

## Ответ на “Скитские письма” С. Алексева



**Добрый день, дорогие друзья!**

**В последнее время в центр «Маговей» стали приходить многочисленные письма с просьбой разъяснить нашу позицию в отношении практики работы на тренажере «ПравИло» в связи с выложенным на ютуб видеообращением одного из известных и любимых многими писателя Сергея Алексева «Скитские письма. О тренировках на ПравИло».**

Многие высказывают опасения по поводу практики на тренажере (слово «тренажер» нам кажется не очень удачным, но в связи с его повсеместным употреблением, оставим все как есть). По сути, все вопросы сводятся к нашему мнению о степени опасности занятий на тренажере «ПравИло». Кроме того, поступают просьбы прокомментировать и другие аспекты выступления известного автора.

Из всего видеообращения писателя мы выделили три главных, на наш взгляд посыла. Их мы и прокомментируем на основе наших знаний и подходов к практике боевых и оздоровительных традиционных русских систем, а также опыта работы (в том числе задокументированного в форме заполненных и обработанных анкет и опросных листов) с достаточно большой выборкой людей.

Первый посыл касается самого тренажера. Автор абсолютно прав, когда говорит о том, что сегодня очень много кустарно изготовленных станков, которые выдаются за «ПравИло». И беспокойство С. Алексева вызвано, прежде всего, многочисленными случаями травматизма на подобных тренажерах, обусловленными как ошибками в самой конструкции, так и отсутствием квалифицированных инструкторов для проведения занятий

на тренажере. И такая информация приходит не только к нему. Недавно один из посетителей Центра поделился с нами собственным опытом – в ходе занятий на таком самодельном станке, в Геленджике он обратился к инструкторам с просьбой ослабить нагрузку в связи с болевыми ощущениями в суставах. На свою просьбу он получил следующий ответ: «Терпи, это же ПравИло!» Такой подход к занятиям со стороны организаторов не может не вызвать обеспокоенности всех тех, кто поддерживает идею возрождения русских традиционных боевых и оздоровительных систем.

И сейчас мы хотим еще раз четко выразить наше мнение в отношении того, чем на самом деле является «ПравИло», какую задумку вложили в него наши предки.

«Правило» – это, прежде всего, тренажер, созданный на основе определенных знаний о мире, о человеке, и неких основополагающих принципов, относящихся к самой конструкции.

О каких знаниях идет речь? На самом деле уникальный эффект тренажера связан в первую очередь, с воздействием на тонкий состав человека (о чем большинство практиков имеют весьма смутное представление). У наших предков существовала стройная система представлений об устройстве человека – его тонких телах, силовых центрах, видах огня, основанная на видении Учителями и Хранителями более тонких сред, чем материальные. Именно эти знания и легли в основу идеи о некоем аппарате, приспособлении, работа на котором будет развивать тонкий состав человека и тем самым оказывать глубокое влияние на трансформацию его души и тела.

Что касается принципов конструирования, то огромную роль здесь играет расположение тела на «ПравИло», выбор определенных углов воздействия на конкретные участки тела (в том числе на тонике тела), совпадение силовых центров человека и направленности растягивающего воздействия. Тренажер должен соответствовать определенной конституции человека, а не наоборот как многие считают, оправдывая свои взгляды рисунками Да Винчи и вольно трактуя принципы золотого сечения. Другими словами, тренажер должен быть сконструирован таким образом, чтобы обеспечить возможность выбора углов при растягивающем воздействии для получения максимального эффекта.

Таким образом, без учета этих основополагающих принципов говорить о «ПравИло» не приходится. Это не более, чем тренажер для растяжки, что по большому счету, тоже неплохо. Это же подчеркивает и С. Алексеев в своем обращении. А для более комплексного воздействия на человека, способствования раскрытию его природного потенциала, решения ряда проблем в области физического и психического здоровья, без сомнения, необходим учет вышеизложенных принципов и правил.

подавляющее большинство моделей, тех, которые нам тем иным образом представляли, являются не более, чем тренажерами для растяжки, с помощью которых решается очень узкий диапазон практических задач.

Создать же модель, отвечающую всем требованиям и первоначальной цели – очень непросто. И это мы знаем не понаслышке.

В бытность становления Центра (тогда еще клуба) мы работали над созданием нашей модели «ПравИло» в несколько этапов.

Первый этап этой работы, включавший в себя сбор соответствующей информации из самых разных источников, ее интерпретацию и анализ протекал в течение 3-х лет, с момента получения первичных сведений. После этого была произведена опытная модель для исследования ее эффективности в лабораторных условиях (позже было создано подразделение клуба – лаборатория, которая как раз и отвечала за научное сопровождение различных направлений деятельности организации). Несколько раз наши специалисты выезжали за личной консультацией к экспертам как в Республике Беларусь, так и за рубежом.

