



Константин Медведев

**Большая книга кремлевских  
тайн. Как остановить старение,  
предсказывать будущее и  
читать людей, словно книгу**

«Издательство АСТ»

2008

## **Медведев К.**

Большая книга кремлевских тайн. Как остановить старение, предсказывать будущее и читать людей, словно книгу /  
К. Медведев — «Издательство АСТ», 2008

В этой книге – секреты, которые до сих пор были доступны лишь элите. Вы узнаете, как при помощи специальных техник сохранить молодость, настроив тело на особую волну омоложения, а сознание на прием так называемых «вибраций Вселенной». Вы научитесь управлять интуицией и заглядывать в будущее и сумеете не просто наладить отношения с окружающими людьми, вы сможете управлять ими так, как вам хочется. Элитные знания теперь доступны вам.

© Медведев К., 2008

© Издательство АСТ, 2008

## Содержание

Кремлевские секреты	5
Мое знакомство с Мастерами	5
О «кремлевской» системе из первых рук	8
Я выполняю обещание	11
Кремлевские тайны, о которых вы узнаете из этой книги	13
В основе «кремлевской» системы – восточные оздоровительные практики	15
Мы будем работать с энергией	17
«Кремлевская» система очищения	18
Что дает «кремлевская» система очищения	18
Сигналами зашлакованности организма являются:	19
Очищение – это не только здоровье!	20
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# Константин Медведев

## Большая книга кремлевских тайн. Как остановить старение, предсказывать будущее и читать людей, словно книгу

### Кремлевские секреты

#### Мое знакомство с Мастерами

*Ом мани пеме хунг.*

*Ом мани пеме хунг.*

*Шри!*

Раскатистый басовитый многоголосый распев лам плавно обволакивает все твое существо, свинцовой тяжестью давит на плечи, темя, проникает внутрь с каждым очередным ударом гонга. Все мелькает перед глазами, бордово-желтое, золотое. Свист ветра в ушах, что-то вязкое, словно жидкий мед. И пузырьки. Несет и несет вверх. Потом обнаруживаешь свое сидящее со скрещенными ногами тело, болтающим головой как позапрошловековая китайская фарфоровая статуэтка. Причем обнаруживаешь, наблюдая за ним откуда-то сверху...

Мне доводилось бывать в буддийских дацанах Бурятии, Калмыкии, Питера. Но здесь, в Тибете, чувствуешь что-то неуловимо особенное, притягивающее. То ли это суровая красота горных пейзажей, словно сошедших с картин Периха. То ли простота, юмор и душевность лам. То ли наивная, по-детски, доверчивость и открытость местных жителей. Да, в России сейчас этого не хватает.

Я познакомился с Мастером во время одного из своих путешествий на Тибет, где в одном из буддийских храмов проходил посвящение в практику Пхо-ва.

Я жил в монастырской «гостинице» для иностранных буддистов. А их здесь бывает довольно много и довольно часто. До сих пор, правда, не могу понять, какого рожна тут делает большинство из них (как впрочем, и я сам), ерзают во время практики, зевают, чешутся. Словно все блохи Америки или прочей какой-нибудь Швеции решили вцепиться в многострадальную плоть своего земляка. Бывают среди них и упертые практики, справедливости ради надо сказать. Но в основном возникает ощущение, что люди приехали сюда ради модной тусовки.

В тот день я не сразу понял, что случилось, когда среди иностранного гвалта вдруг услышал родную русскую речь. После практик такое случается. В голове хотя и относительно чисто, но ощущение, что тетя Шура, уборщица, помыла пол и расставила все вещи не по своим местам. Плавают какие-то отдельные факты, событийные отрывки, но никак не желают оформиться в какой-то стройный смысловой ряд. Например, если кто-то произносит слово «молоко», память вытаскивает из себя, что молоко – оно белое, вроде. Но при том что оно белое, ты никак не желаешь вспомнить, что молоко можно пить, ну и так далее.

Так вот, когда в голове моей, наконец, что-то соединилось с чем-то, я обернулся. И, обернувшись, увидел перед собой девушку и мужчину, оживленно о чем-то беседующих.

Выждал я некоторое время, пока темп их разговора не снизился до того уровня, когда не так бестактно можно и прервать его, а затем подошел поприветствовать земляков и пообщаться

с ними. Особо душевного общения, впрочем, не получилось. Каждый был занят своим делом. Вежливо так обменялись замечаниями о практиках, преподаваемых нам (они тоже обучались в монастыре), о погоде – как обычно. С тем и разошлись. Честно говоря, я и сам не настолько уж общительный. Просто «на чужой сторонушке...», как говорится.

Вторая встреча произошла благодаря моей многолетней дурацкой привычке вставать с петухами и издеваться с утра пораньше над своим телом.

До начала буддийских практик есть еще пара часов, на улице предрассветная темень и холод не то чтобы собачий, но что-то около того. Я сделал разминку, растяжку, как обычно, и по обычной же программе встал «столбом» лицом на восток. Ноги широко расставлены, руки подняты на уровень плеч и словно охватывают большущий шар. Глаза полуприкрыты и созерцают лениво выплывающий диск тибетского солнца. Через некоторое время неподвижного стояния мышцы расслабляются, руки словно плавают на поверхности воды, поддерживаемые натянутыми сухожильно-мышечными меридианами и выстроенными в одну цепь костно-суставными комплексами. Ноги, почти буквально ощущаешь это, прорастают корнями глубоко в землю. Дыхание замедляется, мышление останавливается. Еще через некоторое время волны вибраций поднимаются от земли через ступни, заполняют все тело. И ты, словно только что выпустивший стрелу лук, звенишь, сотрясаешься мелкой дрожью. Или трепещешь, как наполненный ветром парус. Еще немного подождать – и вот оно, блаженство единения со всем Сущим! И это не я уже стою на этой древней святой земле, но я как бы и являюсь сейчас ею. Эти величественные горы, это солнце, небо, птицы, растительность – все это я. Ради одного только безмолвного, внесловесного понимания факта этого Единения стоит «пахать» над собой долгие и нудные часы, месяцы, годы...

