

OD AUTORA

Rozmowy o pradawnej Tradycji stały się obecnie bardzo popularne. Profesjoniści i dyletanci, dyskutując o mistycznej spuściźnie przodków, z różnym skutkiem docierają do sedna sprawy. Większość przypuszcza, że po Tradycji zostały tylko nikłe wspomnienia i skąpe fragmenty wiedzy. W rzeczywistości ona nie zaginęła, była przekazywana w ustnej formie w gronie wtajemniczonych. Taka metoda przekazu wiedzy sprawdziła się. Przez tysiąclecia Tradycja strzeżona była w ciszy i milczeniu. Wtajemniczeni z pietyzmem przechowywali pradawną wiedzę i robili to w taki sposób, że większość ludzi była przekonana, że zaginęła. Obecnie pojawiła się możliwość opowiedzenia o minionej wielkości przodków, opisanie metod praktyki nauki starosłowiańskiej.

Książka, którą Czytelnik trzyma w ręku, jest pierwszą z serii publikacji poświęconych badaniu tajemnej spuścizny naszych przodków – pradawnym, starosłowiańskim praktykom samouzdrawiania i samodoskonalenia się. Opisano tu podstawowe kursy, specjalne treningi oparte na środkach i metodach przybyłych do nas z dalekiej przeszłości.

Książka zawiera opis podstawowych zasad Tradycji. Stanowią one oryginalne, niemające analogii praktyki samooddziaływania i samodoskonalenia się. Możliwość zapoznania Czytelnika z tą wiedzą pojawiła się dopiero teraz. Łączą się w niej starosłowiań-

skie nauki mistyczne i oryginalne opracowania autorskie oparte na studiowaniu praktyk współczesnych wiejskich znachorów, wtajemniczonych oraz posiadaczy pradawnej wiedzy. Stare metody uzdrawiające, miłosne i bojowe przystosowano do współczesnego postrzegania, połączono w działający system Tradycji, o którym autor książki już od ośmiu lat opowiada na treningach grupowych. Sposoby i metody naszych przodków wykorzystywane są przez setki ludzi w celu podtrzymania i wzmocnienia zdrowia oraz rozwiązania życiowych problemów. Doświadczenia uczestników potwierdzają wysoką efektywność i skuteczność wiedzy Tradycji.

W pierwszym rozdziale opisane są podstawowe kroki na drodze prowadzącej do jej zadziwiającego świata. Za pomocą tej tajemnej wiedzy każdy może zmienić jakość swojego życia. Doświadczenie samodzielnej pracy setek ludzi oraz zajęć na seminariach treningowych udowadnia, że pradawne praktyki są łatwe do opanowania, efektywne i nie znajdują analogii w innych naukach. Opis sposobów i metod jest tak skonstruowany, żeby w procesie samodzielnej pracy Czytelnik wchodził po schodkach samopoznania: od łatwego – do trudniejszego. To jest ważne – wtedy mamy gwarancję, że praktykujący uczestnik nie zechce wyrwać się nagle na sam szczyt, zanim nie opanuje fundamentalnych zasad, że nie skręci sobie karku na drodze do Wiedzy.

Przez lata rozwijania systemu ludzie swoim osobistym doświadczeniem wzbogacali naukę, rozszerzali arsenał sposobów i metod. Dziękuję z całego serca wszystkim, którzy od pierwszego kroku, pierwszego dnia pracy byli obok mnie i – sami aktywnie tworząc – pomagali innym. Takich ludzi jest dużo. To niemożliwe, aby wymienić wszystkich z imienia i nazwiska, dlatego z całego serca dziękuję przyjaciółom i współpracownikom w Mo-

skwie, Joszkar-Ole, Rostowie nad Donem, Orenburgu, Magnitogorsku, Rydze, Jełgawie, Wilnie i innych miastach Rosji i za granicą, a także współpracownikom w Polsce, Niemczech i innych krajach za szczere zaangażowanie w pracę i pomoc w rozwijaniu działalności. Dziękuję Wam za wszystko!

Tych Czytelników, którzy po raz pierwszy przeczytają o zasadach, systemie i metodach pradawnej Tradycji Północy, zapraszam w porywającą podróż w głąb wewnętrznego świata, gdzie rodzi się harmonia i szczęście. Korzystając z naszego wspólnego doświadczenia, zainteresowani Czytelnicy będą mogli uchylić drzwi do świata ulotnej, subtelnej energii, świata duchowego uniesienia!

