сделано это для

того, чтобы уравнивать возможности бойцов, имеющих разный вес и рост. Например, боец более высокого роста, но с меньшим весом, имеет преимущество перед бойцом меньшего роста. В этом случае менее рослый боец может иметь больший вес, что также даст ему определенное преимущество. Но даже в этом случае к жизни это не имеет **никакого (!) отношения**, так как *реальном* бою вашим противником окажется не только рослый, но и более массивный и физически сильный противник.

В-третьих, **в кудо запрещено бить в пах, по затылку, по спине и на слом суставов**. Как вам кажется: неужели на улице не бьют в пах, не бьют в спину или по затылку?! Наоборот, именно эти зоны атакуются в первую очередь! А уж переломы в уличной драке встречаются настолько часто, что об этом даже не стоит и упоминать.

В-четвертых, **бои проводятся отдельно для мужчин и для женщин**, что, безусловно, грамотно, так как любой мужчина, серьезно занимающийся боевыми искусствами, имеет значительное физическое превосходство по сравнению с женщиной. Представьте, что произойдет, если в схватке по правилам *кудо* сойдутся чемпион-мужчина и чемпион-женщина! Даже если они будут иметь одинаковый «коэффициент» (вес-рост), исход поединка можно предугадать заранее. В реальной жизни, где нет никаких правил и норм, поединок между мужчиной и женщиной не всегда приведет к победе мужчины, особенно, если женщина будет вооружена *техниками превосходства*. В одной из наших следующих книг («**Секретное оружие амазонок**») мы подробно рассмотрим эти техники боя (и не только), позволяющие минимальными усилиями одолеть в схватке без правил любого противника.

В-пятых, **бой ведется босиком!** Тут уж, как говорится, без комментариев!

В-шестых, **соревнования проводятся под наблюдением строгих судей**, которые внимательно следят за выполнением правил и остановят бой, едва только возникнет серьезная угроза для здоровья и жизни соревнующихся.

Давайте подведем итоги:

Бои ведутся «один на один»! Головы бойцов защищены ударопрочными шлемами!.. На пах одеты защитные раковины и – запрещено бить туда! При организации поединков используются весовые категории и не допускается бить противника по спине или по затылку, а также на слом в суставах. Нельзя добивать противника, оказавшегося на коленях, т. е. на земле!.. А босые ноги?! Неужели на улице вы будете драться босиком? Тогда, простите за вполне резонный вопрос: «Какое отношение данная Школа имеет к реальной Жизни?!» Разве в реальном бою существуют подобные запреты?! Неужели противник окажется вашего роста или веса?! Неужели он не станет бить в пах

или добивать на земле, если собьет вас с ног?! Неужели на женщину станет нападать только женщина? Сделайте выводы самостоятельно! Мы не думаем, что ваши выводы будут отличаться от наших.

Таким образом, то, что мы видим, не имеет к жизни никакого отношения, и пусть вас не обманывает *внешняя* зрелищность происходящего на татами! Единственное достоинство данного стиля, на наш взгляд, в том, что они бьют по-настоящему и умеют соединять ударные и бросковые техники, но даже и эти «достоинства» можно признать лишь со многими оговорками: например, они бьют по-настоящему, однако цели, которые они атакуют – **не настоящие**, ведь они бьют в шлем, а не в голову!

В качестве курьеза можно привести попытки практически всех бойцов *кудо* бить не прямо в шлем, а... под него – туда, где имеется мягкая прокладка, защищающая горло. Удар именно под шлем позволяет нокаутировать противника, тогда как удары в шлем ничего, кроме «очков», не приносят. Опять же заметим, что попытки бить под шлем являются на самом деле «уловкой», позволяющей обойти искусственные правила поединков, установленные для бойцов *кудо*. Да, они бьют по-настоящему, но рефлексy (из-за наличия защитного снаряжения) нарабатываются далеко не боевые, и об этом не следует забывать чересчур рьяным сторонникам данного стиля!

Вернемся снова к чемпионату в Японии. Действительно, всё смотрится необыкновенно зрелищно и даже кажется абсолютно реальным. Подчеркнем, именно кажется! При этом бросается в глаза то, что состязание происходит, будто не между отдельными бойцами из разных стран, а всего лишь между двумя странами – между Россией и Японией. Русские соревнуются с японцами! Причем, как это ни парадоксально, русские бойцы уверенно побеждают. Заметим, что на всемирных чемпионатах по каратэ японские бойцы не выделяются какими-либо особыми или выдающимися способностями. Часто, наоборот, они проигрывают тем, кого сами и научили. Они объясняют, что на этих чемпионатах не выставляют лучших бойцов и именно поэтому терпят поражения, но так ли это? Неужели японцы станут выставлять слабых и неподготовленных спортсменов? Вряд ли, иначе для чего тогда вообще проводить подобные встречи?! Итог чемпионата: бойцы из России (и мужчины, и женщины) завоевали первые-вторые места, тогда как сами японцы, являясь основоположниками данного стиля, оказались далеко не на первых местах. Когда журналисты спросили у создателя *кудо*, как он относится к победе русских, тот огорченно ответил, что, к сожалению, теперь ничего не поделаешь, но заверил, что японские бойцы будут лучше тренироваться, чтобы подобных

случаев больше не происходило. Естественно, что он даже не предполагал подобного исхода и был по-настоящему расстроен.

### **В чем же причина сокрушительного поражения японских бойцов?!**

Одну из основных причин эксперты видят в способности бойцов из России вести бой *интуитивно*, не опираясь на какие-либо «традиционные шаблоны» (или *каноны*) поведения, тогда как японские бойцы, похоже, не обладают подобной гибкостью и, как результат, оказываются не способными перестроиться в процессе боя.

Вспоминается, как на чемпионате (впечатление от которого мы описывали в нашей первой книге) один из японских бойцов случайно (!) захватил своего противника из России за кимоно. Воодушевленный происходящим, комментатор начал восхищаться тем, какие, по его мнению, эти японцы изобретательные и непредсказуемые! Схватка тем временем продолжалась, и японский боец снова ухватил своего соперника за нижнюю часть кимоно. Комментатор опять восхитился необычным разнообразием используемых японцем техник, но, когда он в **третий (!!!) раз** попытался ухватиться за кимоно, то комментатор не знал, что и сказать. Было совершенно очевидно, что, кроме этого захвата, ничего более эффективного японский боец придумать не мог, однако даже этот захват за кимоно выглядел крайне неуклюже.

Вам будет не менее интересно узнать также и о некоторых других современных Школах, претендующих на исключительную реальность своих техник. Что вы можете, например, сказать про «боевую йогу»? Да, да... именно про «боевую йогу»?.. Если вы еще не знаете, о чем идет речь, то, скорее всего, представьте себе людей, занимающихся, в первую очередь, своим здоровьем и применяющих йогу исключительно для духовного и физического совершенствования, но никак не для того, чтобы вредить своему здоровью (или здоровью других людей). Мы точно также не представляли себе, что это такое, пока не узнали некоторых подробностей. Оказалось, «боевая йога» – это вовсе не *Путь* к здоровью и долголетию, как можно было предположить заранее, а – нечто, на наш взгляд, другое. Естественно, мы говорим не о той йоге, которая была принесена нашими *Предками* в Индию много тысяч лет назад, и не о той, которая была впоследствии превращена в «факиризм». Речь идет об одной из авторских систем, разработанных в России на основе неких письменных источников на санскрите. На занятиях в этой Школе используются чрезвычайно жестокие методы тренинга и испытания ма-

стерства – методы, на наш взгляд, совершенно несовместимые с понятиями «**здоровья**» и «**духовного совершенствования**». Впрочем, судите сами!

Бесспорно, что последователи «боевой йоги» при такой подготовке могут приобрести необычайно высокий уровень мастерства, но теперь, когда вы уже познакомились с нашим *Открытием*, то должны понимать, что тренироваться все-таки следует по-другому. Для победы в реальном бою вовсе не требуются подобные жестокие методы; наоборот, развивать необходимо в первую очередь скорость и точность ударов, тогда противник не успеет защититься от вашей атаки. Последователи же «боевой йоги» бьются друг с другом практически без правил, поэтому травматизм на их занятиях настолько высок, что в местах проведения их тренировок даже специально оборудуются медпункты, в которых пострадавшим немедленно оказывается первая медицинская помощь.

Мы спрашиваем: «Какое отношение "это" имеет к *Учению* наших *Предков* о достижении *Здоровья*, *Долголетия* и *Бессмертия*?! Неужели и наши *Предки* точно также не жалели своего здоровья, чтобы только достичь мастерства в искусстве рукопашной схватки?» Конечно же, нет!..

Встречаются также Школы, в которых настолько все «серьезно», что с учеников даже берут... расписки (!) в том, что они не будут иметь никаких претензий к организаторам занятий (семинаров, курсов) в случае причинения им опасных травм. Самое интересное, что находятся люди, которые рискуют принимать участие в подобных «мероприятиях». Цель этих расписок, безусловно, состоит в том, чтобы снять любую ответственность с организаторов за возможные травмы и даже увечья.

Как вы полагаете, знают ли представители вышеперечисленных Школ о том, чему учим мы?! Логично предположить, что знают, ведь они работают в полный контакт и не используют каких-либо средств защиты, а ведь это именно то, что позволяет по-настоящему осознать и изучить реалии рукопашного боя, и другого *Пути*, кажется, нет! Однако, как мы уже показывали, сам факт, что люди участвуют в подобных состязаниях или испытаниях, говорит об отсутствии у них *Высших Знаний*.

Один наш знакомый рассказывал, как несколько лет назад он участвовал в подобных «боях без правил». Он потерял половину зубов (!), имеет множество травм, и сейчас вспоминает о том периоде своей жизни как об ошибке молодости! Причем прежнего здоровья уже не вернуть, а что касается мастерства, достигнутого такой ценой, то уж лучше бы он не научился тогда драться, чем жил сейчас на лекарствах.

В ШАР одной из основных задач, стоящих перед учениками, является сохранение и укрепление здоровья, поэтому с самого начала обучения мы указываем на абсолютную недопустимость причинения вреда самому себе или сопернику. Мы даже «жертвуем» некоторым уровнем мастерства своих учеников (особенно на первых этапах!), чтобы только не причинить вреда их здоровью.

В связи с этим возникает вполне логичный вопрос:

**Можно ли научиться искусству реального боя  
без участия в уличных драках или  
жестоким состязательных боях?!**

Разве это не то же самое, как пытаться научиться плавать, не залезая в воду? Многие убеждены, что такое в принципе невозможно, именно поэтому они стремятся к максимальной жесткости (и даже жестокости!) во время наработки боевых техник. Занимаясь боксом, каратэ, муай-тай или любым другим боевым искусством, они бьются чрезвычайно жестоко, и лишь по счастливой случайности им удаётся до поры до времени избежать серьезных травм.

Мы познакомим вас с уникальными техниками, с помощью которых вы сможете развить навыки *адекватного реагирования* на любые атакующие действия противника. Все предлагаемые нами боевые техники вы сможете использовать как во время самостоятельных тренировок, так и занимаясь любыми видами единоборств. Особенность всех наших техник состоит в их **универсальности**, и пусть вас не смущает огромное количество разработанных нами методов и способов тренинга. Мы надеемся, что вы уже привыкли к подобной *насыщенности* наших учебных материалов.

В ШАР имеется множество специальных методов, позволяющих избежать травм и повреждений на *Пути к Высшему Мастерству*. Именно поэтому обучение боевому искусству ШАР проходит практически без травм (а тем более серьезных). Вы будете учиться выполнять любые движения на разных скоростях: от очень медленных до – *сверхбыстрых*, от легких и безопасных до – чрезвычайно сильных и травмирующих, однако именно благодаря особым методикам вы не причините вреда своему здоровью, а также здоровью тех, с кем будете тренироваться.

Мы начнем с освоения *медленных* боевых движений, и подобные техники у нас относятся к «**парадоксальным**».

«Но разве можно научиться реальному боевому искусству с помощью медленных движений?! Конечно же, нет!» – уверены практически все представители жестких и контактных Школ. Для них подобные «фокусы» просто неприемлемы. Тем не менее, мы покажем вам, что именно так необходимо тренироваться, чтобы действительно научиться. Мы называем это «**правильное медленное**» и сейчас поясним, о чем идет речь.

Совершенно очевидно, что любые медленные движения будут лишены всякого смысла, если вы делаете их... неправильно! Все ваши медленные движения должны полностью соответствовать их скоростным аналогам. Когда вы наносите какой-либо удар на медленной скорости, то этот же удар точно также выполняется и на высоких скоростях, и если рассмотреть, *что* происходит на высокой скорости, то можно увидеть, насколько существенны эти различия (особенно если человек не понимает, что представляет собой «*правильное медленное*»). Обычно ученики выполняют медленные движения, не задумываясь об их *глубинном* смысле и целях, которые перед ними ставятся, и в этом – принципиальная ошибка, так как все подобные движения не имеют ничего общего с тем, что потом выполняется на больших скоростях! В результате, многие боевые техники, которые прекрасно работают на медленных скоростях, перестают работать на высоких!

В отличие от последователей других Школ для наших учеников нет разницы в том, с какой скоростью они двигаются, поэтому те же движения, которые они делают медленно, ничем не отличаются у них от высокоскоростных; точнее разница есть, но она заключается только в скорости! Таким образом, ученикам ШАР достаточно лишь перейти на повышенные скорости, чтобы убедиться в абсолютной эффективности всего, что они делают медленно.

Заметим, что благодаря самоконтролю, нашим ученикам удастся избежать ложных наработок. Например, создавая боевые комплексы, они выполняют их на различных скоростях и на личном опыте убеждаются, какие движения перестают «работать» в реальной ситуации. В результате, они исключают из своего арсенала ложные техники и вооружаются лишь теми движениями, которые применимы всегда и везде. Такие движения мы называем *универсальными*!

Далее мы опишем простейшие способы защиты наиболее уязвимых зон тела. Самое важное для человека научиться защищать глаза, нос, горло, печень, почки, пах от сильных ударов или захватов.

Сначала рассмотрим технику защиты от ударов ногой в пах. В реальной схватке эти удары являются наиболее эффективными. Для защиты от них во многих Школах учат противодействовать либо блоком руки, либо уходом в сторону или назад. Очевидно, что подставка рук под сильные удары ног может закончиться травмой. Подобные способы защиты не только неэффективны, но в большинстве случаев очень опасны. Кроме того, защищая руками нижние зоны, вы неизбежно наклоняетесь и подставляете под удары свою голову. Чтобы избежать этого, каратисты вынуждены все время использовать широкие стойки. Об устойчивости и подвижности данных позиций, а также их сомнительной эффективности мы уже рассказывали выше.

Техники Шар-боя лишены подобных «недостатков», так как мы используем *универсальные* движения. Вспомните, например, технику **универсальной защиты**.

Если удар выполняется по нижнему уровню (по ногам, или в пах, или в низ живота), то все эти зоны закрываются резко вскинутой вверх ногой с согнутым коленом и напряженными мышцами голени и стопы. В результате, нанося удар по нижнему уровню, противник сталкивается с движением, которое *травмирует* его (особенно если он бьет слишком сильно). И чем сильнее он бьет, тем хуже для него! Таким образом, вы отбиваете опаснейшие удары, затрачивая на это **минимум** усилий, и внешне даже будто ничего и не делаете, ведь ваше движение настолько естественно, что никто даже не может понять, что же произошло на самом деле. Никто не поймет, почему атакующий вас вдруг с гримасой боли схватится за свою ногу и начнет усиленно растирать ее, а потом еще будет хромать и вряд ли сможет продолжать схватку.

Другой способ *парирования* ударов, направленных в пах или низ живота, – это **резкий рывок** тазобедренным суставом в сторону. Мы утверждаем, что, защищаясь от быстрых ударов ног, никто не успеет сделать шаг, ведь эти удары (как и любые другие) слишком скоростные, чтобы успеть уйти от них! Самое большее, на что вы окажетесь способны, это *резко* дернуть атакуемую часть тела, ускользая от удара (такой же способ эффективен и для защиты от ударов в голову). Мы рекомендуем своим ученикам в первую очередь освоить резкие *рывковые* движения тазобедренным суставом в любую сторону, имитируя таким образом *защиту рывком* от ударов с разных сторон.

Эти движения оказывают мощное лечебное воздействие на *внутренние органы* таза и низа живота и могут выполняться в качестве самостоятельной гимнастики. Естественно, что сначала их следует набирать достаточно медленно, лишь постепенно увеличивая скорость и резкость.

В дальнейшем нарабатывайте этот способ защиты уже с напарником. Вы убедитесь, насколько эффективны эти простые и доступные каждому движения. Работайте также на повышенных скоростях, чтобы убедиться в их стопроцентной эффективности.

Следующей зоной, которую мы рассмотрим, является **область глаз**. Атака этой зоны *шокирует* любого, кто с ней сталкивается, а ведь в реальной схватке именно эта цель является одной из важнейших. В ШАР глаза, горло и нос защищаются поднятыми на уровень лица руками с выпрямленными пальцами. Это одна из особенностей **универсальной стойки**, которую мы подробно описывали в нашей первой книге. Выпрямленные пальцы защищают ваши глаза от неожиданных *тычков*.

Кулак не способен обеспечить надежную защиту глаз, в чем легко убедиться, если напарник будет атаковать их пальцами, а вы попытаетесь защищаться только кулаками. Вы на собственном опыте убедитесь, что это практически невозможно. Атака глаз противника неизбежно ведет к раскрытию его пальцев! Ученики ШАР специально нарабатывают подобные приемы и способы воздействия, однако необходимо быть предельно осторожными, чтобы на тренировке случайно не травмировать друг друга!

Рассмотрим теперь удары «на краю пропасти».

В ШАР названия техник и упражнений всегда отражают тот глубинный смысл, который мы в них вкладываем, поэтому совершенно очевидно, что удары, о которых пойдет речь, представляют серьезную угрозу для здоровья. Но разве *искусство реального боя* не состоит как раз в том, чтобы максимально травмировать противника?.. И как можно научиться этому, если вы работаете либо в защитном снаряжении, либо медленно, либо не доводите своих движений?!

Вы познакомьтесь с методиками ШАР по безопасной наработке опасных травмирующих воздействий, выполняемых по любым уязвимым зонам противника. Для перехода от низкоскоростных движений к *сверхскоростным* мы рекомендуем нарабатывать их со «ступенчатым» увеличением скорости. Это означает, что каждый ваш следующий удар или движение выполняется заметно быстрее, чем предыдущий. Точно также удары выполняются сразу на высокой скорости, но с постепенным (и таким же «ступенчатым»!) возрастанием силы, т. е. «**сильней-сильней**» (что равнозначно ударам «**больней-больней**»).

Чтобы друг друга не травмировать, начинайте с ударов кулаком в живот или с боковых ударов в голову. Эти удары сравнительно легко парируются даже на высокой скорости, и следовательно, безопасны. Пусть ваш напарник сначала медленно покажет, куда он будет атаковать, а затем на высокой скорости выполнит удар расслабленной ру-

кой в ту же зону. Ваша задача – отбить его удар! Естественно, все атаки начинаются за пределами дистанции *«быстрого касания»*. Далее удары выполняются сразу на высокой скорости, но сила этих ударов «ступенчато» возрастает.

Ваши руки будут сталкиваться в воздухе, и вы обнаружите, что сильные и напряженные удары весьма и весьма болезненны (причем для вас обоих). Если, защищаясь, вы почувствуете, что сила ударов такова, что вы уже не сможете выдержать боль, то постарайтесь неожиданно убрать защиту, чтобы напарник промахнулся. Для него это будет «сюрпризом», ведь реальность, которую он ожидал, внезапно изменится. На доли секунды он окажется в ярком ИСС. Мы называем это – **«небесной защитой»**.

Обязательно растирайте ушибленные зоны и потряхивайте ими, чтобы снять неприятные болезненные ощущения и восстановить нормальное кровообращение. Тренировки с увеличением силы (или контактности) воздействий позволят вам *почувствовать* свои реальные возможности: например, вы совершенно четко будете осознавать, при какой силе удара ваш напарник испытывает сильную боль, а это *Знание* является самым настоящим **ключом** к выполнению **шокирующих ударов**. Самое интересное, что, «принимая» подобные удары, вы сможете лучше осознавать свои реальные силы и возможности. Это поможет вам в дальнейшем избежать ненужных травм и повреждений.

Для развития силы ударов мы рекомендуем использовать техники **«рубить ветви-корни сильней-сильней»** (или **«больней-больней»**).

Постепенно человек привыкает к подобным воздействиям и перестает испытывать страх перед ними, а потому в дальнейшем легко может противодействовать таким ударам уже в реальной ситуации – там, где атаки противника будут и быстрыми, и сильными одновременно. Все указанные способы наработки реальных боевых движений нами уже описывались достаточно подробно ранее, поэтому сейчас мы остановимся на других принципах. Не забывайте, что все удары желательно выполнять с учетом **«внутренней наковальни»**, так как лишь в этом случае вы сможете *гарантированно* выводить нападающих из строя. В то же время старайтесь сами избегать пропуска ударов, поражающих ваши *«энергетические центры»*. Основные способы защиты (или противодействия) ударам по *«внутренней наковальне»* мы рассматривали в наших первых книгах. Вернемся теперь к «медленным» техникам.

