

2. ЯМА

Метод «8 Основ», как мне теперь видится, тоже плод воспоминания. Весной 2005 года я не думал о том, что вспоминаю то, что знал. Я нащупывал траекторию действий и искал способ совершить чудо и вытащить себя из глубочайшей ямы, в которую я попал. Вытащить быстро, восстановить еще быстрее, развернуть от умирания к жизни и вернуть мне хотя бы малую часть тех сил, которыми я обладал до того, как упасть в яму, в которой был острый панкреатит, ведший меня к мучительной и скорой смерти.

Как я попал в эту яму? Самонадеянность и гордыня, помноженные на глупость. И иллюзия неуязвимости. Мне было 42 года, я находился на пике физической формы. Я был гибок и эластичен, с легкостью делал сложнейшие асаны йоги, с одной стороны, с другой — имел броню мышц, достаточную, чтобы держать любой удар от любого мастера боевых искусств, был быстр, силен и обладал молниеносной реакцией. К тому же я уже достиг уровня Грандмастера боевых искусств и развил недюжинные

энергетические способности. В то время я преподавал энергетические удары и защиты: путем концентрации, особых методов дыхания и применения специальных звуков, издаваемых собственным голосом, можно было легким касанием лишать оппонента сознания, а также останавливать удары. Именно эти умения привели меня к тому, что я сам вырыл себе яму.

Мировую известность я получил как специалист в сфере Киай (воздействия звуками) и методов боевых искусств, связанных с энергетическим воздействием, в частности техник остановки ударов руками и ногами при помощи звука. Меня приглашали во многие страны мира, где все хотели увидеть подобное чудо и, конечно же, научиться. Но я сталкивался с тем, что люди отказывались верить в происходившее у них на глазах. Для большей убедительности я предлагал любому из участников многочисленных семинаров нанести мне удар в живот в полную силу — его я принимал просто на тело. Несложно представить, с какой силой и скоростью в меня влетал хорошо натренированный удар рукой или ногой, способный проломить кирпичную стену. Это было впечатляюще и без дальнейших демонстраций: я принимал удар напряжением всех мышц тела и живота, и тут раздавался хрустящий звук. Но когда я просил повторить удар и, издав негромкий звук в сочетании с легким пассом руками и особым методом дыхания, останавливал его до того, как он достигал цели (либо удар входил в контакт с телом, но уже обессиленный и пустой), картина мира самых матерых бойцов и адептов боевых искусств рушилась.

Впрочем, даже тот факт, что наносили удары их же друзья, которые не могли знать меня и уж точно не подыгрывали мне, не пробивал их ментального сопротивления. «Этого не может быть, потому что этого не может быть никогда!» Легче было заподозрить подвох, трюк, договоренность, чем допустить, что такое возможно. Поэтому я всегда сталкивался с желающими доказать невозможность таких действий или такого мастерства. Иногда в варианте: «Может, это и возможно, но точно не против меня». Наверное, очень страшно встретить нечто, находящееся за пределами собственного понимания и умения. Проще было «разоблачать» меня, отрицать увиденное. На каждом семинаре и нередко после семинара находились «разоблачители», которые настаивали на праве удара, чтобы удостовериться, что мои действия не трюк или оптический обман. Конечно, можно было не вестись на эти требования и отказывать, но самоуверенность вместе с наивным желанием просветить людей, открыть им глаза на другие возможности человека, заставляли меня принимать эти вызовы. Принять два удара в одно место за один день, если это хорошо поставленные годами тренировок удары, — максимум, на что способно тело. Больше — неизбежно травматично. И после лучше неделю восстанавливаться. Я получал минимум четыре удара за семинар.

И однажды у меня был марафон семинаров — каждый день в течение недели. Плюс обильные ужины с возлияниями и почестями и ежедневные переезды. И мое тело не выдержало — образовалась огромная киста поверх поджелудочной железы. Мне стало плохо при перелете из Евро-

пы в США. Восемь часов в воздухе я провел в непрерывной агонии. Стонал весь перелет, чем доставил много неудобств соседям. Но мне было не до них. Прибыв в Чикаго, я решил, что это пищевое отравление, и пытался справиться промыванием желудка, голоданием и другими доступными способами. Только через неделю адских болей, от которых уже не мог спать, я решил отправиться в госпиталь.