WPROWADZENIE: DZIEDZICTWO PRZYSZŁOŚCI

Zgłośnień grzmiało: „...jak zgodnie przecięliśmy liny i w dal odpływała Ziemia...”, a ja namacalnie wyobraziłem sobie, jak oddala się brzeg, a postacie odprowadzających stają się coraz mniejsze i mniejsze. Dokąd unoszą nas fale, jaki obraliśmy kurs? Gdyby ktoś znał odpowiedź na to odwieczne pytanie! Dokąd zmierzamy? A gdzie kto chce! Jedni wybierają się po tajemną wiedzę w daleki świat, dziesiątki lat w podróży po utartych drogach jogi i wschodnich sztuk walki. Drudzy szukają prawdy na ścieżkach, którymi chadzał Carlos Castaneda i jego nauczyciel, don Juan. Niemało obecnie i takich, którzy odrzucając obce nauki, wybierają się w ciężką i trudną podróż do staroruskiej ezoteryki. Ale dokądkolwiek by człowiek szedł, musiał przeciąć liny, którymi był przywiązany do dawnego, znajomego i jednostajnego życia. Zrobić pierwszy krok, od którego zaczyna się każda, nawet najdalsza droga.

Ja też wiele lat temu zrobiłem taki pierwszy krok, nie podejrzewając nawet, dokąd prowadzi droga... Na początku wszystko przebiegało zgodnie z zasadami gatunku: choroba – ciężka, wyczerpująca... Medycyna ze swoim ogromnym arsenałem środków leczniczych nie umiała pomóc. I wtedy przyszło postanowienie – spróbować wykaraskać się samemu! Pierwsza próba przebiegnięcia dwustu metrów do najbliższego parku zakończyła się na jego skraju – charczącym, palącym oddechem, szalonym biciem serca i oczekiwaniem na nieuchronną śmierć. Jednak oddech stopniowo wyrównał się, bicie serca uspokoiło i okazało się, że jeszcze nie czas umierać. Trzeba spróbować coś zrobić. Choćby kilka ćwiczeń gimnastycznych. Na taki wyczyn nie wystarczyło już sił i z trudem dowlokłem się do domu. Tam położyłem się na tapczanie i znów źle się poczułem. I znów pojawiły się myśli o rychłej śmierci. Ale myśli myślami, a życie toczy się dalej. Stopniowo samopoczucie się poprawiało i choć nie było najlepsze, pozwoliło mi podnieść się ze swojego śmiertelnego łóża, by zacząć cokolwiek robić.

Tego dnia nigdy nie zapomnę! Nie dlatego, że było bardzo źle. W życiu bywały gorsze chwile... Ten dzień pamiętam dlatego, że właśnie wtedy, wczesnym zimowym rankiem, w styczniu 1985 roku przeciąłem linę, która przywiązywała moją łódkę do konwencjonalnego brzegu stereotypów i prawd życiowych.

Co było potem? Praca! Ciągła, bez czasu wolnego i urlopów, praca poświęcona tylko jednej sprawie – poznaniu siebie. I z każdym nowym krokiem w głąb siebie, swego wewnętrznego świata czułem się tak, jakbym wchodził na kolejną górę, z której widać szeroki horyzont i otwierają się nowe przestrzenie.

Na początku każdego ranka sam siebie musiałem wyciągać z łóżka i – biegałem. O tym, jak ubierałem się do tego biegania, długo można by opowiadać. Ciepła bielizna, kilka swetrów, skar-

pety – najpierw bawełniane, a potem wełniane. Ubrany na cebulę wychodziłem w mroźny poranny półmrok i biegłem do najbliższego parku, około dwustu metrów. W pierwszym tygodniu nawet ten dystans pokonywałem z wielkim trudem, ale po miesiącu zacząłem zapędzać się w głąb zaśnieżonego lasu. Tam w zaroślach odgarniałem śnieg, przygotowując miejsce do ćwiczeń.