**Суть «правильного медленного»** состоит в том, что если вы с помощью видеокамеры запишите подобные «небоевые» движения, а затем прокрутите запись на повышенной скорости, то увидите, что они практически ничем не будут отличаться от высо-

коскоростных ударов. Например, скорость вашего атакующего движения сама по себе не является постоянной, и когда вы начинаете свой удар, то его скорость стремительно возрастает от «нулевой» (или *начальной!*) скорости до предельно достижимой. Кроме того, во время удара ваша рука начинает напрягаться и в момент контакта с целью достигает своего предела.

В ШАР удары выполняются так, чтобы в дальнейшем обеспечить наивысшие скорость и силу, и это достигается *начальным* расслаблением бьющей части тела (руки или ноги) с последующим *резким* напряжением мышц при столкновении с целью. Наши ученики, работая даже медленно, наносят свои удары правильно, т. е. с небольшим *ускорением* и с постепенным *нарастанием* напряженности бьющей части тела. Естественно, все эти удары выполняются точно в выбранную цель. Кроме того, на первых этапах старайтесь не делать каких-либо *обманных* движений, наоборот, продолжайте свою атаку, даже если видите, что напарник успевает парировать ее.

Теперь вы знаете, как наносить удары на медленных скоростях, чтобы они полностью соответствовали *сверхскоростным* атакам. В качестве подготовительного упражнения выполняйте «**правильные медленные**» удары на воздухе. Чередуйте работу рук и ног, все время перемещайтесь и поворачивайтесь в любую сторону. Внешне все ваши действия, казалось бы, ничем не отличаются от обычной медленной наработки боевых техник в других Школах, но по *глубинной* сути вы делаете нечто необычное. Вы как бы «стираете» разницу между высокоскоростными движениями и движениями медленными, между опасными техниками и безопасными. Обращайте внимание на все ощущения, которые будут возникать при выполнении «*правильных медленных ударов*».

Далее работайте уже с напарником и делайте любые свои удары также с небольшим ускорением. Парируя «*правильные медленные удары*», вы станете *осознавать*, что они на самом деле – высокоскоростные, и лишь сейчас они выполняются на пониженных скоростях, тогда как все остальные их характеристики совпадают. Подчеркнем, что все наши комментарии применимы также и к **работе с оружием**.

Учитесь парировать удары ножа или дубинки, выполняемые аналогичным образом. Тогда у вас появится реальный шанс научиться защитам от ударов настоящим оружием. Заметим, что с помощью «*правильного медленного*» вы можете тренироваться без какого-либо риска, например, с острыми ножами.

## **Мы предлагаем вам безопасный метод наработки опасных движений!!!**

Если вы теперь обратите внимание на свои эмоции, то обнаружите, что страх не будет мешать вам, и в этом состоит еще одна из эффективных методик, разработанных нами для освоения техник противодействия вооруженному противнику. Чередую работу на различных скоростях и с различной степенью контактности, вы, наконец, поймете, что осваиваете совсем **нешуточный бой!** И хотя внешне всё это выглядит игрой, в действительности, такие занятия дают гораздо больше, чем общепринятые (или «традиционные») способы тренинга.

Последователи многих Школ единоборств поначалу с искренним недоумением относятся ко всему, что мы предлагаем. Для них все это кажется слишком непривычным: вспомните работу с «*волшебными листьями*», удары «*шлепками*», «*движения в воде*» и многие другие техники. Для «непосвященного» человека все наши упражнения кажутся совершенно нелепыми. Однако теперь, когда вы уже представляете себе, что скрывается за столь необычными техниками, то воспринимаете их, конечно же, по-другому. Благодаря изложенным выше методам тренировок вы можете научиться *адекватному* реагированию на **любые (!)** атакующие действия противника!

С помощью предлагаемых нами упражнений легко убедиться, что для защиты от любого удара (или броска) можно найти множество способов противодействия. Например, от *прямого* удара в голову вы можете защититься десятками (и даже сотнями!) приемов, каждый из которых является уникальным и неповторимым. В результате, даже тренируясь с одним-единственным напарником, вы можете научиться защищаться от ударов «разных» противников. Это достигается неисчерпаемым разнообразием (или «множественностью») осваиваемых вами движений.

Рассмотрим теперь, как в ШАР нарабатываются боевые техники на примере «**пошагового**» боя. Подчеркнем, что указанные техники являются *подготовительными* по отношению к техникам еще более высоких уровней, но даже эти начальные упражнения представляют серьезную трудность для последователей многих Школ, и причина здесь кроется в том, что наши ученики *творчески* осваивают, а не *копируют* чьи-либо, пусть даже мастерские, движения! Все наши техники и упражнения способствуют пробуждению в человеке **Бессмертного Творца**, и об этом у нас ещё будет подробный разговор в дальнейшем.

Изучая ШАР, вы научитесь «думать телом» и сможете практически безошибочно действовать, казалось бы, в непредсказуемых ситуациях, возникающих в жизни. Далее мы покажем вам, каким образом следует нарабатывать «пошаговый» бой с напарником. Примерами «пошаговых» движений являются практически все формальные комплексы, изучаемые в Школах каратэ и у-шу (ката, тао и т. п.), но в восточных Традициях они имеют совершенно иное значение и применение, о чём мы ещё расскажем в дальнейшем. Напомним только, что ранее вы уже пробовали создавать подобные комплексы и теперь хорошо должны представлять себе возможности, которые приобретаются с их помощью. В европейской Традиции «пошаговые» движения нашли чрезвычайно широкое применение в спортивных выступлениях по гимнастике, танцам и др.

Для наработки «пошагового» боя встаньте в боевые позиции. Это будет начальная фаза создания вами парного комплекса, который не нужно запоминать. Если вы тренируетесь в одиночестве, то вашим напарником может быть... «невидимый противник». Некоторые приёмы и способы его «материализации» описывались в книге «Мастер рукопашного боя». Речь шла об использовании мыслеобразов при активизации правополушарного мышления, психоэнергетических техниках работы со взглядом, набивке «невидимого» и многое другое. Пусть теперь один из вас начнёт движение, например, сделает шаг вперёд и выполнит удар рукой или ногой. Ваша задача – правильно среагировать на атаку и попытаться парировать её.

От удара вы можете увернуться или перехватить его, используя «вязкую» защиту. Далее вы оба застываете на месте и решаете, кто из вас находится в оптимальной позиции для продолжения боя: кому лучше атаковать, а кому – защищаться. Все ваши действия должны быть осознанными и рациональными, и в этом – ключ к правильной наработке любых боевых движений! Вы убедитесь, что если в «пошаговом» бою кто-нибудь сделает ошибку, то напарник легко сможет победить его.

### **Не нарушайте Законов скоростного боя!!!**

К примеру, если ваши руки оказались на уровне живота, а напарник бьёт вас в голову, то на медленной скорости вы сумеете отбить такой удар, если только будете двигаться быстрее своего напарника. Однако это будет невозможно на большой скорости. То, как вы тренируетесь на медленных скоростях, должно полностью соответствовать высокоскоростным движениям. Не упускайте также возможности запоминать и прорабатывать наиболее интересные фрагменты «пошагового» боя. Это позволит вам

исправить ошибки, возникающие в ходе поединка, кроме того, вы научитесь **новым** для себя движениям и сможете проработать разнообразнейшие варианты защитно-атакующих техник. Таким образом, с помощью «пошагового» боя легко порождаются мастерские техники самого высокого уровня и «обнаруживаются» наиболее эффективные приёмы.

Ученик одной из отечественных Школ рукопашного боя с восхищением рассказывал о том, как их Учитель на одной из тренировок показал им несколько суперприемов, которые они заучивали. На следующей тренировке Учитель показал им новые приемы и т. д. С восхищением они заучивали «чужие» боевые техники и движения. Они искренне полагали, что Учитель вооружает их чем-то необыкновенным. Еще бы! Такие классные приемы!.. Мы утверждаем, что все это не более, чем иллюзия. При внимательном рассмотрении того, что предлагается в различных Школах, многое будет восприниматься вами уже по-другому. Например, ученики ШАР способны всего лишь за несколько минут создать боевые комплексы, которые по уровню мастерства и зрелищности не будут уступать отработанным до совершенства ката (или тао) восточных Школ. Комплексы наших учеников настолько реалистичны, что для посторонних будет казаться, будто они по-настоящему бьются друг с другом. Причем речь не идет о каком-либо *подыгрывании*, как это обычно происходит в других Школах, наши ученики демонстрируют естественные реакции на пропущенные удары и двигаются так, как это будет происходить в реальной ситуации. Особенно впечатляет скорость их работы!

А теперь вообразите, что созданные ими комплексы они начали бы заучивать до автоматизма (как тао или ката), и затем в течение десятков лет (!) повторяли бы их изо дня в день. Разве это не бессмысленно?! В других Школах изучаются разнообразные приёмы, тогда как в ШАР ученики, в первую очередь, осваивают **принципы**.

С ростом мастерства учитесь работать также с различными видами оружия, например, с дубинкой или «ножом». Кавычки здесь означают лишь то, что поначалу в качестве ножа мы рекомендуем использовать какой-либо макет, например, деревянный нож или пластиковую бутылочку соответствующего размера. Обо всем этом мы уже рассказывали в нашей второй книге. В дальнейшем необходимость использования макетов оружия отпадёт, однако при выполнении особо опасных техник на высоких скоростях необходимо использовать именно макеты. В противном случае вы рискуете покалечить друг друга, причем независимо от уровня достигнутого вами мастерства.

Сейчас мы только перечислим некоторые примеры учебной проработки наиболее важных техник ШАР, и вы узнаете, как подготовиться к тому, с чем вы впоследствии столкнетесь на улице.

В ШАР используются следующие варианты учебных схваток:

- на задержке дыхания;
- «пошаговый» бой;
- бой «циклопов»;
- «бой в воде»;
- одной рукой;
- только ногами;
- бой «каменных воинов»;
- в «волнах времени»;
- бой с использованием «вязких» ударов и защит;
- бой «киборгов»;
- «на краю пропасти» и многое другое.

Каждая такая техника специально нарабатывается, и ученики должны попробовать все варианты их исполнения, причем как самостоятельно (например, с *«невидимым противником»*, стволом дерева, бетонной стеной, боксерским мешком или др.), так и в парах. Бесчисленное множество приемов и техник, методик и принципов, изучаемых в ШАР, не должно пугать вас, наоборот, это делает нашу систему чрезвычайно привлекательной для людей, которые хотят научиться боевым техникам *Высшего* уровня.

В ШАР используется представление о **«реальном противнике»**. Однако что это такое? Теория? Абстрактное философское понятие? Практика? У нас не используются «теории», которые не имеют прямого отношения к реальности. Все *Знания* ШАР наполнены глубоким прикладным смыслом. Вспомните, например, наши представления о **«четких»** и **«нечетких»** движениях. Вы уже знаете, что это – целостная система практических *Знаний*, позволяющая достигать выбранной цели совершенно неожиданно для противника.

**Чтобы победить в реальном бою, нужно уметь «идти до конца»!!!**

Это означает, что, начиная бой, вы должны иметь мужество не только продолжать его, но и закончить своей победой, а ведь победа в реальном бою может оказаться

весьма кровавой и жестокой. Начиная драку, готовы ли вы к тому, чтобы сломать противнику нос, выбить зубы или отбить внутренние органы?! Для обычных людей подобная жестокость кажется совершенно неприемлемой, тогда как уличные хулиганы не страдают подобными «комплексами». Вам нужно будет серьезно поработать над собой, чтобы научиться преодолевать подобные «барьеры», и **ключом** к достижению указанной цели является **привыкание**. Да, да, именно *привыкание*, ведь, тренируясь так, как мы рекомендуем, вы впоследствии перестанете испытывать дискомфорт из-за того, что нужно бить противника в лицо или в пах, что нужно воздействовать на его пальцы, волосы и т. д. Все эти действия станут для вас **естественными!**

Более того, тренируясь со стволами деревьев или бетонной стеной, вы почувствуете, насколько, оказывается, «приятно» бить по живому телу, нежели по этим объектам. Если же при этом учесть кратковременность контакта с целью при ударе (она составляет всего лишь **единицы миллисекунд**, т. е. несколько тысячных долей секунды!), то можно утверждать, что вы вообще не будете испытывать каких-либо неприятных ощущений.

Помните, что боевые техники ШАР необходимо набивать и с оружием. Подробно эти вопросы мы уже рассматривали в нашей второй книге в главе «Противодействие вооруженным атакам». Внимательно перечитайте рекомендуемые нами упражнения и техники. Вы сможете найти для себя много полезнейших рекомендаций и советов по этой теме.

Подчеркнем, что вооруженный противник представляет особую опасность, поэтому для его *нейтрализации* ни в коем случае нельзя использовать какие-либо **ложные техники** (или **приемы**). Тем не менее, во многих Школах рукопашного боя предлагаются весьма сомнительные приемы. Например, часто используются техники отбирания у противника оружия путем воздействия на его пальцы и кисть. Наставники этих Школ показывают, каким образом нужно захватывать пальцы вооруженной руки, чтобы нападающий отдал вам оружие под воздействием боли. То, что они показывают (с *подыгрывающими* им учениками), выглядит чрезвычайно зрелищно и красиво, однако на самом деле в уличной схватке противник тотчас напряжет свою кисть, если вы попытаетесь отобрать его оружие. А если вы попытаетесь бороться с вооруженным противником, то считайте, что схватка вами будет проиграна и еще неизвестно, какой ценой. Слава богу, если вы, вообще, останетесь живы!

К противнику, который нападает на вас, да еще **с оружием**, нужно быть особенно жестоким, так как следует понимать, чем для вас лично может закончиться подобная

встреча. Если кто-либо посмел угрожать вам ножом (пистолетом или другим оружием), то ваш **ответ должен быть адекватным**. Неожиданные удары по глазам и в пах – вот минимальное наказание, которого он заслуживает! Примером откровенно ложной техники, популярной в некоторых Школах рукопашного боя, является техника противодействия вооруженному противнику, которая называется – «**идя по следу**».

Суть этой «уникальной» техники состоит в том, что тот, кто защищается от удара ножа, перехватывает вооруженную руку и... перенаправляет ее в противника. Получается, будто он сам себя ударил ножом, ведь на рукоятке ножа будут отпечатки только его пальцев! Демонстрация данного принципа выглядит необыкновенно зрелищно и кажется эффективной, однако, по нашему мнению, никакого отношения к реальному бою она не имеет!

Попробуйте перехватить вооруженную руку, да еще перенаправить ее на самого противника. Вы убедитесь, что это совершенно невозможно, и здесь вам не помогут никакие вспомогательные удары. Рука противника будет напряжена, и вы не сможете «повернуть» нож против его владельца! Подобных **ложных техник** встречается немало, поэтому будьте всегда внимательны, изучая приемы той или иной Школы! В противном случае вы рискуете приобрести навыки, которые не имеют никакого отношения к жизни. Помните, что ваша **защита должна быть агрессивной!** Даже защищаясь, нужно атаковать, и это должно стать для вас **правилом**.

### **Защита должна быть агрессивной!!!**

Обязательно используйте техники *универсальной* защиты, *травмирующие* подставки, способы «*натякания на ветвь*», «*остановить быка*» и т. д. Все они подробно описаны в наших первых книгах.

## Глава 13 Рекомендации бойцам других Школ

*О чем нужно узнать, чтобы прекратить изучение рукопашного боя, едва начав?! Стоит ли бросать занятия в других Школах? Всё познается в сравнении! Вопрос ученика о постановке ударов. Сенсационное Открытие в Мире боевых искусств. Техники ШАР для бойцов других Школ. О «слепом» следовании каким-либо Традициям. Роль защитного снаряжения в формировании ложных боевых рефлексов. Двигайтесь в бою, словно никакого защитного снаряжения нет! Несостоявшаяся сенсация (на примере матча-реванша между саньда и кеккусин). «Кто сильнее – слон или кит?» Саньда-ВАН, или КОРОЛИ саньда!!! Кто же такие эти таинственные «ВАНЫ»? Китайские стратагемы и русские поговорки. Об «Иванах, не помнящих родства». «Борцу – не бороться, а боксеру – не бить»?! Система универсальных боевых тестов. Является ли ШАР сектой? Актуальнейший вопрос: «Как и по каким правилам следует состязаться?» «Парадоксальный» ответ ШАР. Боевые медитации (на примере состояния «киборга»). Уловки против бойцов «чётких» Школ. Что делает учеников «слепыми»? Развитие сверхвозможностей. Моделирование предстоящей схватки и управление Будущим. Коррекция боевых техник с учетом принципа «абсолютного превосходства». С какой целью мы даем рекомендации бойцам других Школ. Об истинных и ложных Знаниях! «Сенсационные» заявления китаеведов. Кто и почему обманывает европейцев?!*

Если вы сейчас занимаетесь спортивными или прикладными видами единоборств (например, боксом, борьбой, каратэ, у-шу или рукопашным боем) и уже успели познакомиться с нашими первыми публикациями, то, безусловно, вам будет интересно узнать, как можно использовать Знания ШАР в своей практике?! Подчеркнем, что предлагаемые нами рекомендации будут полезны и всем нашим ученикам, для которых работа в защитном снаряжении и по определенным правилам не менее актуальна!

Вопреки мнению большинства, мы утверждаем, что в боях по правилам (или даже без правил!) победить не так сложно, как это может показаться на первый взгляд. Однако можете ли вы представить, чтобы на ринге или татами какой-нибудь боец вдруг одержал бы победу над более сильным и подготовленным противником! Разве такое возможно?! Ведь целью соревнований как раз и является выявление наиболее подготовленных и сильных бойцов. И что же получается?! Их опыт и навыки не играют совершенно никакой роли?..

Если же говорить о **реальном** боевом искусстве (которое, с практической точки зрения, представляет наибольший интерес для любого человека), то для *гарантированной* победы достаточно знать лишь о сути нашего *Открытия*. В этом случае можно прекратить изучение рукопашного боя, едва начав! В самом деле, *зачем* тратить время

на изучение каких-либо приемов и техник, изнурять себя тяжелейшими тренировками в спортзале в течение многих лет, если победу в реальном бою можно завоевать всего лишь одним быстрым и точным ударом в любую уязвимую зону противника?! *Зачем* изучать какие-либо единоборства, если победа в бою достигается столь легко?!

**Зная суть нашего Открытия можно прекратить  
изучение рукопашного боя, едва начав!!!**

К сожалению, мы не сможем в небольшой главе охватить многих аспектов применения наших боевых техник в других Школах, поэтому кратко рассмотрим лишь наиболее важные рекомендации. Возможно, со временем мы напишем отдельную книгу, в которой расскажем, как человеку, занимающемуся боксом, борьбой, каратэ, у-шу или любым другим видом единоборств, нужно использовать техники Шар-боя.

Нам известны примеры, когда ученики других Школ, лишь теоретически (т. е. только по книге!) познакомились с нашими уникальными техниками и попробовали применить их: достигнутые ими результаты оказались просто ошеломляющими! Они начали уверенно побеждать там, где раньше терпели поражение, однако самое интересное, что не только ученики, но и их тренеры также отмечали неожиданный рост мастерства своих подопечных!

На наш взгляд, все эти случаи прямо указывают на высокую эффективность боевых техник ШАР. Что касается разнообразных приемов, используемых в других Школах, то нельзя забывать о том, что те из них, которые выглядят зрелищными на ринге, вряд ли окажутся столь эффективными в других условиях, ведь любые запреты (или ограничения на применение каких-либо травмирующих техник) формируют ложные рефлекс.

Можно привести еще множество примеров, которые наглядно покажут вам, что в Мире так называемых «классических боевых искусств» не все так благополучно, как это видится многим, и мы намеренно подробно рассказываем обо всех этих вещах, чтобы, занимаясь любыми единоборствами, вы совершенно четко представляли себе, что же скрывается за всей их внешней экзотикой.

Познакомившись с нашими первыми публикациями и высоко оценив их на практике, некоторые спрашивают:

**«Если техники Шар-боя столь эффективны,  
так, может быть, стоит бросить занятия  
в других Школах?»**

Этот вопрос указывает на поверхностное понимание *Суты* нашего Учения, ведь мы не предлагаем никому бросать свои занятия и переходить в нашу Школу; наоборот, мы говорим о том, что вы прекрасно можете заниматься тем, что вам нравится (каратэ, у-шу, фигурным катанием, музыкой, шахматами, рисованием и пр.), и одновременно (!) осваивать **искусство адекватного реагирования**. Более того, занятия в других Школах помогут вам лучше разобраться в том, какие (!) *Знания* предлагаем мы, и вы сможете сравнить их!

