



В. Долохов, В. Гурангов

ИСКАТЕЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЙ НА...

Глядя на безобразие, которое разворачивается на страницах этого романа, написанного в жанре духовной эротики, и которое на самом деле скопировано с действительности в масштабе 1:1, можно задать только один вопрос: авторы правда ку-ку или только прикидываются? Вы можете быть новичком, дилетантом, настоящим «чайником» в вопросе энергетических священнодействий. Или, напротив, можете быть продвинутым садхакой, одаренным йогом, а то и светлейшим гуру для тысяч учеников. Но когда вы дочитаете книгу до конца и найдете-таки ответ на поставленный выше вопрос, то скорее всего удивитесь: как гармонично могут переплетаться мистические странствия сквозь пространство и время с шутовским кривлянием и детскими забавами. Как мастерски, изящно и легко – с настроением субботнего завтрака – можно совершать чемпионские прыжки в духовном развитии и, целясь – ни много ни мало – в просветление, попадать в самое яблочко. Это путешествие астронавтов нового поколения. Устраивайтесь поудобнее: вас ожидают такие Космические трансляции, по сравнению с которыми World Fashion TV – просто советские новости на черно-белом экране.

В. Долохов, В. Гурангов

Искатели приключений на...

Притесь, дети мои, как прется Отец ваш!

Предисловие

Реальность раздевается... Можно ли представить себе такое? Хватит ли воображения, чтобы нарисовать, как Она сбрасывает дорогие одежды, снимает бесценные украшения и лишает себя самых интимных деталей? Волнующе, соблазнительно...

Реальность – не женщина и не мужчина. Она присутствует во всем: в утренней чашке ароматного кофе и застёжке на туфле, в затертой кнопке «пробел» и ключе от почтового ящика, в скоростной суете на автострадах и мельтешении озабоченных лиц на улицах города...

И все-таки Реальность разоблачается. Ты разоблачаешь ее одним едва заметным движением – закрывая глаза и открывая иное зрение.

Нет, ну, конечно, если бы все было так просто, мы бы тут ласы не точили, книжки не писали. Каждый бы раздевал Реальность на свой вкус и получал бы от этого свое сугубо личное удовольствие. Однако есть один секрет...

Йога.

Говоря точнее, духовная практика. А это уже серьезная, непростая работа над собой и своим умом, который за годы детства и постепенного взросления так привык обезьянничать, что обездвижить его и заставить замолчать – теперь целая проблема. На самом деле механизм духовного роста очень прост: когда замолкает ум, начинает вещать Разум. И именно Разум напоминает нам обо всем, что должен знать Человек: о наших прошлых воплощениях, сверхспособностях, устройстве Вселенной, смысле истории и назначении жизни.

Обойтись без грамотного учителя в столь важном деле, скорее всего, не получится. Так что встречайте Вовку Тараканова – уж он-то вам покажет путь-дороженьку напрямик к просветлению, откуда открывается чудеснейший вид на шоу века – Стриптиз Реальности.

Конечно, все эти разговоры о просветлении и духовном развитии в таком контексте выглядят – э-э-э... м-м-м... – немного необычно. Точнее, несерьезно. Тем более когда под соусом энергетической практики, уходящей корнями в святую древность, подается – что? – торч-йога! Вы когда-нибудь о такой слышали? Или, может быть, читали? Очень не хочется обижать авторов, но именно слово «несерьезно» вертится на языке.

Правда.

Нет, ну, ведь правда?

В действительности на такой «комплимент» авторы и не обидятся. Напротив, будут рады, если именно так вы данную литературку и будете воспринимать. Главное – чтобы все вам было в дичайшее удовольствие! Ибо все на свете – Игра, и рубиться в нее надо с задором!

Глядя на безобразие, которое разворачивается на страницах этого романа, написанного в жанре духовной эротики, и которое на самом деле скопировано с действительности в масштабе 1: 1, можно задать только один вопрос: они – да или они – нет? В смысле авторы правда «ку-ку» или только прикидываются?

Вы можете быть новичком, дилетантом, настоящим «чайником» в вопросе энергетических священнодействий. Или, напротив, можете быть продвинутым садхакой, одаренным йогом, а то и светлейшим гуру для тысяч учеников. Но когда вы дочитаете книгу до конца и найдете-таки ответ на поставленный выше вопрос, то, скорее всего, удивитесь: как гармонично могут переплетаться мистические странствия сквозь пространство и время с шутовским кривлянием и детскими забавами. Как мастерски, изящно и легко – с настроением субботнего завтрака – можно совершать чемпионские прыжки в духовном развитии и, целясь – не много, не мало – в просветление, попадать в самое яблочко.