Я вспоминаю, как начиналась практика «стояния столбом». Это была жуть кромешная! Поначалу выстоять каких-то 5-10 минут казалось каторгой. Руки, плечи отваливались, шея ныла, слабость, дрожь в ногах, противный липкий холодный пот. Пальцы словно деревянные и холодные как лед, судорогой сводит все тело. Жуть, одним словом!

А сейчас стою вот уже час на холода, а от тела, как от печки, пышет жаром – и это бла-женное расслабление!

А для людей, у кого проблемы со спиной? Остеохондрозы, грыжи там всякие, сколиозы. Не знаю, что им поможет так радикально, как «столб»! Надо лишь не бояться начать и найти мужество продолжать работу. Нужно лишь не обращать внимания на «добрых» советчиков и участливых сердобольцев. Верить в себя и в свои силы. И результат придет, не может не прийти! Очень мудрые люди изобрели это упражнение.

Когда я закончил «стоять столбом» и собрал энергию в нижней части живота, я обернулся. И то, что я увидел, заставило меня, мягко говоря, удивиться! Вчерашние мои знакомые, Николай и Мария, стояли шагах в 20 от меня, примерно в той же позе, что и я несколько мгновений назад. То-то мне было неуютно периодически. Словно кто-то сверлил взглядом мою спину, затылок. Поначалу я решил, что парочка издевается, подшучивает надо мной. Но при более пристальном наблюдении я заметил, что слишком уж они расслаблены, безмятежны и неподвижны для шутников. При этом положение их ног напрочь отмечало всякие мысли о возможной шутке. Бедра их были практически параллельны поверхности земли! Это при том, что я тихонько наблюдал за ними, выполняя упражнения, в течение 5–7 минут. Сам я стою в среднем «столбе». Не высоко, не низко. Пытался стоять в низкой позиции, но позвоночник изгибается, таз уходит назад. А это недопустимо. Да и ноги минут через 5 начинают гудеть от чудовищного напряжения.

Прошло уже минут 20, как они продолжали стоять «в столбе», не шелохнувшись. И бог знает, сколько еще они стояли, до того как я обернулся. Чем больше я наблюдал за ними, тем сильнее начинал их уважать. Неслабые ребята! Поначалу я искоса посматривал на них, выполняя цигуновские пассы руками. А потом и вовсе забросил это дело и открыто осталбе-

нело уставился на неожиданно возникших в моей жизни Мастеров. Кажется, мое пристальное, беззастенчивое внимание их ничуть не смущало. Они с безмятежными улыбками еще около получаса радовались жизни, стоя «столбом», затем одновременно плавно вышли из позы.

Когда я, распираемый любопытством, безо всяких предисловий подскочил к ним со своими расспросами, настала пора идти в храм к началу буддийских практик.

Николай, однако, обещал ответить на некоторые возникшие у меня вопросы и даже кое-что показать из своего арсенала. Удача, похоже, вновь улыбнулась мне во весь свой белозубый рот!

## О «кремлевской» системе из первых рук

Крепкий, хорошо развитый, с разработанными ладонями и предплечьями мужчина средних лет, с черными, тронутыми легкой сединой, коротко стриженными волосами – вот что представлял собой внешне Николай. Ничего особенного. Взгляд прямой и открытый. Глаза не отводит и не опускает, но при этом смотрит доброжелательно, без тени высокомерия. Пройдет такой мимо, и не задержится на нем взгляд. Станешь искать в нем Мастера и не найдешь ничего, что подчеркивало бы это. Мария была девушкой под стать Николаю. Серой мышкой ее не назовешь и близко. Спортивная фигура. Все на месте. Но красоту таких женщин начинаешь понимать, взглянув в их глаза, а не туда, куда обычно глядят все... Она была шатенка, лет 25–27 (я обалдел, когда впоследствии узнал, что ей 43). Мария скромно представилась инструктором по Непальской йоге. Никогда раньше не слышал о такой. Николай оказался врачом-рефлексотерапевтом, знатоком нетрадиционной (восточной) медицины, включающей всякие там укалывания иглами, прижигания, точечный массаж, лечение травами и прочими снадобьями. Помимо этого он был специалистом по цигун. Причем специалистом высокого класса, в чем я имел возможность убедиться и убеждался позже не раз.

Точно так же, как и Мария в своей области (пару раз видел, что она вытворяла со своими суставами, это, я вам скажу, что-то!), он вряд ли был рядовым инструктором.

При более близком знакомстве, возникшем благодаря общим интересам и увлечениям, выяснилось, что Николай и Мария работали в одном интересном учреждении, целью и задачей которого были забота о здоровье высокопоставленных (очень высокопоставленных!) товарищей и их августейших половинок. И находились Мария и Николай как бы в командировке от этого самого учреждения, с целью повышения квалификации и мастерства (хотя, на мой взгляд, повышать было нечего и некуда). В списке командировочных заданий, помимо различных лечебно-оздоровительных систем, было задание изучить и адаптировать к кремлевской жизни практики тибетских мастеров, буддизм и другие религиозные доктрины Ближнего и Дальнего Востока, а также юго-восточной Азии и т. п.