Вспоминается, как наши первые ученики из младшей группы, «варясь в собственном соку» и, потому, не представляя себе, как тренируются в других Школах, хотя им об этом подробно рассказывалось, поначалу даже не могли поверить в эффективность всего, чему они научились, и только впоследствии, сталкиваясь уже с бойцами других Школ, начинали подозревать, что здесь что-то не так! Их удивляло: почему бойцы этих Школ совершенно не умели защищаться от многих ударов, используемых в ШАР, в то время как наши ученики с легкостью ускользали от них. Все эти вопросы мы рассмотрим в отдельной книге для детей (под названием «**Непобедимый воин**»), а пока лишь расскажем следующее:

*Один из наших учеников через пару лет интенсивных занятий с удивлением спрашивал: «Я всегда слышал о том, какое большое значение придается **постановке ударов** в других Школах, и что на своих тренировках они уделяют этому немало времени, но как же у меня оказались поставленными ВСЕ УДАРЫ?!» Его действительно заинтересовало, почему он совершенно не заметил, как это произошло. Причем особенно удивительным было то, что он научился выполнять не какие-то определенные удары (как, например, в боксе или в каратэ), а практически любые! Для наглядности он даже продемонстрировал на воздухе серии ударов руками и ногами во все стороны, и все его движения явно указывали на прекрасное владение своим телом и умение наносить сильные и быстрые удары любой частью тела!!!*

Каждое упражнение ШАР оказывает всестороннее воздействие, и даже если ученик не подозревает о том, как влияет на него то или иное упражнение, он все равно приобретает необходимые ему качества.

### Всё познается в сравнении!

Если вы не будете представлять себе, как же все-таки тренируются бойцы других Школ, то вряд ли сможете по достоинству оценить и наши *Знания*. В то же время, если вы уже занимаетесь где-либо, то это пойдет вам на пользу лишь при одном условии, если там бережно относятся к здоровью своих учеников. Ни для кого не секрет, что есть Школы, где чрезвычайно высок травматизм, и хотя уровень бойцов именно этих Школ может оказаться намного выше, чем у других, мы считаем, что подорванное здоровье – слишком большая плата за достигнутое мастерство! Конечно, вы сами делаете свой выбор, но он должен быть *осознанным*; в противном случае вы будете потом горько сожалеть о потерянном здоровье, но изменить уже ничего будет нельзя, а многочисленные застарелые травмы будут постоянно напоминать вам об «ошибках» вашей юности.

Еще одной причиной, по которой мы **не рекомендуем** бросать занятия в других Школах, является реальная возможность проверить свои силы и способности в полноконтактных скоростных боях (или схватках), проводимых исключительно по правилам, т. е. без особого риска серьезно травмироваться самому или травмировать своего соперника.

И, наконец, у большинства наших читателей просто нет иного выбора, ведь филиалов ШАР, нигде, кроме Москвы, к сожалению, пока нет, и неизвестно, появятся ли они в дальнейшем! Для тех же, кто хотел бы изучать ШАР, но по тем или иным причинам не может учиться непосредственно у нас, мы советуем внимательно изучать все наши публикации. Кроме того, со временем многие Школы постепенно сами придут к тем же *Знаниям*, которые мы предлагаем вам сейчас, и скорректируют свои методики подготовки с учетом всего нового, что станет им известно, и в первую очередь – с учетом *Знания* о нашем сенсационном *Открытии*!

Если в какой-либо Школе не будет учитываться наше *Открытие*, то в арсенале их боевых техник так и останутся те многочисленные ложные приемы, на которые они опирались до сих пор, а уровень подготовки их бойцов окажется намного ниже по сравнению с теми, кто уже освоил и начал активно использовать наш **принцип «абсолютного превосходства»!**

Прежде чем мы опишем наши рекомендации для бойцов других Школ, напомним еще раз о неоднозначной (или двойственной) роли защитного снаряжения в виде шлемов, перчаток, жилетов, раковин, накладок:

### **Наличие защитных средств полностью «выключает» боевые рефлексy!**

С одной стороны, защитное снаряжение гарантирует известную безопасность состязательных схваток, но, с другой стороны, у бойцов формируются совершенно ложные боевые рефлексy. Правила спортивных поединков также не способствуют развитию навыков *адекватного реагирования*. Поэтому если вы хотите приобрести реальные (а не спортивные) навыки, то постарайтесь двигаться и действовать так, словно никакого защитного снаряжения на вас нет, а правила поединка могут быть в любой момент нарушены вашим соперником (что, кстати, нередко происходит и в действительности). Все ваши действия в этом случае будут соответствовать требованиям реальной уличной схватки, и вам не придется в дальнейшем переучиваться.

Вам будет интересно узнать об одной «сенсации», которую сравнительно недавно предъявили мировой общественности специалисты по восточным единоборствам. Всем известно, насколько велико стремление обычного человека узнать, кто же сильнее и чья Школа лучше? С незапамятных времен проводятся жесточайшие бои между представителями самых разных Школ и стилей, и если, например, рассматривать европейскую *Традицию*, то еще в *Древнем Мире* культивировались **гладиаторские бои**, нередко оканчивавшиеся смертельным исходом. В наши дни попыткой возродить эту «языческую» *Традицию* стали так называемые «**бои без правил**», которые по своей сути также являются *гладиаторскими*.

Зная о *Сути* нашего сенсационного *Открытия*, вы теперь прекрасно понимаете, что результаты любых подобных состязаний вовсе не говорят о превосходстве одного бойца над другим. Что касается вышеупомянутой «сенсации», то о ней мы узнали практически случайно, когда нам однажды посчастливилось увидеть передачу, посвященную восточным боевым искусствам, где телеведущий (весьма известный дипломированный специалист!) поведал о том, что буквально недавно состоялся **матч-реванш** между бойцами **кёккусин** (Япония) и **саньда** (Китай).

Комментатор торжественно сообщил телезрителям: «Бои между представителями китайских и японских Школ завершились со счетом **5:0** в пользу... (далее последовала долгая и значительная пауза, видимо, чтобы подогреть интерес телезрителей к сенсационному сообщению) ... китайских бойцов!» Вот так! А вы ещё спрашиваете,

кто сильней?! Китайцы или японцы, ушу или каратэ? Неужели до сих пор не знаете?! Но теперь-то всем должно быть ясно, кто лучший в Мире боевых искусств!

Приблизительно такие выводы должен сделать каждый, кто познакомится с итогами соревнований. Самое интересное, что в этой передаче даже показали несколько схваток, проходивших между китайцами и... бойцами из России. Было сказано, что ровно год назад такая же «встреча» состоялась между китайцами и японцами, причем с точно таким же результатом, просто в этот раз кёккусин представляли их последователи из России. Что же мы увидели из предложенных видеоматериалов? Бойцы стиля кёккусин, несмотря на поистине титанические усилия, так ничего и не смогли противопоставить китайцам: представители стиля саньда расправились с ними, как с малыми детьми. Практически все схватки были выиграны китайцами за счет бросковых (!) техник.

Рассказывая о победе китайцев, телекомментатор с еле скрываемой радостью буквально смаковал результаты этой встречи; видимо, ему доставляло особое наслаждение повторять это вновь и вновь. Заметим, что он не говорил о том, будто китайские Школы сильнее... японских! Этот вывод, по идее, должны были сделать сами телезрители! И хотя всем известно, что побеждают не Школы, а – Мастера, в данном случае всё обстоит гораздо сложнее. Чтобы понять это, ответьте сначала на совсем детский вопрос:

### Кто сильнее – «слон» или «кит»?..

Кроме шуток, представьте, если слона бросить в воду, или, наоборот, кита вытащить на сушу! Что произойдет? Непрофессионалам в боевых искусствах (и, как выяснилось, не только им!) кажется, будто матч-реванш между вышеупомянутыми Школами объективно отражает некие реалии рукопашного боя, особенно, если учесть, что комментируют эти «сенсационные» результаты не какие-нибудь дилетанты, а самые настоящие дипломированные и высококвалифицированные специалисты (во всяком случае, так они о себе говорят!).

Вопреки мнению этих горе-специалистов, мы заявляем, что данная «сенсация» является очередной профанацией, и для тех, кто не понимает, о чем идет речь, поясним, что японская Школа кёккусин является одной из самых известных **полноконтактных** Школ каратэ. Ее бойцы принципиально работают без защитного снаряжения, а все их боевые техники изначально рассчитаны на выполнение ударов исключительно голыми

руками или ногами, т. е. без перчаток (а также без шлемов и без жилетов). Более того, по правилам кёккусин, например, **запрещены** любые удары в голову руками, так как они слишком опасны и практически не парируются, но самое главное, что они никогда (!) не работают в боксерских перчатках!!! Они настолько закаляют свое тело набивкой, что способны выдерживать чрезвычайно сильные удары в туловище (не говоря уже об ударах по рукам и ногам).

Как вы понимаете, удары в перчатках, естественно, отличаются от ударов голой рукой, и человек будет испытывать явный дискомфорт оттого, что все те удары, которые были эффективными раньше, стали совершенно бесполезными, ведь теперь нужно нанести десяток ударов вместо одного, чтобы получить тот же результат.

Другая особенность (или специфика) подготовки бойцов кёккусин состоит в том, что они совершенно не умеют бороться! В арсенале их боевых техник вообще **нет бросков**, за исключением тех редких случаев, когда бросок является следствием нанесенного удара, например, боец наносит удар наотмашь в голову с одновременным встречным подсеканием ноги (наподобие «ножниц»).

Таким образом, в кёккусин нет бросковых техник, и потому бойцы этой Школы совершенно **не умеют бороться!!!** Их этому просто не учат! А как вы полагаете, что произойдет, если в состязательной схватке встретятся два человека, один из которых постоянно боролся и работал в перчатках, а второй НИКОГДА (!) этого не делал? Ответ очевиден, но дело даже не в этом. Если бы представители Школы кёккусин дрались **по своим (!)** правилам, то победа досталась бы именно им. Мы уверены, что при одинаковом уровне мастерства победит тот, для кого правила являются более привычными (что и наблюдалось в данном случае, ведь бойцы саньда *спарринговались* по своим правилам).

Представьте, что боксеру, которому предстоит участвовать в состязании, внушают: «Ты ни в коем случае не должен бить кулаками! Это запрещено правилами, и твоя задача – только бороться!» Как вы думаете, чем закончится такой бой? Сможет ли победить боксер в схватке, где не разрешено наносить ударов руками, а можно только бороться, т. е. делать то, чего он в принципе не умеет и чему никогда не учился?! Естественно, наш вопрос – риторический, ведь ответ на него очевиден.

В русской народной *Традиции* есть замечательная поговорка:

**«Не в свои сани – не садись!»**

Запомните её, ведь она, как нельзя лучше, объясняет, *почему* любые подобные состязания изначально лишены смысла. Заметьте, насколько глубоко отражают пословицы и поговорки **Мудрость Жизни!** Если сравнивать их с *Традициями Востока*, то, например, в Китайской культуре получили развитие так называемые «стратагемы» – короткие (в виде афоризмов!) правила поведения в различных ситуациях. Таких *стратагем* известно не более нескольких десятков и все они достаточно подробно описаны в книге немецкого ученого Харро фон Зингера «**Стратагемы. О китайском искусстве жить и выживать. Знаменитые 36 стратагем за три тысячелетия**». Последователи восточных *Учений* весьма *трепетно* относятся к любой информации о культуре и *Традициях Востока*, но что же представляют собой эти загадочные «**стратагемы**»?

Мы утверждаем, что **русские пословицы и поговорки** являются точно такими же *стратагемами*, и это не удивительно, особенно если знать об *Истоках Высших Знаний* на Востоке. Заметим, что все эти «афоризмы» не являются абсолютными, и на каждую *стратагему* можно найти... противоположную (!), что совершенно объяснимо, так как жизнь невозможно втиснуть в искусственные рамки каких-либо канонов или догм. Вспомните хорошо известные русские поговорки-антагонисты! Эти поговорки, казалось бы, противоречат друг другу, но их смысл в том и состоит, чтобы дать людям истинное представление о *многогранности* нашей жизни.

Кстати, после той «исторической встречи» китайские специалисты по боевым искусствам (вместе с их многочисленными сторонниками) совершенно неожиданно (?) успокоились. «Вот видите! – заявили они последователям кёккусин. – Теперь всё ясно, и вам нужно менять свои несовершенные правила!» А теперь читайте внимательно! Своих бойцов они с гордостью называют... «САНЬДА-ВАН», или – КОРОЛИ САНЬДА!!! Поясним, что на Востоке приставка «Ван» означает «почитаемый», «уважаемый». Однако кто такие ВАНЫ в восточной *Традиции*? Откуда взялось у них столь трепетное отношение к слову, которое для любого русского человека хорошо известно?

### **Кем были Ваны в восточной Традиции?!**

Ответ на наш вопрос можно получить, если познакомиться с подлинной (!) *Историей* Великой арийской Цивилизации, именно с **настоящей Историей**, а не с той – вымышленной, искаженной и приукрашенной, которую предлагают «классические» ис-

торики. В «языческой Руси» **Ваня** (или **Иван**) – это, пожалуй, одно из самых популярных имен!

Русский народ, как и все европейские народы, является одним из **древнейших** арийских этносов, сохранивших «генетическую» *Память* о своем былом *Величии*. Как вы уже знаете, речь идет о «доязыческой» *Истории Человечества*, и в связи с этим (не оскорбляя чьих-либо национальных чувств!) стоит еще раз упомянуть об «**Иванах, не помнящих родства!**». До тех пор, пока РУССКИЙ НАРОД не будет знать и чтить свою *Славную Историю* и своих *Великих Предков*, его будут обманывать, обкрадывать, пинать при каждом удобном случае и буквально вытирать об него ноги!!! Кстати, то же самое относится и ко всем *славянским* народам, «забывшим» о своем космическом происхождении!

Однако вернемся к теме сравнительного испытания мастерства. Чтобы вы смогли лучше разобраться, *почему* бои между последователями саньда и кёккусин, как и между любыми другими Школами боевых искусств, абсолютно неправомерны, вообразите схватку между боксером и борцом, которая проводится по совершенно неадекватным правилам – боксер не должен бить руками (и ему разрешено лишь... бороться), или, наоборот, борцу – запрещено бороться (но можно бить)!!! Нет никаких сомнений, что преимущество будет у того бойца, который умеет делать то, что разрешено, и если именно этому он учился на протяжении многих лет, то совершенно бессмысленно с ним состязаться в ЭТОМ! Однако неужели дипломированные специалисты и эксперты в области боевых искусств **не понимают** этого?! Неужели они **не видят**, что происходит на самом деле?! Какие же они тогда **специалисты?!**

Причины столь поразительной «слепоты» легко объясняются тем немаловажным обстоятельством, что эти люди сами учились по восточным методикам и, как результат, слепо верят в то, чему их учили. Они уже не способны взглянуть на эти вещи непредвзято, а следовательно – объективно!

Когда-то вся мировая общественность была заинтригована сенсационным сообщением о том, что скоро состоится бой без правил (!) между чемпионом Мира по боксу и чемпионом Мира по борьбе. Всем было интересно узнать, чем же закончится подобный поединок! Бой между чемпионами оказался весьма своеобразным, так как борец с самого начала схватки бросился на ковер и не подпускал к себе своего противника ни на шаг, а боксер в свою очередь побоялся подойти к борцу на ближнюю дистанцию. Как утверждает народная молва, встреча так и закончилась ничем: боксер не рискнул

приблизиться к лежащему борцу, а борец не поднимался с ковра, чтобы боксер не нокаутировал его!

В наши дни подобные схватки уже не являются чем-то исключительным, однако побеждают в них, как правило, именно борцы, которые, не ввязываясь ни в какой обмен ударами, с самого начала стараются схватить противника за ноги и повалить его, чтобы потом провести болевой прием и, в результате, одержать чистую победу. Опыт подобных «боев без правил» показал, что преимущество оказывается у тех, кто в совершенстве владеет прежде всего борцовскими техниками!

В своей первой книге мы уже раскрывали причины таких сокрушительных побед, а также объясняли, *почему* эти победы не имеют никакого отношения к реальной жизни. По нашему мнению, подобные поединки между бойцами разных Школ не являются объективным тестом, указывающим на уровень мастерства, который необходим в бою по-настоящему без правил! Но как же все-таки быть? Как состязаться бойцам разных Школ между собой?!

### **Существуют ли какие-нибудь универсальные тесты для оценки уровня мастерства?**

Мы утверждаем, что **существуют** и предлагаем свою **систему универсальных боевых тестов**. *Боевые тесты* ШАР, которые мы разработали для своих учеников, позволяют оперативно (и, главное, абсолютно безопасно!) оценить уровень мастерства бойца любой Школы или стиля! Для тех же, кто хотел бы познакомиться с нашими тестами уже сейчас, не дожидаясь выхода следующей книги, подскажем, что некоторые из них (если вы, конечно, внимательно изучали наши публикации) вам хорошо известны. Более того, вы самостоятельно можете найти и использовать их в своей практике!

Теперь рассмотрим еще один важный вопрос, который будет интересен каждому человеку, приступающему к изучению ШАР.

Однажды тренировку детской группы по рукопашному бою ШАР посетила представитель из администрации **Центра внешкольного развития (ЦВР) «Синегория»**, на базе которого мы ведем свои занятия уже более десяти лет. Ей было интересно узнать, *почему* у нас дети занимаются по несколько лет, в то время как в других секциях дети занимаются год-два, ну, от силы – три, после чего бросают их? В чем причина столь необъяснимого (по нынешним меркам) «долгожительства» детей в одной секции?! Может быть, ШАР – это СЕКТА?! Тогда было бы все понятно, ведь именно в

*сектах* используются специальные методы «промывания мозгов», после чего *сектанты* теряют всякую *адекватность* поведения и тупо следуют любым указаниям своих так называемых «Гуру», «Учителей» и пр.

Кстати, с точки зрения этимологии ШАР, слово «тупо» в обратном прочтении звучит как «опут» (т. е. **опутывать!**). Войдя однажды в какую-либо *секту*, человек уже не может самостоятельно порвать с ней, и ему необходима специальная помощь, чтобы *освободиться* от навязанных ему *ложных* жизненных целей, асоциальных *стереотипов* поведения и многого другого. *Секты* отличаются прежде всего стремлением всеми правдами и неправдами заманить человека в свою среду, играя с этой целью на любых его чувствах или жизненных обстоятельствах (например, возрастные кризисы, неурядицы в семье, проблемы со здоровьем, потеря работы и пр.).

### **Неужели ли ШАР – это секта?!**

Мы уже рассказывали, что наша Школа открыта для любого человека (независимо от его пола, возраста, национальности, религиозного вероисповедания), которому близки идеи духовного и физического совершенствования, получившие распространение именно в европейской *Традиции*.

Своим ученикам мы говорим:

**«Если Учение ШАР мешает вам жить, то...  
отбросьте наше Учение!!!»**

Вряд ли мы стали бы так говорить, если бы хотели *привязать* своих учеников!

Посмотрев нашу тренировку от начала до конца, наша гостья поняла, в чем причина такой увлеченности детей, но решила поинтересоваться их собственным мнением. Отвечая на ее вопрос, ребята рассказали, что на занятиях они изучают техники и упражнения, которые, по их мнению, необходимы в реальной жизни! Более того, они понимают, что это действительно уникальные *Знания*, которых нет в других Школах, в чем они уже имели возможность убедиться, общаясь со своими сверстниками, которые тренируются в секциях каратэ, у-шу, рукопашного боя, бокса, борьбы и др. Но самое главное, здесь им по-настоящему интересно, так как их не заставляют делать то, что им не нравится, и на тренировках всегда царит атмосфера доброжелательности, взаимопонимания и творчества.

Услышав столь взрослый ответ, наша гостья решила спровоцировать детей и предложила: «Вот вы считаете свою Школу самой лучшей, а давайте устроим соревнования между вами и самбистами! Заодно и проверим, кто сильнее!» (поясним, что в Центре «Синегория» занимались и представители других Школ, в том числе, ученики секции самбо). Она, вероятно, не представляла себе, что в нашей Школе нет абсолютно никаких правил, ведь именно поэтому мы ни с кем не соревнуемся. И здесь нас порадовали наши ученики, которые дружно воскликнули: «Давайте! Давайте! Мы «ЗА»! Только они пусть соревнуются по своим правилам, а мы – по своим!!!»

**Пусть они ведут бой по своим правилам,  
а наши ученики – по своим!!!**

Вот – действительно *адекватный* ответ! Пусть самбисты ведут бой так, как их учили, а бойцы ШАР будут применять всё, чем владеют они! Теперь подумайте, кто сможет победить в таком бою?.. Одни будут только бороться, а другие – бить кулаками, локтями, коленями, головой, хватать за волосы, ломать пальцы, использовать *боевые* броски и т. д. Кто же победит в таком бою и на чьей стороне будет явное преимущество? Совершенно очевидно, что исход такой схватки предрешен заранее, и не надо быть семи пядей во лбу, чтобы догадаться, чем могут закончиться подобные «соревнования»! А ведь жизнь и здоровье человека являются *Высшими ценностями*, и никакие (даже самые веские) аргументы не могут оправдать возможного травматизма. Побеждать же, естественно, будут те бойцы, у которых арсенал техник более приспособлен к уличной драке.

Рекомендации, которые мы предлагаем бойцам других Школ, представляют интерес не только для них, но и для тех, кто стремится серьезно изучить ИСКУССТВО РЕАЛЬНОГО БОЯ. К сожалению, не у всех занимающихся боевыми искусствами имеется возможность заниматься по «чужим» методикам (в данном случае по методикам ШАР), поэтому часть наших рекомендаций будет относиться к так называемой *невидимой работе*, когда, тренируясь даже по методикам другой Школы, вы незаметно *вплетае* в нее элементы наших боевых техник. Подробнее об этом вы можете прочитать в главе, посвященной *невидимой* (или *скрытой*) тренировке.