Это путешествие астронавтов нового поколения. Устраивайтесь поудобнее: вас ожидают

такие Космические трансляции, по сравнению с которыми World Fashion TV – просто советские новости на черно-белом экране.

Давно прошли те времена, когда Вовка Тараканов плясал под чужую дудку. Теперь он – сам себе Кришна, играющий на флейте, от звука которой сотни тел начинающих духовных искателей низвергаются в трясину Экстаза. И он же – сам себе Шива, танцующий так зажигательно и так грациозно, что новые вселенные только и успевают вспыхивать животворящим светом Рождения.

Сам Господь Йог смотрит – не налюбуется!

Был весенний день. Блещающее солнце на лазурном небосводе одаривало мир ласковым светом. Могучие тополя и стройные березы, как дети, радовались райскому теплу, стараясь дотянуться ветками до источника своего наслаждения. Сочная листва нежно трепетала под легкими порывами ветерка. Вовка любовался этим зрелищем, выглядывая из окна своей квартиры на пятом этаже. Одурачивающий запах весны, разлитый в воздухе, наполнял силой и томлением Вовкино тело, по которому, словно по дереву, струились бесчисленные ручейки «соков». «Я пьян весной!» – с удовольствием отметил про себя Тараканов.

Он огляделся по сторонам. Обстановка была до боли знакомой, но все же присутствовало ощущение какой-то неестественности, нестыковки с реальностью. «Да это же квартира, в которой я жил с рождения! – осенило Вовку. – А сейчас я живу в другом месте... К тому же на третьем этаже, в панельном доме... **Это сон!**» – заключил Тараканов.

«Чем бы таким необычным заняться?! **Сейчас возможно все, на что у меня хватит воображения!** » – вспомнил Вовка, ведь это главный код для эффективной работы в сновидческом пространстве, который он старательно твердил днем, чтобы потом вспомнить во сне. Взгляд Тараканова упал на открытое окно. «Можно выпрыгнуть, и не разобьюсь!» – подумал он и с разбегу сиганул в окно.

«А вдруг это не сон?!» – пронеслось у Вовки в голове в момент прыжка. Но он уже плавно спускался вниз, наслаждаясь хорошо знакомым ощущением полета, раскрывающимся из груди. Не долетев совсем немного до асфальта, Тараканов отдал команду: «Лечу вверх», – и тут же взмыл выше домов. Он поднимался все выше и выше, затем скомандовал: «Горизонтальный полет». Тело послушно выполнило команду.

Вовка стал разглядывать землю. Он летел достаточно высоко, но при этом отчетливо видел малейшие детали всего, что было внизу, наводя фокус зрения, как в бинокле. У Тараканова это получилось впервые, и он испытывал наслаждение от новой игрушки. Вовка старательно скользил взглядом с одного предмета на другой, сознательно не фиксируясь на чем-то одном. По представлению Тараканова, если зафиксировать взгляд на каком-то предмете, то картинка сна достаточно быстро расплывется, и наступит пробуждение. Скольжение по предметам как раз и создает картинку сна.

Затем Вовка стал играть в другую игру: резко снижался, почти до самой земли, а потом опять взмывал под облака. После этого стал выполнять фигуры высшего пилотажа: петля Нестерова и штопор (других трюков Тараканов просто не знал). Последняя фигура особенно заворожала летчика – земля «вращалась» с огромной скоростью, и от этого захватывало дух. Такой осознанности в управляемом полете Вовка еще не демонстрировал. Обычно он просто летел куда-то, а в этот раз стал настоящим асом. Восторг переполнял Тараканова.

Неожиданно на доме старинной постройки он увидел человека, который был словно прилеплен к стене между окнами седьмого этажа. Человек висел в воздухе, раскинув руки в стороны. Вовка подлетел ближе, и все его внимание сосредоточилось на лице незнакомца: кожа имела бронзовый оттенок, а глаза излучали Силу и Безмятежность. Казалось, будто он возник из очень древних времен. «Это Учитель», – ни с того ни с сего мелькнуло у Вовки в голове.