Брови мои со страшной скоростью поползли куда-то в сторону макушки от удивления, когда я узнал, как эта парочка оказалась в Тибете. В жизни своей не предположил бы, что нашим партократам не чужды занятия в духе энергетических практик. Зачем тратить свободное время на разные там асаны, цигуны и медитации, вместо того чтобы блистательно представлять себя и страну на разных зарубежных фуршетах и раутах и нежиться где-нибудь на Багамах или Карибах. Я высказал свои сомнения ребятам. Мария усмехнулась: «Так-то оно так, но, видишь ли, *там* ставят перед собой задачу максимального продления жизни. Сам знаешь, из них песок сыплется, а они заводят себе молоденьких любовниц, веселятся, устраивают праздник жизни. Для этого всего нужны практически неиссякаемые запасы энергии. Целая структура работает на то, чтобы эту энергию доставлять по адресу: разрабатываются тренинги, системы упражнений, рационы, индивидуальные программы. Опять же, дамам грезится, что еще немного – и они постигнут рецепт вечной молодости. У них, понимаешь ли, мода на молодых любовников». В ее словах слышались презрительные нотки. Мне стало не по себе: с одной стороны, мы в Тибете, с другой – уши есть везде. Если человек настолько открыто обсуждает власти предержащие, он либо потенциальный самоубийца, либо... «Вы решили не возвращаться?» – осторожно спросил я. Николай рассмеялся: «А ты сообразительный, однако. Так и есть. Поддастала нас эта суeta вокруг старческих мощей, нуждающихся в перманентной реанимации. Хотим работать с обычными, нормальными людьми, которые нуждаются в наших советах ничуть не меньше, нежели эти красные дьяволята». «Откроете школу на Западе?» – выпалил я в лоб. «Ведем переговоры, – уклончиво ответила Мария, – все должно получиться. Только вот...» «Что?» – «Да жалко, что наши-то, свои люди так и останутся без необходимых

им знаний. Хотелось бы в своей стране помочь кому-то, пойми, мы же не из-за денег решили развязаться с Союзом. Просто осточертело это все, живешь как под колпаком, шаг в сторону – побег». «А что, вам не разрешено заниматься преподаванием?» – наивно осведомился я. «Да какое, – горестно вздохнул Николай. – Они же все жуткие собственники. Они считают, что знание может и должно принадлежать только им. Им – вечная жизнь и молодость, энергия, а остальным – ничего. Да ленивые такие, черти, говоришь им, внушаешь, что, мол, надо работать над собой, заниматься своим телом, дыханием, правильно питаться… А им хоть кол на голове теши. Они считают, что им надо только рот вовремя разевать, чтобы туда все в готовом виде загружалось и оставалось только проглотить». «Не хотят работать над собой?» – «Да ясно, что не хотят! И других нельзя учить. Вот мы и сваливаем. Живем, в общем-то на всем готовом, имеем все, что нужно. Но осточертело». «Слушай, – Мария обратилась к Николаю. – А может, мы оставим ему [она имела в виду меня] наши конспекты? Он найдет способ опубликовать в России. Вот и получится, что мы все-таки что-то хорошее сделаем для своих, а?» – «Почему нет? – он внимательно посмотрел на меня. – А ты-то сам как к этой идее отнесешься? Возьмешься за такую задачу? Не побоишься? Не сейчас, а когда в стране дышать легче станет. А такое время неизбежно придет».

«Не побоюсь. Только вот нужны будут какие-то комментарии с вашей стороны. Я не знаю, что там, в ваших конспектах, но вдруг не смогу адекватно разобраться?» «Да не проблема, – Николай еще раз испытующе посмотрел на меня. – Мы тут еще как минимум неделю. Сейчас дадим тебе материалы, изучай, спрашивай – ответим на все вопросы».

Вот так я вдруг оказался хранителем секретных установок, которые были созданы специально для отечественной верхушки периода развитого социализма. Я бы подумал, что все это блеф, если бы не был точно уверен в том, что Николай и Мария – настоящие Мастера. Что же, оставалось разобраться в том, что они мне предоставили, прояснить для себя некоторые вопросы – а потом по окazии довести информацию до широкой российской аудитории. Тогда мне не приходило в голову, что я смогу это сделать только через несколько лет – по не зависящим от меня обстоятельствам. Однако должен отметить, что на протяжении этих нескольких лет я сам практиковал систему, которую сейчас довожу до вашего сведения, а заодно приобщил к ней ряд своих знакомых. Результаты превзошли все ожидания. Мы честно воплощали все принципы, разработанные для кремлевской элиты: если надо было делать упражнения – делали их, надо было в чем-то себя ограничить – ограничивали, старались постоянно правильно дышать и вообще соблюдать скрупулезно все инструкции. И получилось вот что:

- + каждый из нас (а адаптировали к себе систему около 30 человек) выглядит сейчас примерно на 10 лет моложе своего биологического возраста;
- + мы перестали болеть простудными и вирусными заболеваниями; у меня, например, банаальный насморк был последний раз, наверное, до той моей поездки на Тибет;
- + у нас улучшилось зрение (например, моя супруга практически избавилась от близорукости и астигматизма);
- + мы избавились от проблем в работе желудочно-кишечного тракта;
- + стабильно, как часы, работает выделительная система; почки очевидно оздоровились;
- + гораздо лучше теперь функционируют:
  - опорно-двигательный аппарат;
  - дыхательная система;
  - нервная система;
- + у нас не возникает депрессий, навязчивостей и страхов;
- + улучшилась память, у некоторых из нас появились экстросенсорные способности;
- + развилась интуиция, умение предвидеть возможный исход разных событий.