**Для победы в спортивно-состязательных поединках  
необходимо использовать техники Шар-боя!**

Человек, который овладел ими, будет иметь явное преимущество по сравнению с теми, кто не тренировался соответствующим образом. Для борцов, например, чрезвычайно эффективными будут занятия в лесу, где, работая со стволами деревьев, они смогут приобрести не только невиданные силу и крепость, но и ценнейшие навыки *валки* противника практически в любую сторону, т. е. вопреки (!) *законам биомеханики*. Подобных примеров можно привести немало, и все они наглядно покажут вам, какие неисчерпаемые возможности для профессионального роста и самосовершенствования появляется у бойца любой Школы или стиля, если он берет на вооружение наши техники.

Успешно можно использовать и **боевые медитативные практики ШАР**: состояние «киборга», «золотую горошину», «лунный свет», «готовый результат», чувство «слепка» и др. Все они подробно описаны в наших первых книгах. Владение вышеперечисленными состояниями позволяет развить настоящие *сверхспособности*, и в качестве иллюстрирующего (и практически полезного для бойца любой Школы) примера мы рассмотрим **состояние «киборга»**.

Вы уже знаете, что человек является существом *программируемым*. Как мы уже показывали, развитие всего живого происходит по определенным «программам», заложенным как на *генетическом*, так и на *духовно-энергетическом* уровнях. С помощью описываемых нами техник и упражнений («глаза киборга», «лучевые» движения, «бег киборга», «память киборга» и многое другое) любой человек способен быстро и самостоятельно входить в *состояние «киборга»*. Человеку, занимающемуся единоборствами, это состояние дает очень многое: *сверхскорость*, *сверхсилу*, *сверхреакцию*, *нечувствительность* к боли, абсолютное *самообладание*, физическую *неуязвимость* и т. д.

Таким образом, *боевые медитации ШАР* раскрывают поистине удивительные *сверхвозможности*, развитие которых и использование в жизни мы считаем одной из важнейших задач эволюции человека!

Рассмотрим теперь некоторые простейшие техники Шар-боя, с помощью которых вы научитесь обманывать своего противника, используя те ложные рефлексы, которые сформировались у него при занятиях другими видами единоборств. Техники подавляющего большинства Школ каратэ, у-шу, таэквондо и др. являются «четкими», так как обучают своих последователей «канонизированным» (проще говоря, заучиваемым!)

приемам. Для победы над соперником, использующим заученные до *автоматизма* движения, желательно использовать особые техники ШАР – «уловки против бойцов "четких" Школ»!

Представьте, как будет защищаться каратист от ударов человека, который владеет «нечеткими» движениями. Любые заученные (т. е. «четкие») движения тотчас перестанут «работать», и последователь каратэ окажется на удивление всем совершенно беспомощным. Подчеркнем, что практически любая техника ШАР может служить **основой** для построения подобных уловок, поэтому если вы тренируетесь сейчас в одной из «четких» Школ, то, используя наши боевые техники, сможете уверенно побеждать тех бойцов, которые пользуются *заученными* приемами и движениями.

В Школах, где обучение основано на *многократном* и *бездумном* повторении одного и того же действия (например, удара или блока), ученики становятся по-настоящему «слепыми» (перед той реальностью, с которой они столкнутся впоследствии), ведь в жизни многое будет по-другому. Заученные боевые техники не «сработают» так, как это обычно происходило в условиях спортивного зала.

Для победы над сильным и более подготовленным противником необходимо обладать особыми *сверхвозможностями*, развитию которых у нас будет посвящена отдельная книга, где речь пойдет о приобретении боевых качеств с приставкой «сверх»! Используя предлагаемые нами способы развития *сверхсилы*, *сверхскорости*, *сверхточности*, *сверхреакции*, *сверхпамяти* и др., вы сможете быстро овладеть ими, а это обеспечит вам явное преимущество над бойцом, который никогда не тренировался по нашим методикам и не знаком с ними.

Важнейшим (и совершенно незаменимым!) способом подготовки к любым предстоящим состязаниям является *моделирование будущей схватки*. Подчеркнем, что указанная *интуитивная* практика на самом деле выполняется человеком *неосознанно* (или, как говорят, на *подсознательном* уровне). Вспомните, как вы мысленно «проигрывали» во всех деталях и подробностях свои предстоящие действия, и в дальнейшем это помогло вам во время реального поединка. Психологи назвали это свойство человеческой психики «**внутренним монологом (или диалогом)**», тогда как правильнее это назвать «**внутренним видео**», а если еще точнее, то – **мысленным моделированием!**

*Моделирование* желательно практиковать, например, при работе с «*Нитью Жизни*», которую можно «просматривать», как вы уже знаете, не только в *Прошлом*, но и как бы вперед, устремляясь в *Будущее*. Для этого попробуйте в комфортной и спокойной обстановке, где вам никто не сможет помешать, расслабиться и, закрыв глаза, вооб-

разить предстоящее состязание (поединок или схватку) во всех подробностях. Вы должны *увидеть* место, где будет проводиться бой (ринг, ковер или татами), *услышать* ревущий зал, но, самое главное (!), вы должны *почувствовать*, как это будет происходить. При этом вы можете даже испытать некоторое волнение и неуверенность в своих силах и возможностях, однако скоро убедитесь, что при мысленном представлении своего будущего поединка все негативные ощущения уступают место другим чувствам – уверенности в себе и своих силах, и даже *Знанию Будущего!!!*

Вы словно начинаете «видеть» сквозь *Время*, и это чувство не передать обычными словами, настолько оно необычно. Примечательно, что, увидев Будущее, вы получаете возможность **управлять** им. Добавим также, что моделирование будущих событий можно (и даже желательно!) проводить, используя *просоночное* состояние.

Давая рекомендации бойцам других Школ, мы хотим особо подчеркнуть чрезвычайную важность **коррекции** их боевых техник **с учетом принципа «абсолютного превосходства»!** В противном случае вами будут нарабатываться совершенно ложные боевые техники, которые в реальной ситуации окажут вам поистине медвежью услугу. Заметим, что учет нашего *Открытия* исторически неизбежен, и постепенно Мастера и последователи других Школ должны подойти к пониманию этих чрезвычайно важных реалий.

На самом примитивном уровне учет принципа *«быстрого касания»* должен состоять в том, чтобы вы учились парировать удары или захваты, которые начинаются за пределами известной вам теперь дистанции. Если наработка боевых техник ведется на более близкой дистанции, то можете считать, что тратите время напрасно.

Уважаемые читатели, мы познакомим вас с **рекомендациями**, которые помогут вам, **не бросая** своих занятий в других Школах, **включать** в свой тренировочный процесс уникальные техники и упражнения ШАР. Подчеркнем, что сам факт появления этих рекомендаций недвусмысленно показывает на наше искреннее желание помочь вам в достижении *Высшего Мастерства*. Однако можете ли вы себе представить, чтобы Учителя у-шу или каратэ стали рекомендовать бойцам **других (!) Школ свои (!) боевые** техники или методики тренировок?! Никому и в голову не придет подобное, ведь основная цель большинства известных современных Школ отобрать учеников именно под себя. Чужие Школы могут их интересовать лишь с точки зрения конкуренции или заимствования техник и упражнений, но не более того!

**Цель наших публикаций** не в том, чтобы «переманить» к себе учеников других Школ, как ошибочно считают некоторые, а в том, чтобы вооружить наших читателей

теми *Знаниями*, которые помогут на бесконечном *Пути* самосовершенствования и самопознания. Кроме того, наши рекомендации будут полезны и нашим *прямым* ученикам, которые также учатся работать в защитном снаряжении и по правилам. Как вы уже знаете, цель таких занятий - избежать травматизма при наработке скоростных контактных техник.

Публикуя свои первые материалы, мы не сомневались, что найдутся «знатоки», которые авторитетно заявят, будто на Востоке все эти *Знания* давным-давно известны, и восточные Мастера и Учителя просто тщательно скрывали *Истину* от европейцев, и что будто бы именно для этого ими были созданы сотни Школ и стилей. По мнению этих «знатоков», в течение сотен лет европейцев водили за нос, вешали им лапшу на уши, а ведь наивные люди платили и платят немалые деньги за то, чтобы только прикоснуться к древним *Традициям* Востока. Об этом в частности пишет известный китаевед А. А. Маслов в своей книге «**Тайный код китайского кунфу**» (изд-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 2006). Делая подобные заявления, востоковеды кидают даже не камень, а настоящий булыжник в «огород» всех китайских Школ и *Учений*. Неужели китайские Мастера с самого начала обманывали европейцев?! Если это так, то за такое, ну... в общем, вы знаете, что бывает!!!

Так неужели китайцы намеренно ввали своим европейским ученикам, когда создавали бесчисленное множество Школ и стилей боевых искусств?! Конечно же, нет! Они действительно скрывали «крупницы» тех *Знаний*, которые были сохранены в их *Традиции*. Однако именно европейцы, являясь прямыми потомками *Пришельцев* из Космоса, способны понять и разобраться в том *Наследии*, которое они оставили на Востоке. Европейские ученые расшифровывают то, что, казалось бы, понять по прошествии многих тысяч лет уже практически невозможно, и в качестве примера можно напомнить открытие, сделанное немецким ученым Мартином Шонбергером в 1973 году, расшифровавшим китайскую «*Книгу Перемен*», которую традиционно использовали в качестве гадательной.

## РЕКОМЕНДАЦИИ БОКСЕРАМ

*Краткий исторический экскурс. Основа боевого мастерства – естественные рефлексy! Боль как ключ к сверхвозможностям! Судейская «слепота» и ее последствия. Противодействие «грязному» бойцу. «Парадоксальные» способы тренировок в ШАР. Медленная наработка боевых техник. Рациональность боевых движений. Лобовые атаки. Тренировка вестибулярного аппарата («живой волчок», «змеевидные» движения головой, упражнение «голова на привязи» и др.). «Множественные» удары и защиты. Развитие вариативности боевых движений. Привыкание к ударам в перчатках. Удары «быстрей-быстрей». Комбинирование напряженных и расслабленных ударов. Техники «небесного воина». «Облачные» движения в боксе. «Слепые» удары и защиты. Рука в перчатке – медленней. Программирование противника. Отличия между финтами и... обманными ударами! Размашистые удары с учетом «внутренней наковальни». Удары «сильней-сильней» и чувство ярости. Нокаутируем, не глядя! «Стекланный подбородок». Противодействие акцентированным ударам. Манеры передвижений и их комбинирование. Бои в перчатках на касания?! Принцип «игры». «Танец вокруг застывшей формы» и построение иллюзий восприятия. «Скользкие» удары и защиты. Использование травмирующих подставок. Синхронность – ключ к неуязвимости бойца! Как встречными ударами разрушить планы противника. Примеры боевых уловок. Когда невозможное становится возможным?! Техники «сужения» и «расширения» сознания. Развитие сверхвыносливости. Тренировка устойчивости к нокаутирующим ударам. Как правильно использовать боксерские снаряды. Специальные медитативные практики.*

Боевые искусства Европы (бокс, борьба, фехтование и др.) ценятся нами вовсе не случайно, и если говорить даже только о Школах бокса, то их последователи владеют сильными и быстрыми ударами, способны уворачиваться от неожиданных атак в голову и туловище, прекрасно чувствуют дистанцию и могут «держатъ» даже мощные удары. При этом боксерские поединки сравнительно безопасны, хотя данное обстоятельство справедливо лишь до определенного возраста, по достижении которого сила и резкость ударов становятся такими сокрушительными, что могут причинить непоправимый ущерб здоровью.

В ШАР мы учитываем все эти нюансы, поэтому у нас методы тренировок с использованием боксерских перчаток у детей и у взрослых значительно отличаются! Наши младшие ученики (а это, как правило, дети не старше среднего школьного возраста) еще не обладают достаточной силой и резкостью, чтобы *нокаутировать* своего соперника, поэтому бои между ними не так опасны, как, например, у взрослых. Для взрослых же учеников мы *скорректировали* свои методики с учетом риска пропустить

в бою далеко не такие безопасные удары. Что касается детей, то именно в этом возрасте у них есть реальная (и столь редкая) возможность научиться многим важнейшим техникам без серьезных травм.

Прежде чем мы рассмотрим практические рекомендации для боксеров, покажем, что искусство кулачного боя и борьбы намного древнее, чем многие себе представляют:

### **История европейского кулачного боя теряется в глубинах тысячелетий!**

Естественно, что речь идет не об истории классического английского бокса, которая в настоящее время изучена сравнительно хорошо. Мы говорим о древнейшей состязательной *Традиции* арийских этносов, устраивавших кулачные бои для выявления самых лучших, и этим бойцам воздавали славу и почести. *Олимпийские Игры* стали одной из священных *Традиций*, глубоко почитаемых у всех европейских народов. Победители на *Олимпийских Играх* становились национальными *героями* и *кумирами* для молодежи, тем более что греки (или эллины, как называли себя жители Эллады) были убеждены, что *Традиция* физических состязаний была основана еще в незапамятные времена самими *Богами*!

Если совершить небольшой исторический экскурс, то можно узнать, что *Олимпийские игры* зародились на горе *Олимп* в *Северной Греции* (в области Фессалия). Как утверждают археологи, во втором тысячелетии до н. э. (а мы считаем, что гораздо раньше!) там произошла какая-то природная (наше мнение – ядерная!) *Катастрофа*, разрушившая и уничтожившая все (!) местные поселения. Примечательно, что эти поселения были в наши дни обнаружены под толстым (полутораметровым!!!) слоем речного (?) песка.

«Что это была за таинственная Катастрофа?! Когда и почему она произошла именно там?!» – ответить на эти вопросы достоверно уже никто, наверное, не сможет, и, тем не менее, в одной из наших следующих книг мы попробуем детально разобраться в этом и предложим свою «версию» произошедшего. Отметим лишь, что именно *Боги* (точнее – те, кого называли *Богами*!) принесли культ **физического и духовного совершенствования** на земли Древнего Египта, Эллады и других государств. Этот культ был теснейшим образом связан с использованием особых физических упражнений, которые и получили в дальнейшем название – «*физическая культура*».

С точки зрения «некорректной» этимологии ШАР, слово «**культура**» означает «**культ "Ра"**» (со всеми вытекающими выводами). Культ «Ра» – это древнеарийский культ Солнца, Силы, Знания, Власти и т. д.

В небольшой главе мы не сможем подробно описать рекомендации для учеников других Школ, так как данная тема слишком обширна, поэтому в дальнейшем мы планируем подготовить отдельные (и достаточно полные!) материалы, посвященные конкретным видам единоборств. Однако вы убедитесь, что даже этих материалов вам будет более чем достаточно, особенно на первых этапах изучения ШАР.

Бокс является прекрасной Школой, которая вооружает своих последователей навыками, сохраняющимися на протяжении всей жизни человека, благодаря тому, что в основе подготовки боксеров (как и борцов) лежат *естественные рефлекс*ы. Когда боксер выходит на ринг, то он оказывается в условиях, где реагирование на действия противника происходит на уровне *рефлекс*ов, и в этом состоит один из важнейших **секретов** эффективности подготовки в боксе.

Нам известны многочисленные случаи, когда люди, занимавшиеся боксом едва ли не в далеком детстве, смогли быстро и неожиданно для всех (и для самих себя!) справиться с уличными хулиганами. И отсюда следует однозначный вывод:

### **Основа настоящего боевого Мастерства – естественные рефлексы!**

Именно эти *рефлекс*ы сохраняются на протяжении всей жизни и помогают человеку в любых критических ситуациях! Как же происходит формирование подобных *рефлекс*ов при занятиях боксом? На ринге боксер никогда не задумывается, как защищаться от каких-либо ударов (у него просто нет на это времени!), он пытается инстинктивно уворачиваться от любых атак и тотчас переходит в контрнападение, так как прекрасно понимает, что **лучшая защита – это нападение!**

Заметим, что понятие «инстинктивно» означает, прежде всего, – *рефлекторно*, ведь если боксеру не удастся вовремя увернуться, то он пропустит очень болезненные удары. Как результат, его *боевые рефлекс*ы тотчас «пробуждаются», причем боль является настоящим **ключом** к активизации *сверхвозможностей* человека.

### **Боль – ключ к сверхвозможностям человека!**

Изучая ШАР, вы должны знать, что на самом деле *ключом к сверхвозможностям* являются любые ощущения, которые испытывает человек, и подробно все эти важнейшие вопросы мы рассмотрим чуть позже.

Важнейшая цель занятий спортивными единоборствами – это участие в соревнованиях. Обратите внимание, что они проводятся под строгим контролем беспристрастных (!) судей, и, казалось бы, здесь не может быть ничего, что вызовет нарекания. Тем не менее, мы наблюдаем многие состязания по боксу (причем мирового уровня!), во время которых отдельные бойцы совершенно открыто нарушают правила боя и за счет этого... побеждают?! Хотя, по нашему мнению, их надо было бы, как минимум, дисквалифицировать, а результаты подобных «побед» не признавать!

На ринге довольно часто происходят просто вопиющие «безобразия». Например, один из соперников, нанося серию боковых ударов в голову, часть из них выполняет... **открытой перчаткой!!!** Для дилетантов поясним, что это удары практически основанием ладони, которые **категорически запрещены** в боксе!!! Одного такого удара достаточно, чтобы «уложить» соперника (или «послать» его в нокаут). Если же учесть, что «грязные» удары наносятся, прежде всего, в голову, то можно представить, какой непоправимый вред причиняется здоровью спортсменов.

### **Почему же судьи не видят столь грубых нарушений?!**

Почему они немедленно не останавливают схватку, когда один из бойцов явно нарушает правила?! В чем причина столь странной «слепоты» судей? И здесь важно не только то, чтобы «грязному» бойцу было сделано строгое предупреждение о дисквалификации и снятии с соревнований. Прежде всего, необходимо учесть тот факт, что после удара открытой перчаткой (или основанием ладони) боксер еще долго не может прийти в себя (т. е. восстановиться), так как находится в состоянии – если не *нокаута*, то уж точно *нокдауна*, а ведь именно это обстоятельство и позволяет «грязному» бойцу одержать окончательную победу. Отметим, что «грязные» техники используют также бойцы и многих других Школ (борьбы, каратэ, кикбоксинга, муай-тай и пр.), о чем мы еще расскажем на конкретных примерах.

Почему же судьи не замечают эти далеко не безобидные «ошибки» некоторых бойцов на ринге?! В наши дни с помощью видеозаписей (причем даже с разных ракурсов!) можно рассмотреть любые спорные эпизоды схваток и принять решение о дисквалификации «грязных» бойцов с обязательным аннулированием результатов их поедин-

ков! Иногда можно увидеть даже исцарапанные части тела бойца (лицо, плечи и спина!), словно на руках у боксеров надеты вовсе не перчатки, а... острые когти.

### **Как же такое могло произойти в бою по правилам?!**

Вот вопрос, который стоит задать судьям. Или другой вопиющий пример: мы видим боксерский поединок, в котором один из бойцов, проигрывая по технике и уровню мастерства, вдруг захватывает своего соперника за шею (!), а второй рукой бьет его в голову. Представляете?! Чем не сцена уличной драки, а ведь это – БОКС?! Разве боксерские поединки стали проводиться без правил?!

Совершенно очевидно, что «кто-то» сознательно (!) не замечает запрещенных действий бойцов, в противном случае можно говорить о полной *некомпетентности* судей, которые не видят (или не хотят увидеть?) столь грубых нарушений. Подобные спортивные поединки транслируются чуть ли не по всем мировым телеканалам!.. Таких примеров можно привести множество, и все они наглядно покажут вам, что никакого объективного судейства, которое бы оберегало участников соревнований от беспредела, не существует! Грубейшие нарушения можно встретить практически везде, даже на всемирно известных чемпионатах. Что можно посоветовать бойцам, против которых практически открыто используются запрещенные приемы?.. Как вести себя в этих случаях?..

Во-первых, за этим должны, в первую очередь, следить те, кто представляет ваши интересы, ведь именно на них лежит ответственность за соблюдение правил и условий проведения боев, в которых участвуете вы!

Во-вторых, будьте особенно внимательными к тем, кто уже «засветился» раньше в использовании запрещенных техник. Манеры поведения потенциальных противников изучаются по видеозаписям, и если ваш будущий соперник использует «грязные» техники, то он заслуживает соответствующего к себе отношения.

### **Как наказать «грязного» бойца?!.**

Неужели вести себя также?!

Ни в коем случае! Ведь если вы будете применять запрещенные приемы, то сами окажетесь среди числа *тех*, кто на самом деле не достоин заниматься спортивными

единоборствами. Добавим, что «**грязных**» **бойцов** мы будем называть «**илотами**», или «**теми, кто от ила**», т.е. «**от земли**».

**«Илоты» – те, кто использует «грязные» или  
запрещенные приемы и техники!**

Побеждать нужно **честно**, и это – одно из важнейших условий всех **древнеарийских** состязаний. Кстати, слово «**честность**» мы расшифровываем как «**чист(ое)**», где «**ность**» означает «**носить**».

**«Честный» – это «чистый»!**

Поэтому используйте только *то*, что разрешено правилами, например, постарайтесь **нокаутировать** своего противника. Поверьте, он заслуживает этого!!! И глубокий *нокаут* будет лучшим наказанием для него, причем с далеко идущими последствиями. Можете также использовать «**удары ярости**», с помощью которых вы покажете «грязному» бойцу, что готовы растерзать его прямо на ринге.