Тут же Тараканов оказался в темном подземелье. Он пробирался по замысловатым лабиринтам за какой-то едва различимой фигурой, которая излучала тусклый голубоватый свет. Проводник ни разу не обернулся, но Вовка не сомневался, что это был тот бронзоволицый человек. Довольно долго они блуждали по узким переходам. Тараканов даже заскучал. Не успел он подумать, что от однообразия происходящего может потерять осознанность, как вдруг

нежданно-негаданно оказался на ярко освещенной сцене. Проводник куда-то исчез. В зале, напоминавшем советский Дом культуры, в йоговских позах сидели мужчины, одетые в белые одежды: кто в позе лотоса, кто в позе Будды, кто в позе алмаза. Улыбающиеся йоги шквалом аплодисментов приветствовали опешившего Тараканова. Вовку окатило теплой энергетической волной.

Внезапно его тело выгнулось дугой, а в ушах прозвенело: «Задержка после вдоха». Тараканов задержал дыхание. Снизу, от центра каждой стопы, стал подниматься плотный поток обжигающей энергии, который дарил ни с чем несравнимое блаженство. Чем выше поднимался поток, тем сильнее трясло Вовкино тело, и наслаждение нарастало. В области солнечного сплетения, сердца и горла поток взрывался ослепительно ярким светом, будто там распускались огромные огненные цветы.

Наконец, энергия поднялась до макушки, где произошел грандиозный взрыв, который, казалось, потряс всю Вселенную. Вовку осыпало тысячью бело-розовых лепестков. Он видел свое тело со стороны и взрыв в макушке. Точнее, он видел огромную голову, находящуюся в космической темноте. В области темени просматривалось отверстие, из которого, как лава из жерла вулкана, бил фонтан ослепительно яркой энергии золотистого цвета. Тараканов почувствовал, что сейчас он разорвется и разлетится на атомы, не в силах вынести наслаждение столь фантастической силы.

Вовка проснулся. Нестерпимый жар был во всем теле, от кончиков пальцев рук и ног до макушки. Его сотрясала сильнейшая дрожь. Казалось, что происходит термоядерная реакция: все клеточки тела трепетали в едином ритме. Тараканов не понимал, кто он и что с ним происходит. Существовала только вибрация, и Вовка был ею.

Через какое-то время частота вибраций уменьшилась, и Тараканов мучительно стал вспоминать, кто он такой. Яркие картинки сна накладывались на очертания какого-то потолка. В конце концов фокус стал четким, и Вовка узнал свою квартиру. Он посмаковал детали диковинного сна, прокрутив его в своей памяти, отчего его тело снова начало подрагивать, но уже не так сильно. Затем Тараканов подробно записал сон в тетрадь, специально заведенную для этих целей. «А во сне тоже была весна», – произнес про себя Вовка, выглядывая в окно и любуясь яркой зеленью.

Вовка облегчился, умылся, почистил зубы и вернулся в комнату. Он поставил компакт-диск своего любимого Рассела Пола [\[1\]](#), под который занимался йогой уже больше года, и настроился на выполнение йоговского комплекса.

Начать Тараканов решил с задержки после вдоха, которую только что он делал во сне. Вовка стал медленно вдыхать через нос и так же медленно отклонять голову назад, скользя внутренним взором от макушки до области горла. Затем горло подалось вперед, а плечи стали медленно отводиться назад. Когда стало прогибаться солнечное сплетение, Вовка сильнее потянулся грудью вверх, и при этом лопатки сошлись еще ближе. Тараканов помнил предупреждение своего учителя йоги о том, что нельзя делать задержку после вдоха, сильно прогибаясь только в области горла, иначе можно упасть в обморок. На самом деле, с некоторых пор Вовка стал с иронией относиться ко многим ограничивающим картинам мира, касающимся йоги, вроде «должно делать то-то, а это – категорически нельзя»; но, как известно, береженого Бог бережет. «Потом проверю, какие могут быть состояния, если на задержке после вдоха сильно запрокинуть голову назад», – решил про себя он.

Легкая дрожь охватила сразу все Вовкино тело, будто в каждой его клеточке пульсировало миниатюрное сердце. Особенно сильная пульсация чувствовалась в горле, в центре груди и в солнечном сплетении. Над макушкой кружился спиральный вихрь, словно кто-то вставил в нее штопор и потихонечку выкручивал астральное тело из физического. Тараканов начал выдыхать. Неземной экстаз навалился на него, и в ногах стало происходить что-то непонятное...