Однако, как я уже сказал, в то время мне еще только предстояло познакомиться с кремлевской системой на практике. А пока я пытался осмыслить то, о чем узнал. Да, черт побери,

тяжело было представить, как какой-нибудь босс, с трудом ворочающий языком, закручивает свое бренное тело в какую-нибудь матсыендрасану или истово отпевает некую буддийскую или шивантскую мантру, перебирая четки трясущейся рукой (впрочем, Мастера сетовали на леность своих подопечных и нежелание заниматься требующими приложения энергии практиками). На мои прямые вопросы Николай ответил, что только некоторые из его «клиентов» оказались способны работать «по-взрослому». А остальные так, время от времени, по мере необходимости пользовались его услугами специалиста по акупунктуре и знатока различных видов массажа.

Итак, в течение недели я обращался к моим Наставникам с вопросами, осмысливал ответы, делал записи. Теперь пришло время сдержать данное тогда в Тибете обещание и обнародовать наработки, которые волей случая попали мне в руки. По их настоянию в книге я представляю базовый уровень так называемой «кремлевской» системы, наиболее простой, понятный и необходимый и боссу и простому смертному. Почему я называю систему «кремлевской», думаю, вам понятно. Она была разработана для высшего эшелона совдеповской власти, с ее помощью ставили на ноги партийных «членов», чуть ли не из гроба поднимали генсеков, превращали их стареющих жен и подруг в майские цветочки и т. д. Конечно, мне не называли конкретных имен. Но очевидно, что конечным «продуктом» системы (т. е. ее основными принципами, комплексами упражнений) пользовались люди, как минимум входившие в Кремль.

## Я выполняю обещание

Много воды утекло с того времени, когда я встретил Николая и Марию. Страна начала как-то неуклюже, то ли с родовыми муками, то ли с позывами на рвоту от отвращения, становиться на новые, непривычные для себя рельсы...

Все вокруг начали делиться на своих и чужих, левых, правых и неправых. В копейку оценивалась бесценная человеческая жизнь. Все покупалось и продавалось.

Грустно было смотреть на страну, которая как пожилая женщина, привыкшая трудиться, в одночасье по воле злого рока потеряла все и теперь вынуждена стыдливо протягивать сложенную лодочкой ладонь, чтобы не умереть с голоду.

Мне рассказывали случай, когда одна пожилая женщина пыталась вынести тайком буханку хлеба из магазина. Продавщица, молодая девушка, заметила это и схватила женщину за руку, ругая ее при этом и осмеивая. Милицонер, проходивший мимо, узнал в этой несчастной женщине свою старую школьную учительницу то ли по литературе, то ли по истории и заплатил за хлеб... Говорят, соседи через несколько дней позвонили и вызвали милицию. Когда наряд приехал, все увидели старую учительницу с петлей на шее. Рядом на столе лежала нетронутая буханка хлеба...

Я забросил живопись (до того был художник по специальности), как-то не смог переключиться на халтуру, которую тогда называли модерном. Стал преподавать восточные единоборства, ушел глубоко в себя и, похоже, надолго завис в этом состоянии. Помню, частенько посещала мысль «свалить» в какой-нибудь буддийский монастырь или в горы отшельником, да что-то все мешало, не срасталось. Собственно я практически и был отшельником. Отшельником в миру. Мудрые говорили, что трудное это дело жить в миру, не являясь частью его.

Впрочем, просто жить, превозмогая трудности, и оставаться при этом человеком, не наступая никому на горло ради собственной выгоды, а наоборот помогать слабым, нуждающимся в твоей помощи, это может быть даже труднее. Далее я хотел бы привести некоторые практики, которые, как мне кажется, могут помочь человеку. Нормальному обычному человеку, живущему нормальной человеческой жизнью, с ее радостями и неудачами, взлетами и падениями. Для того чтобы в полной мере практиковать системы, разработанные мастерами прошлого, необходимо перестроить свою жизнь так, чтобы все, что человек делает, было как бы в тени этих практик. То есть мастер, живущий в социуме, отслеживает все составляющие своего взаимодействия с окружающим миром, с людьми в первую очередь. Как он общается, как ведет себя, как обходит «подводные камни», возникающие при взаимодействии с людьми, и тому подобное. Одним словом можно сказать, что все, что делает мастер, является практикой, тренировкой. Для большинства людей это неприемлемо. Если мы выходим из дома, и нам наступают на ногу, толкают, да еще при этом орут, чтоб «смотрел куда прешь», наше равновесие будет непременно нарушено. А мастер, скорее всего, эту ситуацию обойдет, так как отслеживает все составляющие событий и понимает, что все не возникает случайно, само по себе.

Есть древняя японская легенда о двух мастерах, изготавливавших самурайские мечи. Первый мастер воткнул свой меч в ручей и все проплывающие мимо листья были разрезаны надвое острым как лезвие бритвы мечом. Когда меч воткнул второй мастер, листья, приближившиеся к мечу, благополучно огибли его и упливали невредимыми. Возможно, это вымысел, но и в самом деле гармония, мир, баланс – когда нет победителей и нет проигравших, в этом истинный смысл боевых искусств. Как впрочем, и любых

других систем, ориентированных на максимальное раскрытие человеческих возможностей.

...Через неделю после нашей первой встречи Николай и Мария уехали в неизвестном направлении, я ничего не слышал о них довольно давно. И вот буквально год назад я увидел их фотографию на развороте одного глянцевого журнала. Они улыбались, все такие же моложавые, подтянутые, белозубые. А вокруг них стояли такие же стройные и сильные люди. Из небольшой статьи я узнал, что герр и фрау Циммерман-Николай держат в центре Германии школу самосовершенствования. Они сами ведут практические занятия, активно продвигая принципы даосизма, цигун, йоги, тибетской гимнастики и самомассажа и прочих восточных практик. «Когда-то благодаря этой системе продлили свою жизнь многие именитые люди в России, – сказал в интервью журналу герр Циммерман-Николай. – Мы любим вашу страну и надеемся, что наша система будет известна и у вас. Она должна стать достоянием каждого человека».