Однако вернемся к основной теме.

Сначала вы будете учиться **Осознанности** при выполнении боксерских техник, а достигается это, в том числе, с помощью **медленной наработки!!!**

Многие вообще не понимают, *как* «медленные движения» могут помочь в наработке *высокоскоростных* ударов и защит?! Подобное непонимание встречается не только у боксеров! Представители практически всех контактных Школ считают абсолютно бесполезными какие-либо медленные движения применительно к реальному бою. И, тем не менее, мы предлагаем вам попробовать вести бой... **медленно!** Да, да, не удивляйтесь, именно *медленно!*

Учитесь выполнять удары, нырки, передвижения с невысокой скоростью, что поначалу покажется вам весьма странным и неестественным. Вы даже перестанете понимать, что происходит на самом деле, и, как результат, чувство *необычности* происходящего может помешать вам *адекватно* реагировать на атаки напарника. При всем этом важно, чтобы вы не считали свои занятия по методикам ШАР лишь пустой игрой (или баловством), иначе будет упущено самое главное.

Старайтесь выполнять любые медленные удары так же, как если бы вы делали их на высокой скорости. Если вы будете тренироваться правильно, то осознаете, что, на

самом деле, медленные бои в перчатках ничем не отличаются от реальных скоростных поединков. Более того, вы сможете по-настоящему оценить многие преимущества подобных «парадоксальных» техник ШАР. Вы начнете *осознавать* все, что с вами происходит, и тогда сможете реагировать на самые «неожиданные» удары напарника. Причиной вашего успешного реагирования будет именно низкая скорость проводимых атак. Самое интересное, что *рефлексы*, которые при этом нарабатываются, будут точно также работать и на *сверхскоростях*, в чем легко убедиться, если перейти в дальнейшем на повышенные скорости ударов.

Другой важнейшей особенностью подобных тренировок является их АБСОЛЮТНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ, ведь скорость ударов настолько мала, что даже если кто-либо из вас и не успеет вовремя среагировать, то ничего страшного не произойдет. В крайнем случае, ваш напарник всего лишь мягко толкнет вас своей перчаткой. Учитывая это обстоятельство, даже пожилые люди (!) могут вести бой в перчатках и не навредить своему здоровью. Более того, подобные занятия принесут им исключительную пользу, ведь медленные *естественные* движения являются одной из важнейших укрепляющих гимнастик.

*Освобождение* от страха поможет вам по-настоящему *раскрепоститься* и, как результат, *уверенней* почувствовать себя в дальнейшем (уже на ринге!). Во время занятий вы совершенно не будете испытывать страха, что поможет вам *адекватно* реагировать на любые атаки. В дальнейшем, как мы уже говорили, вы убедитесь, что приобретенные вами *навыки* будут эффективны не только на медленной скорости, но и на чрезвычайно высоких скоростях.

Отметим, что все предлагаемые нами методы, скорее, напоминают некую игру, где многое выглядит, на первый взгляд, совершенно несерьезным. Но так ли это на самом деле? Со стороны кажется, будто вы *играете* друг с другом, однако в этом и состоит особая сложность, ведь поразить атакуемую цель нужно на медленной скорости, а это совсем нелегко, так как вы оба видите происходящее. Соперник пытается сделать все, чтобы помешать вам. Поразить цель на медленной скорости кажется невозможным, и, тем не менее, ваш личный опыт скоро начнет вас удивлять, ведь даже на медленной скорости у вас вдруг всё начнет получаться! Пробуйте в дальнейшем намеренно снижать скорость своих движений еще в большей степени и также пытайтесь парировать более скоростные атаки напарника. Сначала у вас не совсем будет это получаться, однако со временем вы увидите, что даже такие «фокусы» станут успешными.

Успех здесь полностью зависит от *рациональности* ваших движений, ведь, чтобы успевать реагировать на быстрые удары, необходимо защищаться правильно. Например, если для защиты живота вы опустите обе руки вниз, то, скорее всего, не успеете отбить удар в голову, или, наоборот, подняв руки слишком высоко, не успеете защитить свой живот. *Рациональность* боевых движений состоит в том, чтобы не оставлять без защиты ни одну из возможных зон для атаки. Это обеспечивается *непрерывной* и одновременно *рациональной* работой рук, причем такие движения мы называем «**облачными**» (подчеркнем, что речь идет лишь об одной из многочисленных разновидностей «*облачных движений*» в нашей *Традиции*).

Другим преимуществом *медленной* наработки является **экономия сил**, ведь вы не расходуете свою энергию понапрасну, а, наоборот, *накапливаете* ее, обеспечивая постепенное восстановление и укрепление здоровья. Это происходит потому, что вы не совершаете каких-либо скоростных или силовых (т. е. напряженных) движений, не совершаете никакой работы в ее обычном понимании; вы абсолютно *расслаблены* и *пластичны*, а все ваши действия основаны на *естественных* движениях!

Одновременно вы учитесь необыкновенной **вариативности** боевых движений, так как при медленной наработке вы откроете для себя удивительное множество самых разнообразных способов противодействия любым атакам. Мы называем это «*множественными*» *защитами*, и точно также освоите техники «*множественных*» *атак*. Например, когда вы наносите *прямой* удар в голову, то можете сделать это разными способами: с шагом вперед, или, наоборот, отступая назад; резко отдергивая руку или, наоборот, проталкивая в цель; *вибрируя* в конечной фазе удара или обращая свой кулак в «камень»; направляя *вектор атаки* под разными углами к цели или выбирая определенный участок зоны поражения; атакуя «*внутреннюю наковальню*» по разным дальностям, в том числе, далеко за пределами тела, и т. д.

Любой ваш удар имеет неисчислимое множество различных вариантов, а ведь, даже с философской точки зрения, одни и те же удары, выполняемые в разное время, также отличаются друг от друга. Если вы осознаете, *почему* такое становится возможным, то сможете понять чрезвычайно важные вещи, касающиеся, например, **искусства управления Будущим**.

Напомним, что *медленную* наработку любых боевых движений необходимо выполнять *правильно*: мы называем это «ПРАВИЛЬНОЕ МЕДЛЕННОЕ». Но что это значит? Это значит, что любые ваши медленные движения должны **полностью** соответствовать скоростным. Вы должны *бить по-настоящему* (пусть даже медленно). Специ-

фикой таких движений является **сжатие кулака** (в *конечной фазе* удара), **учет дистанции** до атакуемой цели, **непрерывное участие** в движении **всего тела** и многое другое. Кроме того, при столкновении с выбранной целью локоть бьющей руки должен оставаться слегка согнутым, чтобы всегда имелся запас по дальности (или *глубине*) удара. Тогда даже медленная наработка даст вам ощущение огромной силы. И, наконец, вы должны наносить удары туда, куда будете бить и в реальном поединке. Не забывайте также оказывать сильное давление на зону поражения (либо на защиту напарника, когда он успевает ее поставить).

Все это создает абсолютную реальность того, что вы делаете, и тогда для перехода к **полноконтakтному** и уже **скоростному** (!) бою вам нужно будет всего лишь увеличить скорость своих движений. На самом же деле следует чередовать работу на разных скоростях.

Далее, научившись защищаться и атаковать на медленной скорости, переходите к работе на повышенных скоростях, меняя их в широком диапазоне: от медленных – до крайне высоких! Очень важно, чтобы вы были способны контролировать скорость своих движений и могли при необходимости *подстраиваться* к любым изменениям, происходящим во время боя. Вам уже хорошо известно, что *неадекватное* реагирование по скорости тотчас приводит к пропуску удара. Если вы защититесь быстрее или, наоборот, медленнее, чем проводится против вас атака, то парировать ее уже не сможете.

Следующий этап занятий в боксерских перчатках - упражнения, позволяющие особенно начинающим бойцам **привыкнуть** к подобным ударам. Пусть один из вас станет в боксерскую стойку, а второй (также из боевой позиции!) начнет атаковать легкими ударами по рукам, в живот и осторожно – в голову. Задача напарника, «принимая» эти *хаотичные* удары (не защищаясь от них!), прислушиваться к своим ощущениям. Постепенно такая работа приводит к *привыканию* к ударам, выполняемым именно в перчатках. Если напарник при этом будет еще *варьировать* силу и скорость атак, то вы сможете почувствовать, какую разрушающую мощь несут такие удары и... **перестанете бояться** их. Чувство принимаемого удара позволяет научиться тому, как противодействовать этим ударам в перчатках

Далее учитесь защищаться от ударов, выполняемых по известному вам уже **принципу «быстрее-быстрее»**. Выполняйте любой удар со «ступенчатым» увеличением скорости (как вы это уже делали раньше при освоении других техник ШАР). Заметьте, что в нашей Школе методики работы как в защитном снаряжении, так без него,

практически одни и те же, а это прямо указывает на их **универсальность**, т. е. применимость в самых разных ситуациях. Поработав с одним видом ударов, переходите к выполнению других атакующих движений. Помните, что необходимо освоить весь арсенал ударов, используемых в боксе (прямые и боковые, в голову и в туловище). Не забывайте о том, что любые удары «*быстрей-быстрей*» должны выполняться с небольшой паузой, которая будет разделять ваши атакующие движения друг от друга.

В дальнейшем нарабатывайте защиты от **связок ударов**, также выполняемых с использованием указанного принципа. Пробуйте атаковать своего напарника, например, из левосторонней стойки левой рукой в живот и ею же – сбоку в голову, или левой в голову и ею же – в живот, и т. д. Чередуйте прямые и боковые удары, атакуйте и голову, и туловище. Ценность этой тренировки в том, что вы осваиваете способы защиты от любых атакующих техник, которые используются в боксе.

Для защиты используйте не только подставки предплечий или перчаток, но и разнообразные нырки и уходы (т. е. **техники «небесного воина»**, подробно описываемые в нашей первой книге). Отметим, что их применение оказывает мощное влияние на психику противника, вводя его в глубокие ИСС! Когда он наносит сильный удар, то, естественно, ожидает, что произойдет столкновение либо с целью, либо с подставкой, но этого не происходит!.. На высочайшей скорости его рука проносится мимо атакуемой цели, и все это происходит всего лишь за доли секунды, когда никто не успевает осознать случившегося.

Интересным вариантом наработки боксерских техник является **обмен на один-два удара** (причем в качестве удара «засчитывается» и *обманное* движение). Все подобные методики тренинга развивают у бойцов навыки *адекватного* реагирования на *сверхбыстрые* удары. Самое важное, что они полностью безопасны, так как вы переходите от низких скоростей к высоким **постепенно**, и каждый раз возвращаетесь к начальным (более низким) скоростям. Обратите внимание, что во время обмена на один-два удара *контратака* может быть выполнена как с паузой, так и практически сразу! В последнем случае защита от контрудара невозможна, особенно если он проводится на дистанции «*быстрого касания*». Все это способствует наработке навыков, которые трудно переоценить в практике бокса.

В ШАР мы разработали специальные способы, с помощью которых быстро развиваются навыки *адекватного* реагирования на любые атакующие действия противника.

Следующей важнейшей техникой ШАР является использование ударов, отличающихся по степени *напряженности* мускулатуры. Сначала пробуйте защищаться от ударов, которые выполняются без *напряжения* мышц. Такие удары абсолютно безопасны, и вы не будете испытывать страха при столкновении с ними, благодаря чему легко сможете найти адекватные способы защиты. Далее переходите уже к защите от *напряженных* ударов. Это значит, что напарник, выполняя их, будет напрягать мышцы рук при столкновении с вашей защитой или с зоной поражения, стараясь с силой надавливать на них.

Научившись защищаться от явно выраженных по напряженности ударов, пробуйте парировать те, которые **чередуются** по силе, а в дальнейшем учитеесь вести полноценный бой, используя как **напряженные**, так и **расслабленные удары**. Вы увидите, как подобная наработка научит вас *адекватному* реагированию на любые атаки. Заметьте, что расслабленные удары, выполняемые в перчатках, полностью безопасны, но одновременно они гораздо более быстрые, чем напряженные.

Переходя в дальнейшем к *свободному* бою, не забывайте о самом главном – о недопустимости пропуска любых ударов (особенно в голову!). Для защиты от неожиданных ударов используйте либо *подставки*, либо техники «*небесного воина*», и всегда помните:

**Одна из важнейших целей в схватке –  
не пропустить ни одного удара!!!**

Возможно ли такое? При скоростном обмене ударами, к сожалению, многое зависит от «случая», но вы уже знаете, что практически любой боец во время схватки на дистанции «*быстрого касания*» потенциально **уязвим**, и это обстоятельство не так безобидно, как может показаться. Мужчины, в отличие от детей, способны наносить чрезвычайно сильные и резкие удары, которые очень опасны для здоровья, поэтому **всегда помните об опасности пропуска ударов в голову** даже в перчатке! Сотрясения головного мозга, внутренние кровоизлияния и многие другие повреждения здоровья можно «заработать» при необдуманных занятиях боксом. Поэтому если вы сейчас активно занимаетесь этим видом спорта, обязательно познакомьтесь со всеми нашими рекомендациями. Они достаточно просты и легко применимы на практике.

Занимаясь боевыми искусствами, не забывайте беречь свое здоровье, чтобы потом, спустя много лет, не жалеть об «**ошибках молодости**». Здоровье очень легко поте-

рять или разрушить, а вот восстановить его – совсем не просто, иногда даже невозможно. Как вы понимаете, наибольшую опасность для здоровья представляют *нокаутующие* удары.

Важнейшими техниками противодействия опасным *нокаутующим* ударам являются **техники «небесного воина»**, хорошо знакомые вам по первым нашим публикациям. Они позволяют избежать сильных ударов и дезориентировать противника, измотать его, как физически, так и психологически. Проваливаясь в *пустоту*, он теряет не только силы, но и уверенность в себе! Напомним, что техники «небесного воина» особенно эффективны в бою с более подготовленным и превосходящим вас по уровню противником. Используя их, не забывайте о применении защитно-атакующих «**облачных**» движений, учитывая разрешенный в боксе арсенал ударов. Внешне «облачные» движения в боксерских перчатках выглядят как «хаотичные» перемещения перчаток на уровне головы и груди, однако эти движения перекрывают все возможные зоны атаки и одновременно способствуют подготовке и проведению самых разнообразных атак.

В качестве вспомогательных техник используйте наработку «слепых» защит и ударов, методика которых подробно описывалась нами ранее. Если рассмотреть их эффективность в боксерском поединке, то благодаря подобным упражнениям вы приобретете навыки реагирования на удары, «нечеткие» по выполнению, а это равнозначно ведению боя с противником, потерявшим контроль над своим *психоэмоциональным* состоянием.

Среди особенностей боксерской подготовки немаловажен тот факт, что рука в перчатке обладает несколько иными скоростными и «габаритными» характеристиками.

### **Кулак в перчатке имеет большой вес и габариты,**

**а это – снижает скорость нанесения удара!**

Таким образом, удары в перчатках – **медленней**, чем удары *голой рукой!* Всего лишь на доли секунды, но именно их и не хватает, чтобы нанести сокрушительный *неотбиваемый* удар. Кроме того, перчатка имеет большие размеры, нежели голый кулак, а это приводит к тому, что противник успевает реагировать на удары. В реальной же ситуации (уже не на ринге, а на улице) он не сможет этого сделать, если его атакуют «голым» кулаком.

Для **компенсации** снижения скорости удара, обусловленного весом (и объемом) перчатки, мы рекомендуем выполнять при самостоятельных занятиях удары... с ганте-

лями в руках. Взяв в руки гантели весом от 1 до 5кг, пробуйте наносить удары кулаками на воздухе с максимальной скоростью. Даже непродолжительная тренировка с утяжелителями приведет к тому, что вы почувствуете особую легкость рук, находящихся в боевых позициях. Быстрота ваших движений значительно возрастет, а это является одним из важнейших условий для выполнения уже *неотбиваемых* ударов. Используйте также работу с «гравитационными» ощущениями, позволяющими активизировать специфическое чувство «невесомости» (или *воздушности*) своих рук. Можно работать также с ударами в «вязком пространстве», с «движениями в воде», с «невидимыми опорами» и пр.

Тренируясь с напарником, не забывайте о реальной возможности **запрограммировать** его на выполнение нужных (и выгодных!) вам действий или движений. Во второй книге мы уже знакомили вас с некоторыми простейшими техниками *программирования*, связанными, например, с намеренным «открытием» той или иной зоны, а также через воздействие на его *подсознание* с помощью особых движений рук и перемещений в бою. В данном случае вы будете учиться использовать те же методы, только уже на ринге.

Интересной техникой достижения превосходства над противником является использование так называемых **опережающих ударов**, которые позволяют мгновенно разрушить планы противника. Ведя бой, учитесь при сближении с противником неожиданно атаковать его, когда почувствуете, что он замыслил против вас что-либо. Выполнив *опережающий* удар, тотчас разорвите дистанцию, чтобы противник не смог контратаковать, и обратите внимание в этот момент на его растерянность. Вы увидите, что ваш противник оказывается в глубоком ИСС и уже не способен *адекватно* реагировать.

В боксе есть такое понятие как «**финты**», которые, по своей сути, представляют собой *обманные* движения. Однако в ШАР используются особые техники. Например, вы уже знаете, что у нас **обманные удары** становятся таковыми лишь тогда, когда противник успел среагировать на них, и это отличие делает такие удары практически *неотбиваемыми*. Поэтому не нужно тратить свои силы на выполнение «*пустых финтов*». Не машите руками в воздухе, а старайтесь атаковать своего соперника так, чтобы сразу же достичь выбранной цели, и лишь в случае, если он все-таки успеет среагировать, перенаправляйте свои удары в другие открытые зоны. Подобный навык желательно нарабатывать с напарником, причем для вас уже должно быть совершенно ясно, как это делается.

В нашей первой книге мы уже описывали техники *нокаутующих* ударов, когда речь шла об ударах по «**внутренней наковальне**». При наработке указанных техник с напарником учитеесь сначала чувствовать «*энергетические центры*», которые вы будете атаковать. Достигается это с помощью следующих несложных техник: *проталкивание* атакуемой цели вглубь (при ведении медленного боя), а также выполнение ударов «*быстрей-быстрей*» по незащищаемой цели (естественно, в данном случае нельзя приближаться к ударам на высоких скоростях, иначе вы рискуете травмировать друг друга). Напомним, что все эти техники нарабатываются в боевых позициях.

В дальнейшем, когда вы научитесь *чувствовать «внутреннюю наковальню»*, то сможете любой свой удар превращать в *нокаутующий*. Для закрепления приобретенных навыков мы рекомендуем вам поработать со вспомогательными снарядами (грушами, боксерскими лапами и др.). В этом случае вы сможете выполнять **удары «сильней-сильней»** без какого-либо риска повредить чье-либо здоровье. Подробно работу с боксерскими снарядами по методикам ШАР мы рассмотрим чуть позже.

Для боксеров чрезвычайно эффективными будут техники **размашистых ударов по «внутренней наковальне»** (которые достаточно подробно описываются в нашей первой книге). Эффективность таких *неотбиваемых ударов* состоит в том, что они выполняются **без замаха (!)**, а следовательно, не могут быть *парированы* вашим соперником. Если же еще учесть и ту огромную силу, с которой они выполняются, то последствия от их нанесения нетрудно себе представить! Учитеесь выполнять *нокаутующие* удары по **нестандартно расположенным целям** (например, при низком положении головы противника).

Все эти техники Шар-боя являются *техниками превосходства*, позволяющими одолеть более крупного и сильного противника, поэтому для бойцов практически любой Школы знакомство с ними будет чрезвычайно полезным. Мы рекомендуем *творчески* относиться ко всем предлагаемым нами *Знаниям*, тем более что в них заключен огромный потенциал.

Осваивая техники бокса, не забывайте использовать и **периферийное зрение**. Применительно к *нокаутующим* ударам это будет означать, что вы должны научиться **бить, не глядя** (на атакуемую цель); в этом случае противник не будет ожидать опасных ударов и окажется неготовым к противодействию им. Анализ техник *нокаутирования* по видеозаписям чемпионатов по боксу, показывает, насколько мы правы, ведь многие *нокауты* достигаются именно таким образом. Кстати, в терминологии бокса появилось даже такое выражение – «**стеклянный подбородок**»: так характеризуют бой-

цов, которые не умеют держать сильные удары и, следовательно, «рассыпаются» после первого пропущенного удара в голову. Было замечено, что если какой-либо боец уже побывал в состоянии *нокаута*, то в дальнейшем он становился особенно уязвимым по отношению к подобным ударам.

Для противодействия *нокаутующим* ударам используйте техники защиты «внутренней наковальни» («наклон», «поворот» или «смещение»!), техники «небесного воина», опережающие удары и т. д. Все они также подробно описывались нами ранее.

Стремитесь в совершенстве овладеть разнообразными **манерами передвижения!** Для боксеров это будут следующие техники: «естественный шаг», «связанный шаг», «прыжковый шаг», «семенящий шаг», а также «плывущий и невидимый шаги» и целый ряд других, в том числе тех, которые являются результатом их **комбинирования!** Осваивая перечисленные манеры перемещений, пробуйте выполнять их с *одновременным* нанесением ударов или, наоборот, защищаясь. Данные навыки пригодятся вам уже в реальном бою. Представьте, насколько неожиданными будут для вашего противника удары, которые вы сможете наносить при перемещениях.