В госпитале томография показала пятисантиметровую кисту на поджелудочной железе и системное воспаление в грудной и брюшной полостях. Под раздачу попали перикард, диафрагма, почки, селезенка, желчный пузырь и печень. Такова была цена недельного самолечения из-за неправильного диагноза. Я оказался в реанимации на специальной кровати с тремя пультами в руках: управление кроватью, телевизором и «дорогой в рай» — нажатие одной кнопки завершалось впрыскиванием морфия в вену. При этом мне запретили есть и пить минимум сутки. Первая же доза морфия принесла мне долгожданное облегчение, горячий восходящий поток унес меня куда-то вверх, подальше от страдающего тела. Следующие впрыски были не столь впечатляющи, но вполне действенны. Они отделяли меня от тела с его болью и болезнью, они отделяли вообще от всего, что хоть как-то доставляло дискомфорт, не только физически, но и психически. Но на второй день я осознал, что это дорога с билетом в один конец...

В яме потери здоровья была другая яма, имя которой — смерть. Я умирал. Умирать было проще, чем выжить. Даже, в общем-то, легко и приятно, если учесть неограниченные

дозы морфия, которые вливались в меня после нажатия кнопки пульта, — ведь гуманные врачи пытались облегчить мое неизбежное, с их точки зрения, умирание. Боли уже не было, морфий успешно гасил ее. Были странные состояния эйфории, перемежающиеся с видениями и растворением сознания в каких-то облаках, в которых рождались пузыри, раскрывавшиеся в пространства событий. В основном видения были из текущей жизни, но порой вперемешку с чем-то совершенно иным. Причем во всех этих пространствах я всегда чувствовал и осознавал присутствие моего Духовного Учителя, беспристрастно наблюдавшего и как бы свидетельствовавшего происходящее. Иногда я обращался к нему с вопросами, вполне банальными и очевидными. Хотя, скорее, это было телепатическое общение, так как сил говорить уже не осталось.

Вопрос: Я умираю?

Ответ: Да. Ты практически уже умер.

Вопрос: Но я еще здесь. В принципе, умерать не так страшно и трудно. Может, это и есть мой час и мне уже пора?

Ответ: Это твой выбор. Выжить будет нелегко, почти невозможно.

Вопрос: Но как же быть со всем, что я узнал, всем, что наработал, но не успел реализовать и передать?

Ответ: Это не важно. Расслабься. Не переживай об этом.

Вопрос: Но мои близкие, мои друзья еще не готовы к тому, что меня нет. Это, скорее всего, убьет мою маму.

Ответ: Одного этого мало, чтобы выжить.

Вопрос: Но я смогу выжить? Я не готов уходить, я еще не завершил здесь свои дела.

Ответ: Все зависит от тебя. Но гарантий успеха нет, как нет и гарантий, что у тебя что-то получится.

Вопрос: Мне кажется — или вы действительно здесь, рядом со мной? Слева надо мной?

Ответ: Я всегда здесь, независимо от того, умрешь ты или выживешь. Но видишь ли ты — это зависит от тебя.

Вопрос: Я выбираю жизнь. Я смогу?

Ответ: (безмолвие).

3. ВЫЖИВАНИЕ

Я выжил, потому что потребовал извлечь морфийную иглу и стиснув зубы вцепился в умирающее изможденное тело, которое еле двигалось, похудело, одеревенело и совершенно перестало слушаться. Еще совсем недавно пластичное, гибкое и сильное, тело превратилось в груды с трудом приводимых в движение костей и массу окаменевших мышц, склеившихся, свернувшихся в узлы и полностью потерявших эластичность. Я не мог их ни промассировать, ни просто продавить. Сердце билось с трудом, а воспаление диафрагмы и перикарда сдавило грудь и не давало полноценно дышать. Ко всему прочему, воспаление поджелудочной железы, селезенки и желчного пузыря совершенно обесточило пищеварение — я едва мог есть, и только благодаря моим друзьям, которые готовили для меня пищу — легкие бульоны и жидкие каши, — я продержался достаточно долго, чтобы пережить кризис.

Первая задача — выжить — была выполнена. Но теперь мне предстояло либо переломить ситуацию и свое состояние

в сторону здоровья и полноценной жизни — либо сделаться инвалидом, сидящим всю жизнь на диете и не способным ни на что из того, что составляло до этого мою жизнь. Кисту необходимо было вырезать, поскольку ее размеры угрожали постоянным риском воспалений и нарушениями функции поджелудочной железы, равно как и прилегающих органов. Кроме того, она могла увеличиться. Но из-за острого воспалительного процесса операция была отложена.