Сознание медленно возвращалось к Вовке. Он обнаружил себя лежащим на полу. Тело сотрясилось от экзотических вибраций. Как Тараканов упал, он не помнил. Йог поднялся и решил сделать давно знакомый комплекс «Поклонение Солнцу» [\[2\]](#). С этого несложного комплекса, состоящего из двенадцати простых положений тела, сменяющих друг друга, обычно начинают знакомство с йогой. Вовке «Сурья» нравилась, и частенько, особенно когда времени было мало, только ею он и ограничивался.

Тараканов закрыл глаза, встал прямо, сложил руки в намастэ (индийском жесте приветствия) и начал медленный вдох. Диковинные ощущения сразу накатили на йога. Ему вдруг почудилось, будто границы его физического тела расширяются и он увеличивается в размерах. Вовке показалось, что он вынырнул в каком-то новом измерении, которое совсем рядом, но куда ему не удавалось попасть раньше. После выдоха нисходящий поток теплого энергетического душа окатил Вовку с макушки до пяток. Миллионы искрящихся снежинок заполнили тело и запульсировали, вызывая невероятно приятное покалывание. «Вот это да! – подумал Тараканов. – Сколько лет занимаюсь, никогда такого не было! Вот что значит – делать упражнения, **находясь в энергетическом потоке!** Ай да задержка после вдоха! Почему никто раньше не подсказал?!» Конечно, Вовка и раньше задерживал дыхание, но в других позах. А на прогибе назад он делал задержку только во время других динамичных комплексов, не акцентируя на ней особого внимания.

Медленно вдыхая, Вовка поднял вверх соединенные в ладонях руки и вытянул за ними тело, приподнявшись на носочки. Энергия приятным теплом вливалась в растянутую грудную клетку. После выдоха Вовка опустил на пятки, а его ладони спланировали к макушке. «Ой, что будет?!» – промелькнуло у него в голове, и он начал вдох, прогибаясь назад и растягивая тело при помощи рук. Тараканов выполнял прогиб медленно и осторожно, прислушиваясь к ощущениям в пояснице, чтобы не растянуть мышцы спины, но в конечном итоге спина прняла положение почти параллельно полу. Йог расслабился и задержал дыхание.

На какое-то время он забыл, что делает «Сурью», стоит на задержке и даже то, в какой позе находится. Тараканов начал выдох только потому, что спохватился: «Так долго не дышать невозможно!» Выдох, казалось, длился бесконечно. Вовка наклонялся вперед, а пол все никак не появлялся под ладонями. У него было ощущение, что он находится в свободном полете. Наконец Вовка прикоснулся к долгожданному полу, оперся на пальцы рук и довел туловище, плотно прижав его к выпрямленным ногам. Сразу стали нагреваться копчик, поясница, грудь, горло и даже макушка. Огонь разгорался все сильнее, и йог снова затаил дыхание, наслаждаясь ощущениями.

Затем на вдохе Вовка отставил правую ногу далеко назад, левое колено отвел в сторону, за локоть, а голову сильно запрокинул назад, растянув тело. Огонь стал разгораться все сильнее, в области копчика и в горле ощущалось приятное тепло, будто приложили горчичники.

Йог отвел левую ногу назад, потянулся тазом вверх, после чего стал сгибать руки. Вскоре Вовка лежал на полу, опираясь на подбородок, грудь и колени. В пояснице полыхало. Затем Тараканов подал корпус вперед и перешел в позу кобры, сильно прогнувшись назад в пояснице и запрокинув голову. Он очень любил эту асану ^[3], особенно когда задерживал в ней дыхание. Обычно в этот момент раскалялся весь позвоночник. На сей же раз Вовка увидел космос, а вокруг – мерцающие звезды. Зрелище было настолько завораживающим, что Тараканов забыл, кто он и что делает. Его охватило чувство ликования. «Вернулся» Вовка тогда, когда на вдохе стал делать выпад правой ногой вперед. Тело на автомате старательно выполняло привычные движения, а Тараканову оставалось только удивляться этому диковинному аппарату, который замечательно функционирует в режиме «автопилота».

Йог заканчивал выполнение «Солнечного круга». Он с выдохом приставил левую ногу, а затем сделал прогиб назад с задержкой после вдоха. У Тараканова было ощущение, словно он парит в космосе. Практически не чувствуя тела, Вовка все же отдал ему команду сделать еще один круг. Он плохо помнил, как выполнял его. Восприятие было дискретным. На короткие мгновения йог как бы «возвращался в тело», то есть чувствовал его, а затем опять отлетал куда-то, где никакого тела в помине не было. Тараканову казалось, что он делает последний круг целую вечность. Наконец, сделав последнее движение, он замер и стал выполнять задержку после вдоха.