Изучая различные манеры передвижений, учитеесь также **контролировать дистанцию** между собой и противником. Это достигается с помощью *синхронных движений*: если противник двигается вперед, то вы отступаете с той же скоростью и остаетесь вне зоны досягаемости его ударов, или, наоборот, если он пытается уйти от вас на безопасную дистанцию, вы словно тень двигаетесь вслед за ним. Таким образом, вы сможете выбирать удобную для себя дистанцию.

Для достижения превосходства над противником используйте не только умение сохранять (или удерживать) выгодную для себя дистанцию боя, но и **разрывать** ее при необходимости или, наоборот, – **сокращать**. В последнем случае вы неожиданно и резко сближаетесь с противником и атакуете, когда он совершенно не готов к этому. Все эти навыки приобретаются исключительно работой в паре.

Отметим, что данные техники теснейшим образом связаны с принципом, который мы называем «**Взаимодействие Сфер**»! Этот принцип мы уже рассматривали в отдельной главе этой книги, и вы теперь самостоятельно можете разобраться в том, как использовать его применительно к техникам бокса.

Для повышения уровня своего мастерства обязательно пробуйте вести **бои в перчатках... на касания!**

Некоторые могут опять удивиться: «Ну, вот! Еще одна странная техника ШАР! Разве это не глупость – вести бой на касания?!» Заметим, что речь идет о выполнении

ударов, которые всего лишь касаются зоны поражения, но не повреждают её. Данная форма тренинга абсолютно безопасна, и главное, что вы учитесь двигаться на *боевых* скоростях, а это уже гарантирует победу в любом поединке. Опять же, обратите внимание на ощущение некой «игры», которое будет сопровождать подобные тренировки. Этот *принцип* (мы называем его **принципом «игры»!**) является в ШАР *основополагающим*, и в бою на ринге вы можете таким образом нейтрализовать любые опасные действия соперника. Неисчерпаемая вариативность ваших движений позволяет управлять его действиями и *психофизическим* состоянием, а это равнозначно игре, которую вы навязываете ему, причем против его желания. Подчеркнем, что если он не будет участвовать в «игре», то все равно не спасется от ваших сокрушительных атак.

Боевые техники ШАР необыкновенно разнообразны, а некоторые позволяют создавать даже настоящие **иллюзии восприятия**. Одной из таких поистине чудесных техник в ШАР является **«танец вокруг застывшей формы»**. Боксер может перемещаться относительно выбранной им «застывшей формы» (например, правой или левой руки), которая для противника при этом остается неподвижной. В результате, становятся возможны боевые уловки самого высокого уровня, когда вы можете незаметно сблизиться с противником на дистанцию *«быстрого касания»* и нанести *неотбиваемый* удар в любую уязвимую зону. Таким образом, выполняя *«танец вокруг застывшей формы»*, вы одновременно осваиваете **скрытые формы замаха**, техники **гипнотизирования противника** и многое другое.

Чрезвычайно эффективными боевыми техниками, которые могут также использоваться в боксе, являются **«скользящие» удары и защиты**. Ранее вы уже знакомились с подобными движениями, когда осваивали работу с *невидимой плоскостью* (и *плоскостями*), *«скользящие» подставки*, техники *«небесного воина»* и некоторые другие техники Шар-боя. Особенностью *«скользящих» движений* является то, что они позволяют побеждать более сильного противника за счет незначительного перенаправления его усилий чуть в сторону, по касательной к траектории удара (*«отсекающие» защиты*). В результате, меньшей силой вы одолеваете большую! Слабый получает возможность победить сильного, не вступая с ним в силовое противостояние, и в этом – **ключ к победе!**

Давая рекомендации боксерам, нельзя обойти столь важную тему, как **травмирующие подставки**. Мы уже описывали их в нашей первой книге, поэтому, чтобы не повторяться, всех интересующихся отсылаем к этой публикации. Отметим, что приме-

нительно к техникам бокса *травмирующие подставки* обязательно должны нарабатываться в перчатках.

Кратко упомянем техники «**синхронных**» движений, принципы выполнения которых мы уже описывали в главе «Высшие формы защиты». Эти техники позволяют *сливаться* с опасными движениями и действиями противника и превращать их в безопасные, поэтому ничто не будет угрожать вам, если вы будете *синхронны* с движениями противника:

### **Синхронность – ключ к неуязвимости бойца!**

Чрезвычайно эффективными техниками применительно к практике бокса могут служить **встречные удары**, с помощью которых легко *разрушить* любые планы противника. Увидев, что соперник сближается с вами, можно неожиданно и резко пойти навстречу, чтобы атаковать первым. Заметьте, что при *встречном* сближении у противника возникает **иллюзия** вашего ускорения, из-за чего он не сможет *адекватно* реагировать на атаки. *Встречные удары* и *движения* точно также нарабатывайте в паре и одновременно учитесь противодействовать им.

Обзор наших рекомендаций для боксеров будет далеко не полным, если мы не коснемся особых методов тренинга, связанных с освоением **просоночного состояния**. Речь пойдет об использовании ИСС, при котором вы еще не спите, но уже и не бодрствуете (т. е. находитесь в *промежуточном* между сном и бодрствованием состоянии). В этом удивительном состоянии происходят настоящие чудеса, ведь ваш «*критический ум*» перестает контролировать происходящее, и тогда:

### **Невозможное становится возможным!!!**

Чтобы понять это, вспомните, какие сны иногда вам сняться: происходящее кажется абсолютно реальным (ведь *критический ум* в это время «отключается»), и лишь просыпаясь, вы начинаете осознавать, какой бред вам привиделся!

Заметим, что, с точки зрения «некорректной» этимологии, древнеарийский корень «**вид**» (сравните такие слова, как «вид», «видеть», «видео») в обратном прочтении даёт значение слово «**див**» (а это – корень таких слов, как «**диво**», «**удивление**», «**удивляться**»). Таким образом, в слове «видеть» заключен глубочайший смысл, отражающий не только *психофизиологию* зрительного восприятия, но и особенности эмоционального

состояния. То, что вы видите, *рефлекторно* связано с **удивлением**, и в этом – глубочайший смысл! Точно также слово «слушать» содержит название органа слуха (**уши**), а в обратном прочтении – «**шу(м)**» (или «**шуметь**»).

### **Что же может произойти, когда ум «отключен»?**

Перечислим лишь некоторые возможности, даруемые этим поистине *волшебным* состоянием:

- 1) происходит **активизация аутодвижений**;
- 2) достигается **гарантированная победа**;
- 3) развиваются желаемые **сверхспособности**;
- 4) происходит **исцеление от болезней** и т. д.

В состоянии сна любая нелепость кажется *реальностью*; так и здесь, чтобы активизировать ту или иную способность, достаточно осознать, что теперь для вас нет ничего невозможного. Естественно, речь идет о *просоночном* состоянии, когда на уровне ощущений вы сможете испытывать самые необыкновенные переживания (и даже иллюзии!). Например, вы почувствуете, что сила ваших ударов возросла многократно!!! Представьте, что вы оказались на ринге и способны одним (!) ударом перебросить своего противника за канаты. Точно также можно активизировать и *сверхреакцию*, и *сверхскорость*, и *сверхточность* и т. д.

*Просоночное* состояние мы рекомендуем использовать для *программирования* своего организма на «включение» (или пробуждение) желаемой *сверхспособности*. К примеру, для бойца чрезвычайно важна скорость реакции, поэтому, засыпая и настраиваясь на активизацию после пробуждения (или в какой-нибудь другой момент!) желаемой способности, вы легко достигнете нужной цели (принцип «*готового результата*»), и заметьте – практически без каких-либо усилий со своей стороны!!! Вот уж, действительно, Школа для «лентяев»!

Очень важными техниками являются **техники «сужения» и «расширения» сознания**. Речь идет об умении произвольно изменять *объем* потоков информации, обрабатываемых вашим сознанием в экстремальной ситуации. «*Сужение*» сознания возникает автоматически, если вы **сосредотачиваетесь** на чем-либо (например, на своем противнике и любых его действиях), и, наоборот, «*расширение*» сознания связано с «**расфокусировкой**» внимания, что способствует охвату наибольшего числа объектов и явлений вокруг.

Навыки оперативного управления объемом воспринимаемой информации легко могут быть приобретены в быту. Вспомните, сколько разнообразных «вещей» приходится держать в уме, когда вы заняты чем-либо. В качестве примера можно привести практически любой вид деятельности человека.

### **Важнейшим бойцовским качеством является выносливость!**

Для ее развития мы рекомендуем выполнять на *повышенных* скоростях (и *дольше*, чем обычно!) любые наши упражнения и техники, например, «*ветер над пропастью*», «*движения в воде*», «*круги в воздухе*» и многое другое. Ранее мы рассказывали, как, используя только «*танец небесного воина*», можно развить способность вести продолжительные и тяжелые бои. Добавим лишь, что рекомендуемые нами техники следует нарабатывать применительно к *одному* противнику (как это будет на ринге).

Для боксера также чрезвычайно важен развитый **вестибулярный аппарат**, и у нас имеется множество техник для достижения этой цели («*голова в воде*», «*змеевидные*» движения, «*живой волчок*» и др.). Отметим, что способность сохранять равновесие после *вращательных* нагрузок поможет вам также быть стойкими и к сильным пропущенным ударам, ведь удары в голову оказывают такое же воздействие, как и продолжительное *вращение* вокруг своей оси (у человека начинает кружиться голова, его тошнит и т. д.). Мы предлагаем вам самостоятельно поработать с этими техниками, чтобы убедиться в их необыкновенной эффективности.

Рассмотрим теперь вопросы, связанные с использованием **боксерских снарядов** (мешков, лап и др.). Вы будете состязаться в защитном снаряжении, поэтому удары по боксерским снарядам также нарабатывайте в перчатках. Это поможет вам избежать ошибок и формирования *ложных рефлексов*, которые отличают удары в перчатке от ударов голый рукой, ведь речь идет о том, что рука в перчатке имеет другой вес и габариты.

При самостоятельной работе учитесь выполнять удары по боксерскому мешку с учетом «**внутренней наковальни**». Обязательно нарабатывайте техники «**быстрей-быстрей**» и «**сильней-сильней**». Атакуйте мешок (или грушу) с **обманными ударами** и – без них, чередуйте **напряженные** и **расслабленные** удары, выполняйте, как **одиночные** атаки, так и **связки** ударов. Учитесь наносить **удары без замаха** и с **разных дистанций** до цели.

При работе с напарником используйте также боксерские лапы, и здесь наиболее интересными техниками будут разнообразные **упражнения на реакцию** (когда напарник пробует неожиданно убирать атакуемую лапу), а также техники, при которых боец учится наносить **удары по «плавающей» лапе** или по лапе, положение которой, наоборот, меняется **скачкообразно и неожиданно**. Пробуйте также атаковать лапу, которая «дает сдачи», т. е. «защищает себя».

Завершая наши краткие рекомендации для боксеров, нельзя пройти мимо специальных медитативных техник ШАР. Мы рекомендуем использовать следующие медитации: «**готовый результат**», «**лунный свет**», «**киборг**», «**каменный воин**», «**огненный стержень**», «**перенос сознания**», «**вязкое пространство**». Эти медитативные практики значительно расширят ваши боевые возможности, что, в конечном счете, поможет уверенно побеждать на ринге.

## РЕКОМЕНДАЦИИ БОРЦАМ

*Цель борьбы и способы ее достижения. Арсенал технических действий борца. Как разрушить планы противника? Управление борцом с помощью программирования. Духовные и философские основы Борьбы. Древнеарийские Истоки тибетской Религии Бон. Борьба за Справедливость и Свободу! Учение о «белых» и «черных» Душах. Как одержать победу, используя «Взгляд Силы» (или «Взгляд в Душу»). Методики наработки захватов за одежду. Укрепление пальцев рук. Использование пояса-веревки для развития силы. Работа со стволами деревьев. Секреты изометрических упражнений. Разноименные и одноименные захваты. «Прямые (и обратные) небесные захваты». Приемы противодействия захватам. Как увеличить силу рук («приближением-удалением», «сгибанием-разгибанием» и т. д.). Учет дистанции «быстрого касания» при борьбе. Простейшие способы выведения из равновесия. Основные техники укоренения. «Борьба без борьбы». Способы валки противника. Выполнение бросков «быстрей-быстрей». О влиянии на здоровье (пример ученика). «Шуточная» борьба. Состояние «камня» и его использование. Борьба «каменных воинов». Развитие силовой выносливости с помощью ударов по мышцам. Управление «весом» во время борьбы и работа с «чувством гравитации». «Киберборец» и его возможности. Что такое «коронный» прием? Как провести бросок на сопротивляющемся противнике.*

Борьба, как неотъемлемая часть искусства реального боя, насчитывает долгую и многотысячелетнюю историю. В настоящее время созданы стили, отличающиеся не только своими правилами и местом проведения состязаний, но и формой одежды, наличием обуви или ее отсутствием и т. д., причем все эти особенности непременно должны учитываться при подготовке борцов по методикам ШАР.

Некоторые элементы борцовских техник мы уже рассматривали в главе «Боевые захваты и броски», поэтому сейчас лишь кратко остановимся на тех вопросах, которые остались незатронутыми. Прежде всего, речь пойдет о выполнении приемов и техник в условиях соблюдения жестких правил. Заметим, что все правила спортивных поединков разработаны именно для того, чтобы избежать травматизма. Но, к сожалению, ни один вид единоборств не застрахован от случаев, когда кто-то из участников состязаний использует «грязные» (или запрещенные) приемы борьбы. Недавно по телевизору транслировали международный чемпионат по дзюдо, и то, что мы увидели, поразило нас в буквальном смысле:

*На татами состязались два борца, один из которых действовал технично, а второй – исключительно за счет грубой силы. В виду того, что оба бойца имели примерно одинаковый уровень физического развития, преимущество, естественно, было*

на стороне более техничного бойца. Тем не менее, исход поединка оказался прямо противоположным ожидаемому. Мы увидели уличную (а не спортивную!) сцену, когда второй борец неожиданно потянул за отвороты куртки на себя техничного соперника и одновременно нанес ему **удар локтем в голову снизу**, после чего... провел бросок через спину. Итог схватки – «чистая победа» (по-японски – «иппон»)! Далее, словно издевательство над всеми нормами спортивной этики, мы увидели неоднократный повтор с разных ракурсов этого «победного» броска.

Поразительно, что ни у кого (!) не возникло даже тени сомнения в правильности принятого судьями решения о «чистой победе»!!! Но какая же это «чистая победа»?! Что, разве изменились правила спортивного дзюдо и теперь разрешено наносить удары?! Конечно же, нет! Просто мы увидели еще один яркий случай использования «грязных» техник в борьбе. В качестве других примеров можно привести удары (как бы невзначай) коленом в пах или в низ живота (при зацепе ноги изнутри), «случайный» толчок головой в лицо (при проходе в ноги), «незаметное» удушение соперника (во время борьбы в партере) и т. д. Отметим, что некоторые борцы вполне сознательно идут на грубое нарушение правил спортивных поединков, и это обстоятельство в принципе меняет наше отношение к ним.

Мы рекомендуем всем честным бойцам быть предельно внимательными! Полагайтесь только на свою интуицию и обязательно наказывайте «грязных» противников. Помните, что их «шалости» вовсе не так безобидны (как это может показаться поначалу), ведь на самом деле вы сильно рискуете своим здоровьем.

### **Важнейшая цель борца – повалить соперника и не дать ему возможности продолжать схватку!**

Для достижения этой цели в каждой Школе имеются свои, особые приемы и способы, однако заметим, что некоторые общие способы валки противника все же существуют. Чаще всего используются различные **подножки, зацепы, подхваты, подсечки** - именно они составляют технический арсенал любой борьбы. Кроме того, в некоторых Школах для окончательной победы требуется провести или болевой прием, или удушение (как, например, в дзюдо).

Школы борьбы отличаются также применением особой прочной одежды, как правило, это различные куртки, штаны, пояса (например, в японской *Традиции* обязательно используется кимоно). Естественно, что борьба в куртках во многом отличается

от борьбы с голым торсом. Обратите внимание, что прочность одежды для борьбы существенно отличается от одежды уличной, которая при сильных захватах или рывках легко разрывается и мешает *довести бросок до конца*, что необходимо учитывать в реальной ситуации.

В книге «Как побеждать любого противника» (гл. «"Шуточный" бой») мы уже давали рекомендации, позволяющие научиться **противодействовать борцу**, которые кратко сводились к тому, чтобы **не дать** своему противнику:

1. **захватить вас** (здесь очень актуальны *борьба за захват* и умение быстро *освободиться* от неудобного вам захвата);

2. **вывести вас из равновесия** (особую роль играют техники «*укоренения*», «*борьбы без борьбы*» и др.);

3. **выполнить бросок** (используя *подножки, подсечки, зацепы, подхваты* и пр.).

Таким образом, достаточно исключить **любой** из этих 3-х «элементов», чтобы полностью **разрушить планы** нападающего, ведь прежде чем провести бросок, борец должен сначала захватить своего противника, а если ему это не удастся, то повалить соперника возможно лишь ударом, что правилами борьбы строжайше запрещено. Если же борец все-таки свой захват выполнит, то далее, как вы уже знаете, он постарается вывести вас из равновесия, и для этого воспользуются различными рывками, толканиями, скручиваниями и пр. Отметим, что резкое (!) выведение противника из равновесия само по себе способно привести к неожиданному броску, и опытные борцы всегда стараются использовать подобную возможность. Если же захват выполнен успешно и удалось вывести противника из равновесия, то достаточно лишь затем подставить ногу на его пути, чтобы бросок получился.

Наши рекомендации касались также специальных техник **программирования** (или *провоцирования!*) противника на попытку проведения выбранного вами приема (см. главу «Программирование противника», там же). Все эти советы могут быть использованы спортсменами и во время спортивного состязания.

На борцовском ковре (или татами) мы видим состязание не просто физическое, а – **ДУХОВНОЕ**, ведь слово «борьба» (или «боротьба») происходит от слова «бороться», что, с точки зрения ШАР, означает – **схватку «Ба»**, где «Ба» – духовное начало человека. Обо всем этом мы уже рассказывали ранее.

Во время борьбы *моделируется* реальная жизненная ситуация, в которой вам необходимо достичь своей цели (в данном случае – победы над соперником), поэтому все искусство борьбы учит на самом деле очень важным вещам. Это – не только прие-

мы и способы победы на ковре, но и практический *Путь* развития волевых и бойцовских качеств, переоценить которые просто невозможно, так как все они жизненно необходимы.

Все это позволяет говорить о **Духовной природе борьбы**, что нашло отражение в ее *древнеарийском* названии, расшифровку которого мы уже давали выше. Подчеркнем, что в древнеарийской *Традиции* борьба является неотъемлемой частью *Искусства Жизни*, причем речь идет не о какой-либо абстрактной борьбе, а о **Борьбе за Справедливость и Свободу!** Именно такой смысл вкладывали наши *Великие Предки* в понятие «Борьба».

Если рассматривать древнеарийскую тибетскую *Религию Бон*, то она представляет собой «языческие» отголоски *Учений* наших *Великих Предков*, и одно из ее названий – «**Свастика Бон**» (или «**драгоценное учение свастики**»). Эти *Знания* сохранились с послекатастрофных времен. В *Религии Бон* есть **Учение о «белых» и «черных» Душах**, которое составляет *Основу* мировоззрения и философии *Жизни* последователей этой *Религии*. Для учеников ШАР знакомство с этими древнейшими представлениями будет особенно полезным, когда вы научитесь выполнять специальную медитативную технику нашей Школы, которую мы называем «**Взгляд Силы**», или «**Взгляд в Душу**». Она является одной из важнейших в искусстве рукопашного боя ШАР, так как с ее помощью можно победить, используя лишь *Силу взгляда*. Подробно эта психоэнергетическая и медитативная техника описывается в главе «Ключи к абсолютной победе».

Сейчас мы рассмотрим некоторые простейшие способы выполнения захватов, с помощью которых вы обеспечите себе победу на ковре или татами. Обратите внимание на то, что происходит, когда начинается борьба. Соперники сближаются, вытянув вперед руки с чуть согнутыми локтями, причем пальцы и ладони направлены навстречу противнику, чтобы было удобнее захватывать или, наоборот, препятствовать встречному захвату. В это время борцы *интуитивно* совершают «хаотичные» движения руками, как бы нацеливаясь на удобный захват.

Обратите внимание на эту *фазу* сближения! Она очень важна для достижения победы. Напомним, что техника работы рук без контакта оказывает мощное влияние на *подсознание* противника, которое перегружается вариативностью ваших движений и не способно просчитать ваши последующие действия.

В *начальной* фазе схватки очень важно дезориентировать противника непредсказуемыми для него движениями. Если использовать нашу терминологию, то «*хаотичные*» движения рук во время борьбы есть ни что иное, как «**облачные движения**».

Именно они обеспечивают перекрытие всех возможных зон для захвата и одновременно гарантируют проведение контрзахватов с вашей стороны. Техника выполнения «*облачных движений*» нами описывалась ранее, и вы теперь хорошо знаете, что лучше всего использовать в борьбе технику «**одновременной охоты**».