Меня отправили домой. Через месяц я должен был вернуться на операцию. Во время диагностики были обнаружены еще и камни в желчном пузыре — он был переполнен и готов взорваться. По мнению ведущего врача, именно он был причиной воспаления поджелудочной железы. Все мои доводы, почему и как возникла киста, были выслушаны снисходительно и полностью отвергнуты как ненаучные и вообще бредовые. Поэтому желчный пузырь решено было удалить, и это нужно было сделать немедленно, невзирая на воспаление. Я воспротивился, чем вызвал большое недовольство хирурга, который настаивал на операции и утверждал, что желчный пузырь уже негоден и никогда не улучшит своего состояния, что он не особо и нужен, так как печень может компенсировать его отсутствие и люди прекрасно живут без него. Но я уперся и предложил вернуться к этому вопросу через месяц, когда буду готов к операции по удалению кисты.

Следующий месяц я провел в едином порыве, на который были брошены остатки моих жизненных сил. Я понимал, что операция на поджелудочной может поставить окончательный крест не только на моей карьере эксперта боевых

и целительных искусств, но и на самой возможности полноценной жизни. Собрал волю в кулак, я делал вращения животом в области солнечного сплетения в сочетании с дыханием, визуализацией света и, когда хватало сил, звучанием. Помимо этого, мне нужно было предпринять очистку желчного пузыря от камней. Это был месяц яростной и бескомпромиссной борьбы, потребовавшей все мои силы и всю мою волю. Я ничем больше не занимался. Но через месяц томография показала исчезновение кисты, а УЗИ — отсутствие камней в желчном пузыре.

Операцию отменили, но лечащий врач-хирург (как я узнал позже, он был светилом) вцепился в меня мертвой хваткой: давай вырежем желчный пузырь, это он причина панкреатита. Мы же, напирал он, договаривались, что вырежем, как пройдет общее воспаление. Я ему отвечал, что уже очистил его, убрал все камни, призывал в свидетели специалиста по УЗИ. Хирург настаивал: если один раз образовалось столько камней, они будут возникать постоянно, и все равно придется вырезать этот злосчастный и, по большому счету, никчемный пузырь. К тому же это рутинная и легкая операция без тяжелых последствий, да и шрам будет почти незаметным. И как я вообще могу подвергать свою жизнь такому риску, живя на бомбе из-за этого органа, без которого все люди, у кого его удалили, прекрасно себя чувствуют, и даже лучше, чем с ним?! Я ответил, что мои внутренние органы — единственные драгоценности, которыми я обладаю, других не накопил. Хоть я никогда не видел свой желчный пузырь, все равно им дорожу, очень к нему привязан и ни за что с ним не расстанусь без крайней

необходимости. Тем более что за месяц я умудрился убрать все камни. Хирург был в отчаянии от моего упрямства и «невежества», он пригрозил неотвратимым и скорым возвращением камней в желчном пузыре, на что я ответил: если они вернуться, я снова от них избавлюсь. Никогда не забуду последние слова моего врача, который наконец отказался от своих искренних попыток спасти мою жизнь и мое здоровье: «Если у вас есть такие способности, направьте их на что-то полезное...»

4. ПИРРОВА ПОБЕДА

Казалось бы — ура, я победил... Но цена победы сделала ее Пирровой: выиграв битву, я, судя по всему, проигрывал войну. Когда видишь цель ясно и четко, то можешь сфокусироваться на ней, бросить все силы на ее достижение, не думая о том, что будет после. Особенно если нет гарантий, что цель достижима. Но вот цель достигнута и можно осмотреться, оценить, какой ценой. Только теперь, расслабившись и освободившись от нависшей угрозы, я заметил, что жизненной энергии осталось ровно на то, чтобы дышать. Добраться до туалета и поползти обратно казалось подвигом. Я с трудом проглатывал пищу, заботливо приготовленную друзьями. С усилием открывал глаза и смотрел по сторонам, наводя резкость. От душевной паники спасала нехватка энергии на осмысление происходящего. В голове вяло вертелись обрывки мыслей о том, что же делать дальше. Утомительно было даже лежать — приходилось поворачиваться, чтобы избежать пролежней.