«Ну конечно! – мысленно воскликнул я. – Пришло время выполнить свое обещание! Надо срочно готовить книжку, время пришло».

## Кремлевские тайны, о которых вы узнаете из этой книги

Теперь вы знаете, как создавалась «кремлевская» система и для кого. Поговорим немного о ее эффективности, и о том, что эта система даст лично вам. Может быть кто-то усомнился, что «кремлевская» система работает. Может быть, кто-то скептически качает головой и говорит: «Ну-ну, что же это они с такой замечательной системой так плохо правили, развалили всю страну... Не было бы этих „живых трупов“ у власти, может, и жили бы получше». Для сомневающихся небольшой урок истории.

Наша страна перенесла самую страшную войну за все существование человечества. И не просто перенесла, а вынесла на своих плечах. По оценкам западных специалистов на восстановление СССР после войны должно было потребоваться 50–80 лет. Никак не меньше. А мы восстановили экономику за первую послевоенную пятилетку. Без мудрого управления такой рывок был бы невозможен. Это раз.

Наша страна имела огромный вес и авторитет в мире. Это сейчас можно без спросу размещать свои комплексы ПВО прямо у наших границ. А вот попробовали бы натовцы сделать это при Брежневе, о чьей дряхлости так любят рассказывать анекдоты. Это два.

И, наконец, бесплатная система здравоохранения и образования, которая была в СССР, – это мечта для многих процветающих стран. В замечательных США, с которых мы берем теперь пример, вся медицина платная. Любители сериалов, наверное, вспомнят душевые муки докторов из «Скорой помощи», которые и рады бы сделать операцию больному ребенку из бедной семьи, да не могут. Страховки нет. Ну, а советское образование (абсолютно бесплатное) котировалось и пока еще котируется во многих западных странах. Легко ли было создать такую систему и заставить ее работать? Думается, что не просто. Это три. А можно написать еще и четыре, и пять, и десять пунктов, доказывающих, что не все у нас было плохо. Управлять наши лидеры умели, и добиваться своего тоже, причем делали они это успешно даже в очень преклонном возрасте.

А сейчас открою вам первую «кремлевскую» тайну – особенной популярностью пользовались два комплекса: омоложения и развития интуиции.

Без молодости и энергии, понятное дело, много не направишь, тем более, что возраст у наших правителей был отнюдь не юный. Без интуиции и умения видеть чуть дальше противника невозможно было бы разрешить многие внутри и внешнеполитические кризисы. Именно об этих двух комплексах – двух тайнах здоровья и управления – и пойдет речь в этой книге.

Я не случайно объединил молодость и интуицию в одну книгу. На самом деле интуиция и молодость взаимосвязаны. Молодость и умение провидеть – это особый настрой нашего организма: тела и сознания. Настрой организма на здоровье и аккумуляцию энергии – это молодость, а настрой сознания на прием сигналов, которые посыпает нам Вселенная (сны, странные совпадения, стечения обстоятельств и т. д.), – это интуиция.

Существуют специальные техники, которые создают этот настрой. О них вы узнаете из моей книги. Но начнем мы не с этих техник и тренингов, а с главного – с очищения организма. Это первый шаг к обретению специального настроя.

Очищение необходимо и для омоложения организма, и для развития интуиции. С молодостью все, надеюсь, понятно. Быть бодрым и энергичным нам мешают болезни, болезни возникают из-за зашлакованности организма, значит, очищение – это путь к омоложению.

Очищение имеет большое значение и для развития интуиции и вообще сверхспособностей. Давайте вспомним магов, шаманов, астрологов, которые всегда помогали правителям, стояли в тени трона, но их слово весило порой больше, чем слова министров и стратегов. Известно, что перед тем, как стать провидцем, такой человек проходил специальную процедуру – посвящение. Детали ее разняться от культуры к культуре, но общее одно: человек в

том числе постился и очищался. Что происходило во время этой процедуры? С научной, медицинской, точки зрения, очищались сосуды, восстанавливалось кровообращение, изменялся химический состав клеток и тканей (в лучшую сторону, разумеется). В результате улучшалась память, восприятие, внимание. Человек, прошедший очищение, начинал подмечать больше деталей, лучше анализировать происходящее, одним словом, быстрее соображал.

С точки зрения духа, очищаясь, будущий специалист по работе с психической энергией избавлялся от стереотипов, чужого влияния, обычаев, что позволяло взглянуть на мир незамутненным, чистым взором. Видеть то, что есть, а не то, что должно.

Поэтому очищение (конечно специальное, выстроенное по определенным законам) оказывает поразительное действие, и обойти его мы с вами никак не можем. С него и начнем.

Ну, а после, когда первый шаг будет сделан, когда вы почувствуете легкость, когда энергия будет, что называется, бить через край, мы приступим к изучению интереснейших техник омоложения и развития интуиции. Им будут посвящены вторая и третья часть книги.

## **В основе «кремлевской» системы – восточные оздоровительные практики**

Думаю, всем уже понятно, что в основе так называемой «кремлевской» системы здоровья лежат восточные оздоровительные практики. Это совершенно закономерно. Именно восточные философы ставили своей целью так сбалансировать все системы человеческого тела, чтобы они пребывали в состоянии максимальной гармонии – это в то время, как, согласно западной традиции, каждый орган, каждая система рассматриваются как некое суверенное поле, которое нужно и должно врачевать независимо от других органов и систем. Именно восточные цели-тэли разрабатывали веками теоретические предпосылки бессмертия и научились продлять человеческую жизнь на весьма продолжительное время – а западные представители медицины решали локальные проблемы конкретных недугов и практически не предпринимали шагов в направлении обеспечения максимальной продолжительности человеческой жизни. Восточное знание представителям западной цивилизации всегда казалось сокровенным, альтернативным – и поэтому свои изыскания кремлевские инструкторы сосредоточили именно там.