Co w tamtych latach mogliśmy wiedzieć o Dalekim Wschodzie? Tylko trzymające w napięciu legendy i poufne opowieści o fenomenalnych umiejętnościach adeptów różnych szkół jogi, opowiadane na przyjacielskich spotkaniach. O karate i wu-shu mówiło się tylko szeptem, ponieważ oficjalnie były zakazane i nawet znajdował się na to odpowiedni paragraf w kodeksie karnym. Dlatego do głowy mi nie przyszło, żeby wykonywać jakieś skomplikowane ćwiczenia typu tai-chi lub inne tego rodzaju. Robiłem to, co umiałem. Zwykły zestaw ćwiczeń gimnastycznych rozgrzewających mięśnie i pobudzających krążenie. Pewnego razu, w czasie kolejnego porannego biegu, nagle poczułem wewnętrzny impuls. W myślach pojawił się nowy zestaw ćwiczeń. Zdecydowanie różnił się on od zwykłej porannej gimnastyki. Dlatego postanowiłem nie zwracać uwagi na wybryki fantazji i ćwiczyć tak, jak się przyzwyczaiłem. Ale, niestety, nic mi się nie udawało. Ręce nie były posłuszne, nogi plątały się... A powstały w wyobraźni zestaw ćwiczeń nadal nie znikał, a nawet stał się jeszcze bardziej wyraźny. Wtedy właśnie postanowiłem: spróbuję, co mi szkodzi. I spróbowałem. Wyszło nawet lepiej, niż mogłem przypuszczać. Ale najważniejsze, że coś się stało z ciałem, jakbym rzucił niewidoczny ciężar, pojawiło się uczucie lekkości i swobody! Sam sobie nie wierzyłem: żeby tak po prostu uwolnić się od ciągłego wewnętrznego napięcia... Jednak lekkość nie znikwała i przetrwała cały dzień. Wieczorem była już normą i wydawało się, że tak było zawsze!

Od tego ranka wszystko się zaczęło. Każdy dzień przynosił coś nowego. W ciągu miesiąca powstał nowy zestaw ćwiczeń, które wykonywałem codziennie rano. Nie był podobny do zwykłej gimnastyki i przypominał coś chińskiego... W każdym razie naczelnik naszego KGB (przypominam, wszystko to miało miejsce w 1985 r.), który także biegał co rano, przyjrzał mi się i zapytał: „To coś chińskiego?”. Nie wiedziałem, co odpowiedzieć i udałem, że się z nim zgadzam... Tak, tak, stamtąd... On więcej nie pytał, a ja schowałem się w zaroślach, jak najdalej od ciekawskich spojrzeń.

Obecnie, kiedy różnorodne systemy ćwiczeń ze Wschodu są dostępne dla wszystkich, zdaje sobie sprawę, że ten zestaw do niczego podobny nie jest. On tylko przypomina tai-chi lub wu-shu, ale nic więcej. W owym czasie nie zastanawiałem się nad tym. Ważne było dla mnie to, żeby wyzdrowieć, wyrwać się z lepkich objęć choroby, a za pomocą jakich ćwiczeń – to już była drugorzędna sprawa.

Prawdopodobnie ten etap mojego życia można byłoby pominąć. Jednak właśnie wtedy zaczęły powstawać fundamenty przyszłego ruchu, więc sądzę, że dokładny opis jest ważny dla zrozumienia jego dalszego rozwoju. Właśnie wtedy nastąpiło spotkanie z lekarzem neuropsychologiem A. Wasjutinem, który prowadził warsztaty grupowe z zakresu nauczania metod autotreningu. Na początku był to tradycyjny system Szulca-Lindemanna. Potem zapoznał nas także ze swoimi autorskimi opracowaniami i na zakończenie cyklu my też je wypróbowaliśmy.

Początkowo sceptycznie odniosłem się do autotreningu, ale sumiennie uczęszczałem na zajęcia i zaliczyłem kurs. Z czasem treningi stały się moją pasją i zacząłem praktykować je regularnie. Wtedy właśnie nastąpiły pierwsze medytacyjne załamania.

W stanie autogennej pograżenia, kiedy świadomość powinna całkowicie wyłączyć się i rozpląnąć w strumieniu monotonnych formuł autosugestii, pojawiała się nieoczekiwana myśl, że teraz należy zrobić to i to... Sceptyczny umysł buntował się i żądał, żebym nie zajmował się głupstwami. Ale myśl nie zniknęła i nauczony doświadczeniem gimnastyki, próbowałem wcielić ją w życie. Pierwsze próby, ku mojemu zdziwieniu, przyniosły pozytywne rezultaty. Udało mi się całkowicie wyłączyć, odizolować od rozpraszających czynników zewnętrznych i poczuć się uwolnionym od rzeczywistości.