В главе «Охота за кулаком» (книга «Мастер рукопашного боя») мы уже описывали технику *перехвата* кулака противника, но там же и указывали, что *охотиться* можно (и даже нужно) за многими другими целями. В случае борьбы *охотиться* следует за выбранными частями тела противника или элементами его одежды: рукава и отвороты куртки, пояс противника – все это является объектами для неожиданных захватов.

Чтобы научиться захватывать любые выбранные вами цели, работайте с напарником. Встаньте в боевые позиции «**полумесяца**» (с вытянутыми навстречу друг другу руками), и пусть один из вас учится захватывать кистью и пальцами различные части рукавов и отворотов куртки напарника. Захваты должны быть достаточно прочными, чтобы противник в дальнейшем не смог вырваться из них. Естественно, это требует определенной подготовки пальцев, ведь при резких и быстрых движениях, которые будет совершать противник, чтобы освободиться, они могут быть легко повреждены.

Способы **укрепления пальцев** мы рассматривали ранее, поэтому сейчас лишь напомним основные из них. Пальцы рук прекрасно укрепляются упражнениями с корой дерева, движениями в «*вязком пространстве*», «*прокатыванием*» у стены, «*борьбой листьев*» и др. В качестве вспомогательных упражнений мы рекомендуем также использовать работу с **поясом-веревкой**. Для этой цели подойдет обычный борцовский пояс (или достаточно прочная и толстая веревка). Если вы тренируетесь самостоятельно, то попробуйте разорвать пояс, скручивая его двумя руками и растягивая в стороны (в любых направлениях). Если вы наматываете пояс на предплечье и кисть (даже на две руки одновременно), то обнаружите, насколько тяжело будет совершать движения руками. Они словно окажутся в «*вязком пространстве*», борьба с которым сделает вас намного сильнее. Точно также можно бороться за пояс с напарником, который будет накручивать его себе на руку и вырывать у вас. Очень важно, чтобы вы оба боролись только через пояс! Вы сразу обнаружите, какая при этом великолепная нагрузка оказывается на все тело.

Добавим также, что с помощью *пояса-веревки* можно прекрасно развить и мышцы ног. Если вы обвяжете свои ноги петлей и попытаетесь «разорвать» ее с помощью силы мышц, пытаясь делать шаги или движения ногами в разные стороны, то практически сразу почувствуете, какую великолепную нагрузку дают подобные **изометриче-**

**ские упражнения!** Кстати, точно такие же упражнения мы рекомендуем выполнять и другими частями тела (например, используя *пояс-веревку*, вы можете прекрасно развивать силу рук, ног, мышц шеи и всего туловища). Незаменимыми для борца упражнениями в нашей практике являются многочисленные **упражнения с деревьями**, часть которых мы уже описывали в нашей первой книге.

Предлагаемые нами упражнения развивают необыкновенную силу (**сверхсилу!**), которая вам пригодится и во время борьбы за одежду. Подробно о работе с подручными предметами и объектами мы расскажем в отдельных главах, а сейчас вернемся снова к захватам за одежду. Пусть ваш напарник сначала не мешает вам и стоит практически на одном месте, спокойно наблюдая за всеми вашими действиями. Учитесь захватывать одной рукой за его рукав в области локтя (снаружи), а второй – за *одноименный* или *разноименный* отворот куртки (изнутри). Отметим, что захват не случайно выполняется вблизи локтевого сгиба, ведь именно там рука противника лучше всего контролируется, поэтому, удерживая «локоть» противника, вы будете контролировать любые его движения. Одновременно если вы используете захват за *одноименный* отворот куртки, то закроете своей рукой (предплечьем) обзор снизу, и он не будет видеть ваших ног. Все искусство борьбы (в том числе все броски) построено на учете **взаимного положения ног**, поэтому борцу трудно атаковать человека, ног которого он не видит! У вас же появляется прекрасная возможность атаковать ноги противника любым доступным (и разрешенным правилами соревнований) способом, тем более что одновременно вы будете резко выводить его из равновесия (либо сбивая его на себя и вниз, либо притягивая к себе и вынуждая выставлять вперед ногу, которую легко атаковать *подножкой*, *подсечкой* или *зацепом*).

При использовании **разноименного захвата** вы сможете одновременно контролировать и вторую («свободную») руку противника, но самое главное, что у вас появляется возможность управлять положением соперника за счет неожиданных разворотов его туловища вправо или влево (вокруг оси позвоночника). Подобные движения заставят противника выставить вперед ту или иную ногу, чтобы сохранить равновесие, а для вас это – прекрасная возможность атаковать ее!

Выполняя *прочные* захваты за одежду (и одновременно управляя положением противника), не забывайте о том, что нужно уметь в любой момент отпустить захват (или поменять). Например, захватив рукав противника в области локтевого сгиба, неожиданно переместить захват вниз к области запястья, или, наоборот, выше – к области плеча или шеи. Подобная «гибкость» ваших захватов не позволит противнику ис-

пользовать их против вас. Вы уже знаете, что когда вы захватываете противника за одежду, то это *сковывает* вас, особенно если захват выполнен неправильно.

В ШАР используются **«небесные захваты»**. Их особенностью является возможность практически *неуловимого* для противника контроля всех его действий и движений. *«Небесные захваты»* специально нарабатываются в нашей Школе, и делается это следующим образом.

Захватите своего напарника за одежду и предложите ему перемещаться в любую сторону и делать любые движения (в том числе руками). Ваша задача: удерживая свой захват, не мешать противнику, и это возможно, если вы будете успевать перемещать руки *синхронно* с ним. Заметьте, что это достаточно сложная, но выполнимая задача! Такие техники мы называем **«прямыми небесными захватами»**.

*«Небесные захваты»* нарабатываются также и в «обратную» сторону (**«обратные небесные захваты»**), когда напарник удерживает вас за одежду и пытается управлять вами, а вы превращаетесь для него в *«небесного воина»*, который чутко отслеживает любые его движения и перемещается так, чтобы захват противника стал... *«небесным»* по отношению к нему самому. В этом случае противник теряет контроль над вами и вообще перестает понимать, что же происходит на самом деле. Он впадает в яркое ИСС, и вы легко сможете управлять им! Точно также *«небесные захваты»* выполняются и с оружием!!!

Поработав с различными вариантами захватов, переходите к техникам *освобождения* от них.

**Освобождение от захватов** выполняется за счет резких *рывковых* (или *скручивающих*) движений, сбивающих руки противника в любую сторону (или за счет вращательных движений). Заметим, что *освободиться* от захватов можно, используя также быстрые *«перетекающие круги»*, когда вы начинаете захваченной рукой *круговое* движение в одной плоскости и резко переходите на движение в другой плоскости. Противник не сможет удержать захват, так как для этого ему нужно успеть отследить смену направления вашего усилия при *освобождении*, а это практически невозможно. Отметим, что *освободиться* от любых захватов нужно решительно и быстро.

Напомним, что в реальной (!) ситуации **освободиться от любого захвата** можно неожиданным и сильным **ударом**, направленным в любую уязвимую зону противника, а иногда – даже всего лишь... **обозначением** этого удара! К примеру, противник захватил вас за отворот куртки или за руку, тогда вы резко бьете его кулаком в нос или коленом в пах. Естественная реакция любого человека будет такова, что он тотчас отпустит

вас, пытаясь среагировать на опасный удар. Важно только, чтобы вы на самом деле били его, а не блефовали. Даже если вы всего лишь *обозначаете* свой удар, противник не должен сомневаться в серьезности ваших намерений.

В качестве эффективной техники, применяемой против более сильного противника, используйте способ усиления захваченной им руки путем **приближения-удаления** по отношению к туловищу.

Мы уже показывали, что руки, расположенные ближе к телу, обладают большей силой, в чем легко убедиться, если вы попытаете *заломить* руку напарника (или, наоборот, он – вашу руку), которая будет находиться либо вблизи туловища, либо отведена дальше от него. Совершенно очевидно, в каком случае вам потребуется меньше усилий, чтобы оказать желаемое воздействие. Соответственно, если вы хотите «ослабить» руку противника, постарайтесь отвести ее подальше от его тела и распрямить локоть.

Подчеркнем, что в борьбе (как и в любом другом виде единоборств) также необходимо учитывать **принцип «абсолютного превосходства»**. Особенно важно это делать на этапе сближения с противником вплоть до момента захвата. Вы уже знаете, что скорость атакующего движения (в том числе и захвата) намного выше скорости реакции на него. В результате, вы легко можете выполнить любой удобный для себя захват и после этого провести бросок, однако сначала вам необходимо научиться техникам **выведения из равновесия**, которые мы сейчас и рассмотрим.

В качестве эффективных способов выведения из равновесия мы рекомендуем использовать резкие и неожиданные **рывки** за одежду или части тела противника, а также **скручивания** его в любую сторону с одновременным переносом веса тела на одну ногу. В результате этих действий противник оказывается в положении, когда вы сможете провести свой бросок.

Одним из простейших способов **валки** противника является *рывок* за одежду в нужную вам сторону. Например, если вы хотите повалить противника назад, то сначала сделайте резкий *рывок* на себя вниз, вынуждая его практически встать на носки, чтобы не потерять равновесие. Тогда, чтобы не упасть, человек рефлекторно отклоняется назад и начинает пятиться. Используя его реакцию, толкните соперника от себя с одновременным захватом его ног руками или проведением подножки выставленной вперед ноги. Если же вы, наоборот, хотите повалить противника вперед, то сделайте резкое толкающее движение руками от себя. Чтобы не упасть, он постарается выставить назад ногу и будет давить на вас всем телом, а это как раз то, что вам нужно. Следующим вашим действием должен быть *рывок* на себя и в сторону с одновременным

подсеканием ног противника. При этом вы не должны пытаться поднять противника, чтобы выполнить бросок, вам необходимо всего лишь помочь ему упасть.

Наработку любых бросков мы рекомендуем выполнять с использованием уже известного вам **принципа «быстрее-быстрее»**. Это поможет вам быстро и **безопасно** (!) научиться правильным техникам.

*В качестве примера можно привести историю одного из наших способных учеников. Он был «забракован» медкомиссией физкультурного диспансера из-за того, что когда-то в детстве у него было сильное сотрясение мозга, из-за последствий которого он страдал головной болью, головокружением и тошнотой. Врачи поинтересовались у него: «Есть ли в вашей школе удары и броски?» На что он честно ответил: «Да, есть!» Тогда врачи заявили, что ему ни в коем случае нельзя заниматься. Нам пришлось объяснять врачам, что удары и броски у нас есть, но что они – совсем не такие: они выполняются на пониженных скоростях, и лишь постепенно ученики осваивают высокоскоростные движения. Если же у учеников имеются какие-либо проблемы со здоровьем, то это обязательно учитывается в их тренинге. Кроме того, естественные движения, которые лежат у нас в основе обучения, укрепляют и оздоравливают организм. Врачи пошли навстречу желанию ученика продолжать занятия в ШАР и разрешили ему тренироваться, но под строгим медицинским наблюдением. Спустя пару лет наш ученик с радостью поделился с нами: он рассказал, что все симптомы, которые являлись следствием давнего сотрясения мозга, полностью исчезли, и на медкомиссиях его признавали практически здоровым.*

Вернемся теперь к основной теме. Очень важно научиться, не задумываясь **переходить от одного броска к другому** в зависимости от действий и реакций вашего противника; именно эта способность отличает борцов высокого уровня. Хорошим упражнением, развивающим одновременно все боевые качества, является уже известная вам **«шуточная» борьба**, принципы которой были подробно изложены в нашей второй книге. Еще раз повторим, что со стороны ваша схватка будет выглядеть настоящей, тогда как на самом деле вы играете друг с другом.

### **Для противодействия борцу необходимо овладеть укоренением!**

*Укоренение* представляет собой способность противостоять любым попыткам вывести вас из равновесия. Для достижения этой цели мы рекомендуем использовать упражнение **«борьба без борьбы»** (или **«мериться силой»**). Смысл данного упражне-

ния заключается в том, что вы не пытаетесь повалить противника на землю, а только учитесь *управлять* им и одновременно выводить его из равновесия. Это упражнение представляет собой *силовое* противоборство, при котором вы либо по очереди, либо одновременно пытаетесь достичь поставленной цели.

Еще одним великолепным способом управления своим психофизическим состоянием являются техники и медитации **состояния «камня»**, которое позволяет противостоять любым попыткам силового воздействия. В результате, противник не сможет провести болевые приемы на ваши руки или ноги, даже если у него такая возможность появится в ходе схватки. Он не сможет справиться с вашими *«окаменевшими»* частями тела, и то же самое относится к захватам за руки или ноги, «каменное» состояние которых не позволит ему провести последующий за захватом бросок.

Если вы попытаетесь вести борьбу в состоянии **«каменного воина»**, то будете удивлены, как легко сможете противостоять своему сопернику. Несмотря на все попытки силового воздействия на вас, он будет бессилён. Для полноценного тренинга учитесь бороться, одновременно находясь в состоянии *«каменного воина»* (**борьба «каменных воинов»**).

Отметим, что для борца чрезвычайно важна **физическая сила и выносливость**. Для развития этих качеств мы рекомендуем вам использовать упражнения и техники, которые мы описали в нашей второй книге (см. главу «Развитие сверхсилы»). Добавим также, что силовую выносливость можно развить с помощью силовых упражнений, выполняемых **до предела возможного** (с обязательным восстановлением и отдыхом после тяжелых нагрузок).

Кроме того, мы рекомендуем использовать следующее *психофизическое* упражнение, которое *рефлекторно* связано с активизацией в мышечных тканях ощущений, сопровождающих процесс возникновения сильной усталости во время силовых нагрузок. Попробуйте с силой ударить себя кулаком по мышцам бедра. После удара, кроме боли, вы почувствуете также специфическое ощущение «усталости». Это «чувство» является точно таким же, как и усталость от силовых нагрузок. Тренируясь указанным образом, вы постепенно наращиваете способность вашего организма к продолжительным силовым действиям, т. е. развиваете **силовую выносливость**.

Кроме всего прочего, борец непременно должен уметь управлять **«гравитационными ощущениями»**, т. е. «весом» своего тела. Эти упражнения мы подробно описывали в первых публикациях, поэтому сейчас останавливаться на них не будем, однако отметим, что, изменяя «вес» тела по своему желанию, вы сможете оказать на про-

тивника сильное *психофизическое* воздействие. Ему будет совершенно непонятно, каким образом вы вдруг становитесь чрезвычайно тяжелым и устойчивым, или, наоборот, подвижным, почти неуловимым для захватов и бросков.

Чтобы побеждать в схватке, необходимо также уметь входить в *состояние «киборга»*. Применительно к техникам борьбы это означает, что вы становитесь **«киберборцом»**.

Только представьте, какие необыкновенные возможности перед вами откроются, ведь «кибер-воин» обладает *сверхсилой* и *сверхвыносливостью*, у него отменная скорость реакции и великолепная координация, он чрезвычайно быстро и адекватно реагирует на любые движения и действия противника и даже способен опережать их, просчитывая возможные варианты. Отметим, что одолеть «кибер-борца» способен только такой же «кибер-воин»!

Для того чтобы по своему желанию входить в это состояние, вы должны освоить специальные *медитативные* и *психофизические* упражнения ШАР, которые будут подробно описываться в отдельной книге, посвященной данной теме. Однако отметим, что некоторые подготовительные техники вам уже должны быть известны: это – **перевоплощение** (или вхождение в соответствующий образ), **осознание себя «киборгом»** (на основе априорных *Знаний* о *глубинной* природе человеческого организма), **выполнение движений «киборга»** и многое другое.

**Каждая из перечисленных техник является ключом  
к практическому овладению состоянием «киборга»!**

Теперь напомним, что такое – **«коронный» бросок**, и *чем* этот бросок отличается от любых других, которые имеются в арсенале той или иной Школы?! Под «коронным» броском понимается такой бросок, которым боец владеет в совершенстве и способен выполнить его в любых условиях и в любом состоянии. Если вас разбудят посреди ночи, то даже в этом полусонном состоянии вы должны быть способны выполнить любой «коронный» бросок. В отличие от общего числа известных борцу приемов, «коронные» броски немногочисленны, причем, чем выше уровень бойца, тем большим числом таких бросков он владеет. Как правило, у хороших борцов в арсенале имеется несколько таких бросков.

**Количество «коронных» бросков определяет  
Мастерство борца!**

Именно «коронные» броски позволяют бросать сопротивляющегося противника (независимо от уровня его подготовки и степени развития!). Можно уверенно сказать, что «коронные» броски – это разновидность *техник превосходства*.

## РЕКОМЕНДАЦИИ БОЙЦАМ КАРАТЭ

*«Дух каратэ» объединяет людей, занимающихся японскими боевыми искусствами (БИ). Краткий исторический экскурс. Что такое «цуки» и «маваши»? Глубинный смысл каратэ. «Четкие» и «нечеткие» Школы. Развитие опережающего реагирования. Что скрывается за автоматизмом движений и реакций. О многократном повторении защитно-атакующих техник. Учитесь быть осознанными! Философия каратэ – это дзен. Почему люди занимаются боевыми искусствами?! Пробуждение «Внутреннего Наблюдателя». Цените каждое мгновение своей жизни! Экстремальная ситуация и достижение осознанности. Осознанность – ключ к победе! Притча о монахе, посохе и башимаках. «Ката борьбы»!!! Бессмысленность заучивания формальных комплексов. Техники «пошагового боя» как подготовка к спаррингам. О растяжке ног, набивке тела и разбивании предметов. Движения «киборга». Программирование противника. «Выбор целей и их поражение». Универсальная защита. «Живой (или волшебный) меч». «Каменные» защиты и удары. «Невидимый шаг (и шаги)». «Удары ветра». «Небесный воин». Травмирующие подставки. Закалка тела и Духа. «Невидимые» удары и движения. Удары на боевых скоростях – неотбиваемые!*

Трудно найти человека, который бы в наши дни ничего не слышал о каратэ-до! По популярности японские Школы и стили, безусловно, занимают лидирующие места в рейтингах боевых искусств. Миллионы людей занимаются каратэ-до и счастливы, что являются последователями этой древней *Традиции*.

**Дух каратэ объединяет людей независимо  
от возраста, пола, национальности и  
религиозных верований!**

Прежде чем мы расскажем о том, как ученикам каратэ использовать в своей практике техники и упражнения ШАР, напомним, какой *глубинный смысл* был изначально заложен в каратэ, а впоследствии оказался утраченным:

*Почему* последователи каратэ в течение многих лет **заучивают до автоматизма** одни и те же движения, а в реальных поединках, которые можно увидеть с их участием, как правило, применяют совершенно другие (далеко не каратистские!) приемы и техники?!

**Зачем на протяжении стольких лет изучать то,  
что не используется в реальном бою?!**

Ответ на этот вопрос мы уже давали ранее, когда раскрывали для широкого круга читателей **глубинный смысл каратэ**, и вы уже знаете, что именно эти заучиваемые до *автоматизма* стойки и движения, блоки и удары должны выполняться ими в реальном бою. Важно только, чтобы скорость их выполнения была максимальной – такой, чтобы противник не успевал реагировать на эти движения, не *видел* этих ударов.

Подобные *сверхскоростные* атаки мы называем «**невидимыми**», и в своих книгах мы уже познакомили вас с многочисленными техниками и упражнениями ШАР, развивающими необходимые качества. Добавим, что глубокое изучение этих материалов позволит бойцам каратэ достичь Высшего Мастерства на своем *Пути*, и наши *Знания* являются **ключом** к достижению **сверхмастерства!!!**

В нашей стране наибольшую популярность среди восточных Школ единоборств получили именно Школы каратэ. Еще в советские времена началось массовое увлечение этим видом боевых искусств, и многие, наверняка, помнят, как из рук в руки передавались ксерокопии различных пособий по каратэ и у-шу. Они представляли собой сборники, состоящие из сотен плохо отпечатанных фотографий или рисунков с изображениями классических стоек и приемов.

Хорошие книги были тогда редкостью, но даже эти скудные материалы вызывали восторг у всех, кто пытался самостоятельно изучать боевые искусства. Те же, у кого была возможность заниматься в группах под руководством опытных Мастеров, готовы были на все ради того, чтобы узнать еще один секретный прием или удар. Мы общались с людьми, которые в прошлом занимались в таких группах, и они с удовольствием поделились с нами своими воспоминаниями:

*Тренировки в летнее время проводились в лесу, где собиралось около сорока или пятидесяти человек, ловящих каждое слово или жест сэнсэя. За каждый новый удар или прием (в зависимости от его сложности) занимающиеся клали в карман мастера немалые суммы. «Сейчас я покажу удар «цуки». С вас – по рублю! – говорил учитель и показывал технику прямого удара. – Следующий удар «маваши». Он более сложный, поэтому платите по три рубля!»... и т. д.*

Сейчас, когда в любом городе ведутся занятия по самым разным Школам и стилям боевых искусств, подобная ситуация выглядит, как анекдот, и может только вызвать улыбку у молодежи, но старшее поколение помнит, что боевые искусства тогда

были под запретом и, естественно, вызывали огромное желание узнать, что же от них скрывают. В те времена люди не знали (да, и не могли знать), что на самом деле они познакомились с древнеарийской *Традицией*, к которой принадлежат сами!!!