Итак, был взят курс на восточные практики, базирующиеся на изучении законов Вселенной, конечная задача которых – достижение бессмертия.

### **Из Конспекта Кремлевских Мастеров.**

Согласно восточной доктрине, над всем сущим стоит Творец-Абсолют, Запредельное, находящееся в сфере небытия, то есть за пределами мира сотворенного. Его обычно называют Уцзи. Весь мир проявленных форм сотворен им при помощи намерения и тонкоматериальной субстанции, которую назовем «Ци» (с китайского—«воздух, газ, энергия и т. д.»). Самая распространенная трактовка Ци – энергия. Она имеет две полярности: Инь – пассивное, темное, холодное, женское; и Ян – активное, светлое, горячее, мужское. Находясь в состоянии покоя, в равновесии, Инь и Ян представляют собой баланс, великий предел, или Тайцзи. В материальном мире состояние Тайцзи означает мир, любовь, свет: собаки не кусают людей, люди не кусают друг друга, воевать не с кем и не за чем. Американцы не кричат, что они лучшие в мире, русские не пьют водку, атмосфера не отправляется выхлопами, реки не загаживаются отбросами производства, чистую воду перестали продавать в бутылках, потому что ее полно в любом ручейке, протекающем возле дома. Нет бедных и обездоленных, все счастливы и довольны. Боюсь, что тысячи полторы лет (по скромным подсчетам) человечеству такое счастье не грозит. Для одного отдельно взятого человека, достигшего состояния Тайцзи, это как минимум означает просветление (хотя отдаю себе отчет в том, что этот термин практически ничего не объясняет). В состоянии противоборства, конфликта Инь и Ян творят мир проявленных форм. Этот конфликт не то чтобы совсем уж войны. Никто здесь не хочет «замочить» другого (как Путин террористов). Скорее это можно сравнить с соревнованием, где каждый хочет стать первым, как в спорте например. Но так же, как и в спорте, для того чтобы стать первым, нужен кто-то, относительно кого ты бы стал первым. Нужен соперник, нужен конфликт, иначе неувязка. Поэтому Инь и Ян борются друг с другом, побеждают друг друга попеременно, безо всякой надежды победить раз и навсегда. Этую борьбу противоположностей можно наблюдать как смену дня (Ян) и ночи (Инь), лета и зимы, добра и зла и т. д. и т. п. Поэтому вынужден вас огорчить: добро никогда не победит зло, как, впрочем, и наоборот. Ведь

существование одного из них зависит от наличия другого. На этой планете именно так все и задумано. И Сатана никогда не придет в этот мир (хотя, собственно, когда и куда он уходил, если он в голове у любого праведника?). Продолжая сражаться, Инь и Ян помимо прочего (опустим подробности) порождают так называемые пять элементов, или пять действий. Из этих пяти элементов состоит весь материальный мир. Из них же состоит и человек. Это Огонь, Земля (почва), Металл, Вода, Дерево.

Помню, прочитав этот теоретический пассаж, я обратился к Николаю с вопросом:

– Если они все знали про Тайцзи, то почему их политика формировалась настолько бесполково? Почему они затевали войны, когда заведомо известно, что победителей и побежденных по определению нет и быть не может? Они были совсем плохими учениками?

– Я же говорил тебе, они не отличались прилежностью. У них были узкие цели, и они хотели, чтобы работал на эти цели кто-нибудь другой, а не они сами.

## Мы будем работать с энергией

Известно, что человеческий организм – это особая система, разработанная и предназначена для длительной жизни, в том числе в условиях лишений и долговременных перегрузок. Естественные механизмы, заложенные в человеке изначально, настроены на реабилитацию, возрождение, самовоспроизведение. Однако на практике мы сталкиваемся совершенно с другим: мы стареем, болеем, впадаем в немочь и слабоумие. С чем это связано? Наши исследования показали, что виной тому становится закупорка каналов, по которым передается энергия. Всем известен принцип работы любого электроприбора. Когда он включен в сеть, он функционирует. В сети начинает падать напряжение – и он барахлит. То же самое происходит, если перетирается кабель. Если доступ тока прекращается, прибор перестает работать. Разве не аналогия с человеком? Когда его энергетические меридианы настроены на прием энергии извне, он нормально функционирует, жизнедеятелен. Происходит сбой в работе меридианов, образуется застой энергии – и, как результат, человек выбивается из колеи. Цепочка такова: недомогания, болезни, органические поражения, смерть. Если же поддерживать постоянно энергетические меридианы в нужном состоянии, то энергия будет свободно циркулировать в теле человека и он будет неподвластен болезням, старению, а смерть отодвинется неопределенно далеко.

Главными элементами системы энергообмена являются особые зоны головного и спинного мозга, а также глаза, через которые у нас и происходит процесс поглощения и передачи энергии. Несколько тысяч лет назад у человека был третий глаз, который представлял собой орган интуиции, поскольку работал как антenna, передающая и улавливающая энергию. В течение эволюции человек утратил третий глаз и его функции делегировались глазам, которые изначально были только органами зрения.