Тело как будто все же решило умереть, оно не поняло намерений своего хозяина и проигнорировало мое решение жить. Оно окостенело, задубело, онемело. Давали о себе знать и внутренние последствия распространения воспаления. Меня скрутило и согнуло куда-то вперед и немного влево, потянув туда же и голову. Левая рука перестала подниматься, безжизненно повиснув; любые попытки поднять ее хотя бы до горизонтального положения отдавались острой болью внутри, как будто затягивалась колющая проволока, обмотанная вокруг сердца. Заметив это, я испугался, запротестовал и попытался резко поднять руку вверх. От пронзившей сердце боли у меня подогнулись колени, я упал, ударившись коленными чашечками об пол, и затем повалился всем телом. Это был настоящий шок. Но еще сильнее был ужас, охвативший все мое существо. Он заставил меня сразу подняться с пола. Я инстинктивно осознал, что если я сейчас не смогу встать, то это будет катастрофа. Левая рука почти не поддерживала тело, но правая справилась и подняла меня. Ноги, все еще ватные, смогли удержать меня, и я какое-то время стоял, пытаюсь успокоиться и понять, насколько все серьезно.

Я отказывался верить, что, поднимая руку, могу упасть — даже на такое элементарное движение конечности мое тело было не способно. Я решил еще раз поднять руку. Результат оказался тем же: у меня подогнулись ноги, я опустился на одно колено, удержав себя от полного падения. Тогда я решил сесть и исследовать, насколько все плохо. Я осторожно поднимал левую руку и заметил, что каждая такая попытка натягивает что-то вокруг сердца. Видимо, во

время воспаления склеились или скрутились фасции в области перикарда, и теперь они превратились в колючие жгуты, обмотанные вокруг сердца. Поднимание рук натягивало их, а дальше тело пыталось защитить меня от повреждения сердца, выключая сознание и роняя меня на землю. Я потихоньку увеличивал высоту подъема, но даже за несколько недель так и не смог поднять руку до горизонтали. Если же я забывался и делал резкую попытку поднять ее, я оказывался на полу...

Боль вокруг сердца была не единственным препятствием. Любые движения, скручивающие или изгибающие торс, отзывались множественными очагами острой боли, настолько сильной, что мое сознание не могло противостоять ей и просто сдавалось, а тело переставало слушаться. Если добавить к этому «потерю» левой руки, а также скованность и одеревенелость ног, спазм диафрагмы и всех межреберных мышц, можно легко догадаться, что йога, которая вполне могла меня исцелить, была для меня потеряна как доступный и подходящий инструмент для восстановления.

Поначалу я возлагал большие надежды на Янтра-йогу — тибетскую йогу, переданную моим Духовным Учителем, так как посвятил ей десять лет. Это действительно мощный и самый совершенный метод йоги из всех мне известных. При подобающем овладении методами Янтра-йоги можно достичь настоящих чудес реализации, включая окончательное просветление. Но болезнь закрыла для меня возможности этой практики. Я уже не мог вернуться к тому уровню, который был когда-то освоен. Позже я неоднократно пы-

тался восстановить эту практику, но мне так и не удалось этого сделать, о чем я и по сей день сожалею.

Попытки растянуть окоченевшие и завязавшиеся в узлы мышцы со склеившимися каналами, одеревеневшими сухожилиями и связками ничего не давали. Никакого прогресса, никаких сдвигов за недели упорного труда. Не удавалось преодолеть омертвление тела и хоть немного обратить этот процесс, хотя бы частично вернуть гибкость. Количество не переходило в качество, силы тратились впустую, разочарование и страх усугублялись вместе с неудачными попытками помочь телу китайскими лекарствами, иглотерапией, гомеопатией, массажем и всеми известными мне на тот момент практиками цигуна.

Одно дело — получать эффект от практик и подобных методов, когда ты здоров или не тяжело болен. Совсем другое — когда ты сокрушен, обессилен и обесточен. Из-за внутренних спаек тело вывернуло налево и вперед так, что выпрямиться стоило колоссальных усилий, а если не выпрямляться, то появлялся дискомфорт и ощутимый застой в грудной клетке. Мне не хватало дыхания из-за плохого состояния диафрагмы и вошедших в клинч межреберных мышц. Прежде чем получить пользу от обычных методов цигуна и от дыхательных упражнений, мне предстояло найти метод для того, чтобы все же выпрямиться, расправить фасции и открыть энергетические каналы тела.

Я перепробовал все, что знал и чем владел к этому моменту. Мои собственные методы оказались полностью непригодными, так как я привык делать упражнения наивыс-

шей сложности, требовавшие пика формы и подготовки. Я не был готов к тому, что потеряю контроль над своим телом и бóльшую часть силы и энергии, а без них невозможно было делать то, что я считал для себя базовым уровнем. В течение десятков лет я двигался, расширяя горизонты возможностей силы, скорости и координации. Но у меня больше не было натренированного тела — только его руины, в них едва теплилась жизнь, неспособная восстановить самое себя.