Чтобы вам было понятно, в качестве примера рассмотрим *нашу* расшифровку известного японского удара «цуки», или, как переводят данное японское слово специалисты, **прямого удара кулаком**. Мы утверждаем, что слово «цуки», на самом деле, означает «тсуки», или «суки»! Ругаясь именно таким образом, наши *Предки* наносили **прямые удары**, сокрушая всех, кто осмеливался им противостоять. Попробуйте выполнять *прямые* удары с одновременным выкрикиванием данного ругательства, и вы поймете, какое *мощное* воздействие оно оказывает, ведь **это – боевой крик!** Добавим также, что, используя созвучия, можно было бы интерпретировать название удара «цуки» как удара «руки»: удар «цуки» – это удар руки, однако мы видим, что в японском языке согласная «р» четко произносится, что делает «созвучную» расшифровку ошибочной.

Другой яркий пример: «маваси» (или «маваши»). Так по-японски будто бы называется **круговой удар ногой!** Но что это значит на самом деле?!

Согласно *нашей* расшифровке, слово «маваши» есть не что иное как «**ма(ть) вашу**»!!! И действительно, выполняя удары ногами во все стороны по *размашистым* траекториям и выкрикивая древнее ругательство русов, вы **шокируете** любого, кто *осмелиться* противостоять вам.

Таким образом:

**«Мавашаи» – это «Мать вашу!»**

Подумайте также, что *на самом деле* означает японский боевой крик «**Ки-я!**» (или «**Ки-ай!**»)??? Что такое «**Ки-я!**»?! Подчеркнем, что в предлагаемых нами расшифровках, основанных на знании открытых нами **корней Праязыка** (включая их **мутации**), – **КЛЮЧ к правильному выполнению любых** боевых ударов и движений, поэтому наши расшифровки – настоящий подарок всем, изучающим боевые искусства, а также *Традиции* и *Культуру* народов Востока.

Как в те времена, так и сейчас большинство людей с благоговением относятся к восточным *Знаниям*. Считается, что боевые искусства, философия и мудрость могут быть только восточными, однако в предыдущих главах мы уже показывали, что это не соответствует действительности.

Пособия по каратэ не случайно были проиллюстрированы сотнями фотографий, и именно на этот факт мы хотим обратить ваше внимание. Прошли десятки лет, но книги по восточным единоборствам остались почти **неизменными**! Казалось бы, это прямо указывает на **истинность** древней *Традиции*, но все не так просто! Зачастую за «канонизированными» техниками и движениями скрываются *Знания*, увидеть которые невозможно, если *слепо* выполнять предписания, смысл которых оказался утраченным.

Мы уже знакомили вас с нашими представлениями о «четких» и «нечетких» **движениях**, и вы теперь знаете, что все Школы восточных единоборств можно в той или иной мере отнести к «четким». Напомним, что «четкие» Школы отличаются тем, что в них до *автоматизма* заучиваются приемы и техники (например, блоки, удары, формальные комплексы, ритуалы, различные каноны и пр.), именно поэтому Школы каратэ являются наиболее яркими представителями «четких» видов единоборств.

Не секрет, что для достижения мастерства в искусстве каратэ требуется многократное повторение одних и тех же движений на протяжении многих лет, однако все это делает учеников «слепыми»! Если тысячи раз повторять какое-либо движение, то человек перестает *чувствовать*, что при этом происходит. Его реакции притупляются и затормаживаются, и он уже не способен будет *адекватно* реагировать на любую нестандартную ситуацию. Чтобы избежать этого, мы рекомендуем вам быть *осознанными* даже тогда, когда вы вынуждены повторять одни и те же движения:

### **Учитесь быть осознанным!**

Именно *осознанности* учит философия *Дзен* (или, по-китайски, *Чань*), положенная в основу *Учения* каратэ-до, причем **осознанность** помогает заранее обнаружить угрозу и правильно на нее среагировать. Однако это является уже реагированием «по факту» (т.е. непосредственным реагированием на *прямую* опасность), тогда как Высшим уровнем реагирования является **опережающее реагирование**! Например, в настоящее время вы занимаетесь боевыми искусствами. Но что это значит? Это значит, что вы готовитесь к тому, что с вами может произойти в *Будущем*, именно поэтому очень важно, *как* вы тренируетесь и *что* изучаете. Ошибочные методики тренировок и ложные техники, взятые вами на вооружение, могут сыграть с вами злую шутку и обернуться бедой.

Как вы думаете, *почему* люди занимаются боевыми искусствами? Неужели только для того, чтобы научиться драться?! На самом деле, одной из главных причин, побу-

ждающих человека рисковать своей жизнью и здоровьем, является желание (или страсть) вновь испытать то удивительное состояние *ясности сознания* и *эйфории*, которые возникают в экстремальной ситуации. Реальная опасность пробуждает «*Внутреннего Наблюдателя*», и человек начинает *жить в Настоящем* и *наслаждаться Жизнью* – ценить *то*, на что раньше не обращал никакого внимания. Опасность, которая возникает в ходе спортивного поединка, не менее реальна, чем опасность, грозящая человеку в уличной схватке (ведь на татами он точно также рискует быть покалеченным или даже убитым!).

Наличие защитного снаряжения и правил, ограничивающих применение травмирующих боевых техник, существенно снижают остроту восприятия опасности, но мы рекомендуем вам вести бой так, будто никакого защитного снаряжения на вас нет, и любой пропущенный удар может оказаться решающим. Благодаря этому вы станете более собранными и внимательными и сможете полностью сосредоточиться на происходящем.

### **Осознанность – ключ к победе!!!**

Мы расскажем вам притчу, которая поможет понять многие важные моменты:

*Однажды ученик пришел домой к Учителю, чтобы поблагодарить его за обучение и попрощаться, так как он решил, что уже всему научился. Заходя в дом, он снял верхнюю одежду, поставил посох, разулся и прошел в комнату, где его ждал Учитель. Они поприветствовали друг друга, после чего ученик поведал причину своего прихода. Учитель снисходительно улыбнулся и произнес: «Это очень хорошо, что ты уже чувствуешь себя Мастером, но не можешь ли ты мне сказать, справа или слева от своих башмаков, ты оставил свой посох?» Ученик растерялся, ведь он вообще не помнил, как вошел, потому что думал о предстоящем разговоре, и именно в этот момент он осознал, что не может считать себя Мастером.*

Эта притча наглядно показывает, что людям свойственно не обращать внимания на разные «мелочи», тогда как вся наша жизнь зачастую зависит именно от этих «мелочей».

Притча учит быть **осознанными** в *обыденной* жизни, и вы можете самостоятельно привести множество случаев, когда именно из-за подобной рассеянности люди попадали в беду. Например, женщина, торопясь на работу, не может вспомнить, выключила она дома утюг или газовую плиту; в результате, переходя дорогу, она будет переживать

о своей забывчивости и может не заметить опасности. Нечто подобное случается со студентами, которые, отправляясь на экзамен или зачет, могут настолько «погрузиться» в свои мысли, что точно также не увидят опасности, подстерегающей их на улицах города.

Возвращаясь к основной теме, заметим, что многие считают, будто в каратэ нет приемов борьбы, однако нам попадались публикации одного из современных Учителей каратэ, который утверждал, что это неправда, и в качестве доказательства приводил целых три «ката борьбы» своей Школы.

### **«Ката борьбы»!!!**

Представляете?! Кто-то придумал связку из нескольких бросков и канонизировал ее. А ведь искусство рукопашного боя также многогранно, как и сама жизнь! Можно ли на основе подобных формальных комплексов научить человека техникам реального боя?! Заметим, что ученики ШАР умеют создавать разнообразные боевые комплексы, которые по своей эффективности и зрелищности не уступают канонизированным *ката* древних Мастеров, а зачастую и превосходят их. Способность самостоятельно создавать приемы и техники доказывает бессмысленность «слепого» заучивания чужих движений.

Только представьте, что тот комплекс, который вы только что создали, вы *канонизируете* и станете *механически* повторять всю свою жизнь! И это вместо того, чтобы каждый раз создавать *новые* движения, число которых практически неограниченно. Стоит ли привязываться к какому-то одному, двум или более комплексам, которые все равно не охватывают даже малой части всевозможных техник, применимых в реальной схватке?!

Вы должны научиться *творчески* подходить к своим занятиям и *освободиться* от канонов. Конечно, тренировка *памяти движений* и разнообразных позиций тела очень полезна для общего развития, но если вы осознаете, какое бесчисленное множество приемов и техник может быть использовано в том или ином комплексе, тогда поймете, о чем мы говорим. Ведь на самом деле вы можете хоть каждый день (!) создавать для себя новый комплекс и работать с ним столько, сколько заблагорассудится. Число движений, составляющих его, может варьироваться в чрезвычайно широких пределах (от единиц до десятков и сотен!). Здесь все зависит от ваших возможностей и способностей. Подробно о создании боевых комплексов (и парных, и одиночных) мы рассказы-

вали в главе «Перебирание сокровищ» в нашей первой книге. Великолепным упражнением, подготавливающим бойца каратэ к **спаррингу**, служит наработка «**пошагового боя**», которую мы подробно описывали в главе «Искусство реального боя». Напомним, что данную технику можно нарабатывать, как с напарником, так и самостоятельно (и, естественно, в самом широком диапазоне боевых скоростей).

Следующим вопросом, на котором мы кратко остановимся, является **растяжка ног**. Не секрет, что ускоренные способы овладения *шпагатом* (особенно *поперечным!*) весьма опасны для здоровья. Мы рекомендуем вам постепенно и осторожно растягивать свои связки, суставы и мышцы. Для этого можете использовать такие упражнения ШАР как: «**на краю пропасти**», «**хвост дракона**» и др. Перечисленные комплексы включают в себя различные *махи, раскачивания, вытягивания* и т. д. Благодаря этим упражнениям любой человек может постепенно повысить гибкость и подвижность своих суставов и связок, укрепить здоровье, научиться выполнять высокие (не ниже уровня ключиц!) удары ногами.

Что касается ударной **закалки** (или **набивки**) **тела**, столь популярной в Школах каратэ, то отдельные рекомендации мы уже давали в нашей второй книге, где речь шла о техниках воздействия на свое тело ударами не только рук, но и деревянной дубинкой, «когтем», резиновой шайбой и т. п. Напомним, что в первую очередь следует укреплять руки и ноги, причем удары следует наносить с постепенным увеличением силы и резкости. *Набивка* туловища должна выполняться гораздо аккуратнее, а людям, у которых есть заболевания внутренних органов, вообще не следует наносить удары по туловищу! Они могут выполнять лишь легкие похлопывания ладонями по животу или спине, а также осторожно – по голове, внимательно прислушиваясь к возникающим ощущениям. Если вдруг вы испытываете какие-либо неприятные ощущения, то следует **немедленно прекратить** выполнение набивки! Отметим, что дозированная по ощущениям и с учетом состояния здоровья ударная закалка тела прекрасно укрепляет организм, оказывая глубокое лечебное воздействие не только на мышцы, кожу, кости, связки и суставы тела, но и на все внутренние органы, включая железы внутренней секреции, головной и спинной мозг, энергетические и нервные «центры» и пр. Подробнее о техниках ударной *набивки* будет рассказано в отдельной публикации.

Занимаясь единоборствами, старайтесь не пропускать ударов в жизненно важные зоны, и помните, что никакая *набивка* не спасет вас от *акцентированного* удара, направленного вглубь тела, – удара, поражающего «*внутреннюю наковальню*», и уж тем более, от ударов, поражающих глаза, горло, пах и др. незащищенные мышцами

зоны. Нам известны случаи, когда последователи некоторых Школ и стилей единоборств целенаправленно укрепляли выбранные ими уязвимые зоны тела (например, глаза, горло, область почек, печень и пр.), затрачивая на это массу времени. Однако подумайте, стоят ли эти затраты того результата, к которому вы стремитесь?!

В Школах каратэ популярны специальные **тесты на разбивание** различных предметов (досок, кирпичей, ледяных глыб и пр.). Нередко можно увидеть показательные выступления, на которых представители разных Школ демонстрируют это искусство. Всё выглядит чрезвычайно зрелищно, и впечатляет любого человека, наблюдающего за происходящим со стороны. Кирпичи, которые бойцы разбивают о свои головы, или с помощью ударов рук и ног, рассыпаются на куски. Однако поможет ли вам «способность» раскалывать или пробивать насквозь предметы в бою?! Ведь *реальный противник* будет двигаться и защищать себя всеми доступными способами. Он не будет дожидаться, пока вы сосредоточитесь и подготовитесь, чтобы нанести решающий сокрушительный удар.

Теперь перейдем к другим рекомендациям по наработке техник ШАР применительно к каратэ. Чтобы вы смогли разобраться, как использовать классические методики подготовки бойцов каратэ, предлагаем вам освоить **техники «киборга»**. Речь идет о вхождении в особое ИСС, когда человек начинает воспринимать себя как существо, имеющее человеческую плоть из мышц, костей, кожи и пр., но в то же время человеком не являющееся. По своей сути, **человек – это биоробот** (или «киборг»), многие возможности которого находятся в *скрытом* состоянии и не изучены до сих пор. Отметим, что предлагаемые нами методики развития, а также многочисленные боевые техники, комплексы упражнений и медитации достойны самых глубоких научных исследований, и мы надеемся, что со временем такая работа будет проведена.

«Киборг» изначально обладает фантастическими по сравнению с обычным человеком *сверхвозможностями*, овладеть которыми мечтает боец любой Школы или стиля единоборств: *сверхсила, сверхскорость, сверхреакция, сверхточность, сверхкоординация*, а также – *сверхпамять, сверхчувствительность, сверхвыносливость, сверхустремленность* к выбранной цели, *бесстрашие, неуязвимость, нечувствительность* к боли, жажде, голоду, холоду, жаре и т. д. – далеко не полный перечень того, чем он владеет, и не случайно методики подготовки бойцов спецподразделений направлены на развитие в первую очередь именно этих качеств.

Согласитесь, что **бой против «киборга»** вряд ли выдержит обычный человек, так как преимущество всегда будет у того бойца, который владеет вышеперечисленными

ми боевыми качествами. Однако как же развить их? Как научиться входить в указанное состояние?..

Мы уже писали об этом в своих первых книгах. Чтобы войти в состояние «киборга» используйте уже известные вам техники: «глаза киборга», «бег киборга», «лучевых» движений, самопрограммирования, «каменного воина» и ряд других. Работа с ними позволяет практически мгновенно входить в желаемое ИСС.

Возвращаясь снова к техникам каратэ, обратите внимание, что сам характер движений бойца этой Школы, методики их тренинга и развития представляют собой не что иное, как те же самые движения «киборга»! Посмотрите, как боец каратэ двигается («движения киборга»), как он наносит удары и защищается (используя *сверхскорость*, *сверхсилу*, *сверхточность*), как он способен выдерживать сильнейшие сокрушительные удары (*закалка тела*), как он сосредоточен и нацелен на достижение победы (*самопрограммирование*) и т. д.

Ну, разве это – не киборг?! Вот и ответ на ваши вопросы. Если вы будете правильно тренироваться (используя весь арсенал каратэ), то результат будет просто ошеломляющим! Древние техники, зашифрованные в упражнениях и приемах каратэ, основаны на *Знаниях* наших *Предков* о глубинной *Природе* человека, и мы предлагаем вам не отбрасывать эти методы, а следовать им, чтобы убедиться в их стопроцентной эффективности. Здесь важно только правильно тренироваться.

Заметим, что методы обучения, которые используются в каратэ, оказывают мощное *программирующее* воздействие! Нам известны далеко не единичные примеры, когда люди, прозанимавшиеся каратэ всего лишь несколько месяцев, впоследствии не могли научиться **слитно-непрерывным** движениям, которые предлагаем мы.

Важнейшим качеством бойца является его умение оказывать на своего противника *программирующее* воздействие, и достигается это с помощью техник и упражнений, которые мы описывали в нашей второй книге в главе «Программирование противника». Используя предлагаемые нами техники, вы сможете научиться управлять движениями и реакциями своего противника, вынуждая его совершать действия, которые выгодны вам в данный момент. Только представьте, какое преимущество будет у человека, знающего заранее, что предпримет противник!

Однако важно не только *программировать* противника, но и самому уметь *настраиваться* на достижение победы. Техника «**выбор целей и их поражение**», которую мы описывали в главе «Один в поле воин» (см. книгу «Как побеждать любого противника»), позволяет одержать победу *сверхбыстрыми* и *сверхточными* ударами, поража-

ющими любые выбранные вами уязвимые зоны и части тела противника. Настроившись на достижение этой цели, вы не оставляете ему ни малейших шансов. Кроме того, участвуя в состязаниях и учебных боях по каратэ, обязательно используйте техники **универсальной защиты**, которая подробно описывается в нашей книге «Мастер рукопашного боя». Применение этой техники позволяет перекрыть любые зоны, которые могут быть атакованы противником. Заметим, что ни блок, ни передвижение не могут надежно защитить вас от неожиданного и быстрого удара, а если противник использует обманы или какие-либо уловки, то – тем более! И только *универсальная защита* способна предотвратить опасную атаку и полностью разрушить его планы. Напомним, что *универсальная защита* выполняется агрессивно и неожиданно, ведь по своей сути эта защита является атакующей.

Следующими интересными техниками ШАР, которые также могут успешно использоваться в каратэ, являются техники «**живого** (или **волшебного**) **меча**». Их описание вы можете найти в нашей первой книге в главе «Эффективные ударные формы».

Давая рекомендации бойцам каратэ, мы не можем не упомянуть об использовании состояния «**каменного воина**» (см. книгу «Мастер рукопашного боя»). Благодаря этому состоянию вы приобретете способность выдерживать значительные ударные нагрузки и одновременно наносить свои сокрушительные удары. Используя «*каменные удары*», вы легко выведете противника из строя, и он не сможет продолжать бой. Состояние «камня» является одной из многих *техник превосходства* ШАР, обеспечивающих абсолютную победу в реальном бою.

Осваивая манеры передвижений в каратэ, учитесь выполнять их максимально быстро. Такие техники мы называем «**невидимый шаг** (и **шаги**)». Используя их во время схваток, вы сможете внезапно для противника уходить от его ударов и, наоборот, сближаться на выгодную вам дистанцию так, что он не успеет осознать, как это происходит. Очень важно также научиться *координировать* свои перемещения с техниками ударов и блоков.

Для победы в состязательном бою чрезвычайно эффективны «**удары ветра**», при выполнении которых можно услышать свист рассекаемого воздуха. Такие удары являются *неотбиваемыми*, а их использование принесет вам гарантированную победу.

**Высшими техниками боя являются  
техники «небесного воина»!**

Эти техники позволяют быстро и неожиданно ускользать от любых опасных ударов. Прежде всего, мы рекомендуем использовать их в бою с более подготовленным соперником, тогда вы сможете измотать его своими перемещениями и уходами и одновременно раскрыть для нанесения ответных ударов. Начальные сведения о техниках «небесного воина» мы описываем в нашей первой книге.

К числу эффективных боевых техник, которые могут успешно использоваться в каратэ, являются **травмирующие подставки**. Ни в коем случае нельзя подставлять под удары *неукрепленные* части своего тела, в противном случае вы рискуете травмироваться сами. Речь идет о защитных движениях, которые выполняются навстречу удару, чтобы травмировать бьющие части тела противника. Травмирующие подставки должны быть **агрессивными** и выполняться навстречу удару, что резко снизит его разрушительную мощь.

### **Защита должна быть агрессивной и наступательной!**

**О набивке** (или **закалке тела и Духа!**) мы уже рассказывали ранее, поэтому лишь напомним, что ударные нагрузки следует увеличивать постепенно, чтобы случайно не причинить вреда здоровью. Ни в коем случае нельзя *калечить* себя ради достижений иллюзорной «неуязвимости» от сокрушительных ударов. Это, действительно, не более чем иллюзия, ведь у человека есть множество уязвимых зон (глаза, горло и др.), которые не могут быть укреплены без причинения вреда здоровью. Мы считаем, что недопустимо заниматься жесткой набивкой, при которой человеческое тело уподобляется механическим предметам или объектам (в виде металлических или каменных форм). Еще раз напомним о чрезвычайно высокой эффективности техник «небесного воина», используя которые вы легко сможете противостоять более подготовленному и сильному противнику.

Для достижения *гарантированной* победы ученикам и Мастерам каратэ необходимо овладеть техниками «**невидимых**» ударов и движений, которые достаточно подробно описывались ранее. Если вы научитесь двигаться с требуемыми (**боевыми!**) скоростями, то ни один из возможных противников не сможет парировать ваши удары: они окажутся **неотбиваемыми!**

**Удары на боевых скоростях – неотбиваемые!!!**

Все описанные выше рекомендации относятся к представителям **ударных** и **ударно-бросковых** Школ рукопашного боя, которых намного больше, чем вы можете себе даже представить. Однако нельзя объять необъятное! Именно поэтому разговор о рекомендациях для представителей конкретных Школ боевых искусств у нас будет еще впереди, а сейчас мы не прощаемся с вами, так как уже скоро появятся следующие книги «Библиотеки ШАР».

**Желаем Вам дальнейших успехов  
в изучении древнейшей европейской Традиции!!!**

**ЗДОРОВЬЯ, СЧАСТЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ!!!**

Москва, 2006 год