Wykonywałem zestaw ćwiczeń, dwa razy dziennie przeprowadzałem relaksację oraz autogenne autosugestie i za każdym razem odkrywałem coś nowego. Ćwiczenia stawały się trudniejsze, formuły autosugestii schodziły na drugi plan i w wyobraźni pojawiały się jakieś, wydawałoby się, nierealne obrazy.

Dopiero teraz mogę powiedzieć z przekonaniem, że informacja potrzebna każdemu dla jego osobistego rozwoju rozproszona jest wokół nas. Nie jest istotne poszukiwanie informacji, ale gotowość do jej przyjęcia. W moim przypadku tak właśnie się stało. Był cel – wyzdrowieć, było dążenie do uwolnienia się od niedomagania, a więc także gorące pragnienie, które ukształtowało osobistą gotowość do przyjęcia informacji. I ona przyszła. Ale wtedy, w połowie lat osiemdziesiątych, przyjmowałem tę nieoczekiwaną wiedzę jak objawienie, jak cud, który spłynął na mnie. Cud nie w wiedzy znikąd, ale w tym, że człowiek wiedzę dostrzega, przyjmuje i uświadamia sobie, nadaje jej twórczy sens i wykorzystuje w realnym życiu. Cud – to zawsze ciężka praca na granicy samowyrzeczenia...

Nie będę teraz z chronologiczną dokładnością odtwarzać wydarzeń z tamtych lat. Ważny jest rezultat – działający, rzeczywistości pomagający ludziom system psychoenergetycznej samore-

gulacji (PESR). Opisano go w kilku książkach. Najbardziej znaną jest opublikowana w Wydawnictwie Maryjskim w 1991 roku – „Poznanie siebie”, a także wydana przez rostowskie wydawnictwo „Feniks” na początku 1997 roku pozycja „Na progu wewnętrznego świata”. W ciągu wielu lat pracy przez grupy zgłębiające psychoenergetyczną samoregulację przewinęło się kilkadziesiąt tysięcy ludzi. Tak, tak, nie przesadzam: dziesiątki tysięcy ludzi. I wszyscy w takim czy innym stopniu nauczyli się kierować swoimi reakcjami, emocjami, samopoczuciem i zdrowiem. Lecz stworzony system w jakimś stopniu powtarzał drogę, którą przeszło wielu adeptów wschodnich nauk ezoterycznych. I chociaż starałem się sposoby i metody maksymalnie przystosować do rosyjskiej mentalności, do charakteru naszego postrzegania, to jednak „wschodni ślad” wyraźnie się pojawiał. Tak było do pamiętnego 1997 roku.

W lipcu dziewięćdziesiątego siódmego nastąpiło w moim życiu przełomowe wydarzenie. Jeśli wszystko, co robiłem do tej pory, było twórczym przetworzeniem znanych nauk Wschodu, to po lipcu otworzyło się przede mną całkowicie nowe i nie-
tknięte pole działania – prastara Tradycja. Sądziłszy, że u nas, w Rosji, jeśli nawet coś było, to dawno temu i zostało definitywnie zapomniane, zaprzepaszczone podczas rewolucyjnej zawieruchy. A jednak nie! Tradycja żyje i działa, jedynie trudno jest znaleźć do niej drogę. Strażnicy prastarej Tradycji sami wybierają tego, komu mogą przekazać spuściznę. Wydawałoby się, że mam powód do dumy, oto zasłużyłem sobie, mnie powierzyli... Lecz do dumy nie ma powodu. To duże obciążenie – znać tajemnicę. I ogromna odpowiedzialność – przekazać ją ludziom, nie zaprzepaścić, nie wypaczyć. I ciągła konieczność tworzenia. Bowiem prาดawna nauka wymaga nie tylko zgłębienia i zrozumienia, ale i rozwoju, przystosowania do nowych praw życiowych i postrze-

gania współczesnych ludzi. Wzięliśmy już wszystko, co było do wzięcia z różnych nauk Wschodu i Zachodu. Ktoś tam osiągnął znaczący rezultat w osobistym rozwoju i działalności. Lecz dla wielu nauki Wschodu i mistyka Zachodu pozostają niezrozumiałe i zagadkowe, nie odpowiadają bowiem naszej mentalności i niełatwo się przyjmują.