Следующим этапом стала доработка тренажера с учетом высказанных замечаний, в частности по соответствию углов расположения тела практиканта в отдельных статических положениях частям и механизмам комплекса, равномерности нагрузки на различные части тела и весь организм в целом и многому другому. И только после многочисленных исследований, проверки и перепроверки их результатов мы вышли на третий этап – представили тренажер для практики всем желающим.

И это притом, что уже тогда у нас были системные представления о тонком составе человека, переданные нам в рамках обучения по системе Любки и другим традиционным русским, боевым и оздоровительным системам.

Но занятия на тренажере правило это только часть методики в нее еще входит и работа с тяжестями (большими весами) и огромная внутренняя работа по прожиганию и прокаливанию некоторых других наших тел и многое другое.

Следующий посыл автора гласит, что состояние ража достигается при помощи длительных тренировок под руководством опытного мастера лицами, достигшими духовной зрелости.

В этой части мы практически полностью согласны с писателем. Единственное, что нас смущает – это четко установленный возраст духовной зрелости – 40 лет. На наш взгляд не совсем целесообразно привязывать духовную зрелость к конкретному паспортному возрасту. Поскольку кто-то и в 25 имеет вполне сложившееся мировоззрение и созрел для духовных практик, а кто-то и в 50 ведет образ жизни животного и вполне доволен собой.

И наконец, третий посыл автора касается возможности практики на тренажере женщин. По мнению Сергея Трофимовича, женщинам делать на «ПравИло» вообще нечего, поскольку работа на тренажере может негативно сказаться на их детородной функции. По всей видимости, на той модели, которая описана в романе и которая, как следует из повествования, направлена исключительно на подготовку воинов, занятия нерожавшим женщинам действительно нецелесообразны. Правда, здесь мы используем

исключительно умозрительное заключение, поскольку не знакомы ни с конкретными моделями С. Алексеева, ни с его методикой.

Что касается занятий в целом, то напомним, что детородная функция – является основной для женщины, в этой связи природой заложена колоссальная степень защиты именно этой функции в организме женщины. Другими словами чтобы нанести вред детородной функции нужно очень постараться.

Давайте вспомним профессиональный спорт. Разве мало в нем женщин? И абсолютное большинство молодых и нерожавших. Или кто-то хочет сказать, что в профессиональном спорте маленькие нагрузки? И ничего, уходят барышни со спорта, создают семью и рожают детей. А если и есть какие-то проблемы в этом плане, то связаны они в первую очередь с применением фармакологических препаратов, которые оказывают негативное влияние на гормональную систему женщины. К сожалению, современный спорт немыслим без употребления подобных препаратов, но выбор все же остается за конкретным спортсменом.

Но почему мы говорим о сверхнагрузках, когда у нас абсолютно иной подход к тренировочному процессу (равно как и у других тренеров и инструкторов, с которыми мне доводилось общаться в самых различных форматах)? Принцип постепенности наращивания нагрузок является одним из основных в ходе методического сопровождения тренировочного процесса. В методическую базу Центра даже внесен термин «отвисеться», который обозначает проведение определенного времени на тренажере, практически без нагрузок – для того, чтобы тело привыкло к дальнейшей трансформации. Этот этап, который носит название «правильный зачин» обязателен для всех, кто желает практиковать.

Мы бесконечно уважаем автора интервью за тот вклад, который он внес в возрождение наших исконных русских традиций. Вместе с тем, наш подход заключается еще и в самостоятельном изучении того или иного феномена, проверке, в том числе экспериментальной гипотез и предположений, основанной на работе с большой выборкой людей. И на сегодняшний день Центром накоплен достаточно большой объем статистических данных, на который мы опираемся в своей работе.

Работа на комплексе «Правило» для нас искусство, в основе которого – индивидуальное творчество, вдохновение, определенное состояние, знания тонкого состава человека и устройства мира. Таким образом, результаты этого искусства нельзя достигнуть путем обычных тренировок. Недаром ведь существуют понятия «воинское искусство», «боевое искусство». То есть изначально предполагается существование некоего иного подхода к практике и обучению, чем например, в традиционных спортивных дисциплинах.

Напоследок мне бы хотелось сказать следующее: давайте практиковать! Давайте отложим в сторону наши фантазии, отбросим лень и предубеждения и возьмемся за работу. И тогда изменения самочувствия, настроения, общего жизненного тонуса, укрепление иммунитета, раскрытие

творческих способностей и многие другие положительные сдвиги станут лучшими вам ответами и подтверждениями.

С уважением, руководитель Центра «Маговей» Сергей Дубровский