Анализ сверхвозможностей человека и путей их реализации – не тема данной книги. Несомненно, что мы настроены на ритм Вселенной, что мы подвержены влиянию магнитных бурь, катаклизмов на Солнце и прочих событий космического масштаба, сопровождающихся выбросом энергии. Известно, что именно благодаря возможности подключаться к Высшим энергоинформационным полям человек получает возможность считывать некие программы, которые определяют его жизнь, трансформировать и адаптировать их, работать под их руководством.

Однако моя цель уже, нежели рассмотрение этих связей и анализ влияния Глобального энергетического поля на человека. В своей книге я представляю первичные методики, освоив которые можно реанимировать работу своих энергетических меридианов, а значит, повернуть вспять процессы старения, болезни; использовать циркуляцию энергии для естественного омоложения и оздоровления своего организма; вернуть потерянную в процессе эволюции способность предвидеть будущее; натренировать интуицию. Мы вернемся к истокам, к начальному уровню энергообмена со Вселенной, изучением которого занимаются секретные лаборатории ведущих мировых держав. Я не ставлю перед собой задачу проникнуть в их тайные разработки и, тем более, обнародовать их. Я просто выполняю свое обещание, данное несколько лет назад людям, которых я, как вы уже поняли, склонен называть Кремлевскими Мастерами.

## «Кремлевская» система очищения

### Что дает «кремлевская» система очищения

Не будем уже останавливаться на том, что очищение нам необходимо для дальнейших занятий по омоложению и развитию интуиции. Кроме того:

Во-первых, наступает реальное и стойкое улучшение самочувствия.

Во-вторых, само очищение происходит очень мягко, безболезненно.

В-третьих, чистка не нарушает привычного ритма жизни.

В-четвертых, организм возвращается в то исходное состояние, когда все регулировалось само, не вызывая никаких сбоев.

А самое главное – очищение «по-кремлевски» стабилизирует все показатели жизни, не только здоровье! Ведь каждый наш внутренний орган энергетически привязан к какой-то сфере жизни. Когда он очищается, успеху в данной сфере загорается зеленый свет! Так происходит потому, что энергия, ранее тратившаяся на обезвреживание токсинов, высвобождается и поступает в наше распоряжение.

*Чистите кишечник – исчезают денежные проблемы, чистите печень – вы становитесь творческим человеком, а в вашу жизнь приходит изобилие, чистите почки – начинается карьерный рост, прочищаете сосуды – повышается ваш авторитет, степень влияния на других и так далее.*

Высвобождаемые чистками по-кремлевски запасы энергии – колоссальны! А чем больше энергетический ресурс человека, тем он могущественнее, тем шире его возможности. У кого много энергии, тот богат. Богат во всех отношениях. Так что чистка дает ключи к решению очень многих проблем, никак с ней напрямую не связанных.

## **Сигналами зашлакованности организма являются:**

- + любые (!) болезни;
- + субъективное ощущение невозможности привести в порядок свои дела;
- + апатия, приступы пессимизма;
- + безволие, невозможность сформулировать текущие и перспективные цели и задачи;
- + ипохондрия и – на ее фоне – повышенная склонность к болезням;
- + внешняя квелость, отсутствие энергии, блеска в глазах;
- + не мотивированное ничем конкретным чувство дискомфорта;
- + синдром хронической усталости.

Многим из читателей, кто уже не раз обращался к литературе по очищению органов и систем организма, бросится в глаза, что приведенные мной признаки зашлакованности несколько отличаются от традиционно обсуждаемых. И так будет на каждом шагу: «кремлевская» система, как я уже говорил, разительно отличается от прочих систем оздоровления.

Если хотите, в ней больше логики, она четче и продуктивнее, в ней меньше общих мест и неоправданных сложностей.

Что касается признаков забитости изнутри грязью, то тут все предельно ясно. Все болезни появляются только (!) на фоне энергетической недостаточности, а она – в свою очередь – есть следствие зашлакованности. Я об этом уже говорил. Болезнь и заполненность изнутри всяким мусором, необходимость носить в себе килограммы нечистот закономерно вызывают у человека апатию, безволие и пр. Попробуйте таскать целыми днями на спине мешки с дерьмом, совершенно непонятно зачем, бессмысленно и обреченно. Какие вы при этом будете испытывать чувства? Каковы будут ваши желания? Если вы не знаете, почему у вас дурное настроение и недомогание, – это значит, что вы таскаете эти самые мешки, только внутри себя – что еще печальнее. Почему? Потому что вы даже не можете определить для себя, что вас гнетет. Вам просто плохо.

У вас случаются времена от времени такие состояния? Если да, то давайте решать вашу проблему. Она, на самом деле, не так уж и сложна. У вас все получится – будьте уверены: у всех, кто работает над собой по «кремлевской» системе, все рано или поздно получается.

## **Очищение – это не только здоровье! Великая тайна человеческого организма**

То, что для поддержания своего здоровья на приемлемом уровне надо периодически очищаться, известно всем. Но мало кто знает о другом воздействии чисток: они регулируют эмоциональные проявления, приводя в порядок психику, и… открывают путь к успеху в жизни. Я уже вскользь говорил об этом. Например, вы очищаете кишечник, и у вас автоматически налаживается финансовая сторона жизни. Очень заманчивая перспектива, согласны? Вам никогда такое не приходило в голову? Вы ничего такого не слышали? А это факт. Предоставляю слово Мастерам.

### **Пять элементов и внутренние органы**

#### **Из конспектов Кремлевских Мастеров**

Вся Вселенная проникнута незримой энергией, которую на Востоке называют *ци*. *Ци* – это всемогущая сила, несущая жизнь и управляющая всеми процессами во Вселенной. Эта энергия присутствует везде и может принимать бесконечное множество форм. Все, что мы видим и слышим, осязаем, обоняем и ощущаем на вкус, – не что иное, как внешние проявления *ци*.