Praktyki, o których opowiem w tej książce, prawie idealnie pasują do nas – potomków pradawnych plemion, niegdyś zamieszkujących terytorium Rosji. Zagubione w czasie, dopiero teraz zaczynają ujawniać się w świadomości ludzi. Zaryzykuję twierdzenie, że do nich należy przyszłość. Oczywiście, nie świata. Każdy naród ma własne mistyczne nauki, sposoby ich praktycznego zastosowania. Dla nas pradawna wiedza posiada szczególną wartość, ponieważ odpowiada nam z punktu widzenia ducha, umysłu, specyfiki postrzegania, mentalnej konstrukcji społeczeństwa i każdego człowieka z osobna. Mam nadzieję, że najbliższa przyszłość odkryje głębię tajemnej wiedzy Tradycji. Obecnie przywracamy spuściznę dostępną na razie niewielu ludziom. Lecz wiedza na pewno ujawni się wobec tych, którzy zaczną konsekwentnie i wytrwale studiować praktyki znachorów i metody oraczy, pomysłowość wojowników i siłę dawnych szamanów... Książka pomoże wejść do strumienia prastarej Tradycji. A z jakim poławem wróci stamtąd człowiek – będzie zależało od niego samego. Pojąć prasłowiańską wiedzę jest sprawą niesłychanie interesującą. Na tajemnych ścieżkach każdy dozna takich objawień, o jakich wcześniej mu się nawet nie śniło... Spuścizna otworzy moc dawnej kultury, pozwoli pojąć tajemnice praprzodków, dostrzec przyczyny wydarzeń zachodzących na naszej planecie. I każdy zrozumie coś najistotniejszego: co sam może zrobić dla odrodzenia minionej świetności. Nie zaraz, nie jutro! Głębię pradawnej wiedzy poznają ci, którzy dziś chodzą do żłob-

ka lub przedszkola. Lecz zaczynać należy teraz, żeby dorosłe dzieci przejęły tradycję z naszych rąk i, wzbogaciwszy ją o swoje doświadczenia, przekazały przyszłym pokoleniom!

UCHYLAJĄC ZASŁONĘ PRZESZŁOŚCI...

Stało się już u nas niedobłą tradycją chwalenie zagranicznych osiągnięć i lekceważenie własnych. To jednak zbyt pochopne i pozbawione realnych przesłanek. Do tego, żeby porównywać, trzeba chociaż wiedzieć, **co i z czym się porównuje**. Obecnie pojawiło się dużo literackich, ezoterycznych, ustnych źródeł, które odnawiają prastarą wiedzę. To pocieszające zjawisko. W ludziach budzi się chęć poznania swoich korzeni. Mogę z przekonaniem powiedzieć o tym, że mistyczna kultura przodków była bardzo wysoka. Głębia myśli filozoficznej i tajemne praktyki stworzyły unikatową spuściznę, od której odwróciliśmy się przez swoją niedomyślność. Niepotrzebnie! Poznanie przeszłości, zrozumienie duchowych korzeni formuje nie tylko światopogląd człowieka, ale tworzy podstawy przyszłości. Zasluguje my na taką przyszłość, jaką była nasza przeszłość. A jaką ona była? Tak naprawdę nikt nie może powiedzieć, ponieważ zdania są podzielone. Na jednym biegunie panują panslawistyczne nastroje, tam główna idea głosi, że wszystkie kultury świata są tylko odbiciem pradawnej kultury prasłowiańskiej. A przedstawiciele drugiego skrzydła uważają, że Słowianie, a Rosjanie w szczególności, to półdzikie plemiona, którymi rządili udzielni książęta, wywodzący się spośród oświeconych wikingów.

Z mojego punktu widzenia obie opinie dalekie są od prawdy. Lecz jak można się o niej wypowiadać, jeśli kroniki historyczne pełne są przekłamań z powodu nacisków różnych grup politycznych – nie znamy obiektywnego stanu rzeczy. A zrozumienie