Несмотря на это многообразие, все во Вселенной можно отнести к одной из пяти категорий, которые соответствуют пяти разновидностям *ци*, называемым стихиями: Огню, Воде, Земле, Дереву и Металлу. Весь материальный мир состоит из этих пяти элементов. И человек – не исключение. Каждый внутренний орган, система, часть тела и человек в целом несут в себе какую-то стихию. Личная стихия человека зависит от года его рождения, то есть у каждого она своя. А вот органы являются воплощением вполне конкретных элементов, и это одинаково у всех людей.

В организме человека каждый элемент представлен двумя внутренними органами – плотным и полым, одним или несколькими внешними и какой-то разновидностью тканей. Плотные органы – это кладовые энергии. Они производят и накапливают питательные вещества и жизненную силу *ци*. Полые органы – фильтрующие, служат для восприятия пищи, пищеварения и всасывания, это «рабочие лошадки».

Стихии **Огня** соответствуют сердце (плотный орган) и тонкий кишечник (полый орган).

Сердце обеспечивает продвижение крови по сосудам, одновременно контролируя состояние их самих. Этот орган также управляет психической деятельностью. От него зависит состояние духа, работа сознания, память, мышление и сон. Любые нарушения психики и такие явления, как беспричинный страх, сердцебиение, бессонница, легко устраняются очищением сердечно-сосудистой системы.

Тонкий кишечник выполняет функции временного хранения частично переваренной в желудке пищи, обеспечивает дальнейшую ее обработку, всасывание питательных веществ в кровь, транспортировку непереваренных остатков в толстую кишку.

Ткани, представляющие Огонь: кровеносные сосуды.

Внешние органы: язык.

Цвета: красный, розовый, оранжевый.

Вкус: горький.

Ощущение: жара.

Эмоция: радость.

Качества: активность, энергичность, страсть, агрессия, энтузиазм, лидерство.

Сфера влияния: общественная деятельность, популярность, авторитет, самореализация.

Время суток: 11.00–15.00.

Время года: лето.

**Элемент Земли** представлен желудком (полый орган) и селезенкой (плотный орган).

Желудок осуществляет начальную переработку пищи и последующий ее перевод в тонкую кишку.

Селезенка контролирует процесс пищеварения, транспорт питательных веществ, кровь и мышцы. Благодаря работе селезенки, кровь остается в пределах сосудов, что предотвращает кровоизлияния. Состояние мышц, их масса и сила зависят от обеспеченности питательными веществами, выработка и транспортировка которых контролируется селезенкой. Кроме того, «земная» энергия селезенки поддерживает работу поджелудочной железы и нормальную локализацию внутренних органов, предотвращая их опушение.

Ткани, представляющие Землю: мышцы.

Внешние органы: ротовая полость.

Цвета: желтый, коричневый.

Вкус: сладкий.

Ощущение: влажность.

Эмоция: сострадание.

Качества: стабильность, надежность, уверенность, терпение, заботливость, честность, методичность.

Сфера влияния: домашний очаг, семья, брак.

Время суток: 7.00–11.00.

Время года: конец лета и начало осени.

**Металлу** соответствуют легкие (плотный орган) и толстый кишечник (полый орган).

Легкие обеспечивают процесс дыхания, контролируют поток *ци*, поступающий в организм вместе с воздухом, водный обмен и состояние кожи и волос.

Толстая кишка принимает из тонкого кишечника переваренную пищу. В ней происходит всасывание питательных веществ в кровь, формирование и выведение кала.

Ткани: волосы, кожа.

Внешний орган: нос.

Цвета: белый, серый.

Вкус: острый.

Ощущение: сухость.

Эмоции: грусть, тоска.

Качества: сообразительность, хитрость, могущество, предприимчивость, целеустремленность, жесткость.

Сфера влияния: власть, деньги, интеллект.

Время суток: 3.00-7.00.

Время года – осень.

**Стихия Воды** представлена в организме почками (плотный орган) и мочевым пузырем (полый орган).

Почки накапливают жизненную энергию *ци*, обеспечивающую рост и развитие организма, репродуктивную функцию (им подчинена матка) и образование костного мозга, который в свою очередь управляет развитием костей и продуцирует кровяные клетки.

Мочевой пузырь выполняет функции сбора и выведения мочи.

Ткани, соответствующие Воде: кости.

Внешний орган: уши.

Цвет: голубой, синий, черный, фиолетовый.

Вкус: соленый.

Ощущение: холод.

Эмоция: страх.

Качества: коммуникабельность, мудрость, лень, пассивность.

Сфера влияния: карьера, материальное благополучие, путешествия, познание, эмоции.

Время суток: 15.00–19.00.

Время года: зима.

**Элемент Дерева** представлен печенью (плотный орган) и желчным пузырем (полый орган).

Печень – это депо красных кровяных клеток (эритроцитов), она обеспечивает циркуляцию *ци* в организме, регулирует состояние сухожилий и зрения, курирует процесс пищеварения, нейтрализует токсины, поступающие с пищей. На этом органе завязано эмоциональное равновесие человека, особенно гнев и депрессия. Частые вспышки гнева и длительные депрессии ослабляют печень, но и больная, зашлакованная печень в свою очередь способна порождать эти эмоции.

Желчный пузырь осуществляет сбор желчи и выделение ее в кишечник для пищеварения, что вместе с печенью обеспечивает свободное протекание жизненной энергии по телу.

Ткани: сухожилия.

Внешний орган: глаза.

Цвет: зеленый.

Вкус: кислый.

Ощущение: движение воздуха, ветер.

Эмоция: гнев.

Качества: развитие, обновление, расширение, новаторство, гибкость, сотрудничество, доверие.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочтите эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

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