Медленной струйкой, почти незаметно, Вовка начал втягивать воздух через ноздри. Но назвать воздухом эту субстанцию было нельзя. Он «пил» ароматный, вкуснейший напиток, растягивая удовольствие, смакуя каждую мизерную порцию чего-то божественного, что растекалось по внутренним пустотам и заполняло невесомый сосуд тела. Тараканов почувствовал, как стопы ног превратились в раскаленные утюги и от них побежали вверх трепещущие, все ускоряющиеся волны Огня. По мере вдоха, прокатываясь по позвоночнику, они выгибали Вовкино тело, как туго натянутый лук. Ноги и туловище каменели.

На задержке волны стали разбегаться по спирали, раскручивая вихрь, который уходил основанием в область горла. Голова йога принялась вращаться по часовой стрелке все быстрее и быстрее. Тараканов с ошеломлением созерцал, как обороты его головы (да и голова ли это?!) постепенно превратились в сплошной круговорот энергии, в развернутый гигантский веер, сверкающий всеми цветами радужного спектра. Верхушка стержня, вокруг которого происходило вращение, поднималась от низа горла все выше. Вовка напугался: «Голова! Моя голова! Она сейчас оторвется и улетит прочь!».

На пике вращения, когда затвердевающий ствол огненного потока вырвался из макушки со звуком взорвавшейся хлопушки, Тараканов начал выдыхать. Вращение прекратилось, и сверху его облепил купол из мерцающих наэлектризованных искорок, издававших шипение, от которого заложило уши. Вовка понял, что от невыносимого удовольствия он и сам рассыпается

на такие же искорки, уносясь куда-то с головокружительной скоростью. Это было последнее, что он помнил.

Следующий кадр – знакомый ковер бежевого цвета, очень близко – на таком расстоянии, что можно рассмотреть каждую ворсинку. Постепенно к Вовке возвращалось осознание того, кто он такой и где находится. А находился он у себя дома, на полу.

«Ну вот, опять завалило! Оказывается, задержка после вдоха раскручивает поток такой мощи и плотности, что устоять на ногах непросто, – подумал про себя Тараканов. – Вот это подарок! Похоже, я раскопал энергетический ключ необычайной силы, простой и доступный в любой момент».

Тело издавало тонкий звон, наподобие тибетских колокольчиков, отзываясь волнами сильнейшего жара на малейшее движение; тогда Вовка решил, что на сегодня экспериментов с задержками достаточно.

«Это надо же, как **все просто**, – размышлял Тараканов. – Тут колбасишься больше десяти лет, гибкость развиваешь, голодаешь, воздерживаешься, в лотос садишься, пытаешься в узлы завязаться. А все **так просто**, когда знаешь. Нельзя, конечно, сказать, что все эти годы занимался зря, но обидно, почему же никто не подсказал. Значит, никто не знает, а кто знает, тот молчит. Ведь тысячу раз делал эту задержку после вдоха, но **сидя** в лотосе или в другой позе. А вот **стоя** – принципиально другой эффект. Сидя на коврикe, я до этих состояний докапывался бы еще пятьсот лет, и нет гарантий, что докопался бы. А тут – бац! – одна задержка – и новое рождение! Конечно, предыдущие годы занятий йогой помогли почувствовать этот ни с чем несравнимый кайф... Но кабы раньше кто подсказал, то что ж со мной уже сейчас было бы?! Хотя, с другой стороны, а вдруг я так никогда и не узнал бы о задержке стоя? Караул!!!».

Вовка бухнулся на колени, стал картинно биться головой об пол и причитать:

– Ой, вы, силы небесные! Ой, ты, йоговский эгрегор! Ой, ты, мой небесный гуру-учитель-отец-Бог! Низкий поклон тебе за милость, которой ты одарил меня сегодня во сне! Ты сообщил мне невиданную тайну, которая проще пареной репы, потому ее никто и не ведает! Пред лицом предстоящей мне вечности торжественно обязуюсь совершенствоваться в сем нехитром приеме и стать **МАСТЕРОМ ЗАДЕРЖКИ ПОСЛЕ ВДОХА**. Настало время ускорить эволюцию человечества, превратить былую тайну в достояние широкой эзотерической и деревенской общественности. Постараюсь приложить все силы к распространению этой практики, до последней капли праны нести ее на прогибе назад в народные массы. И да восстанет вся Россия, а также ближнее и дальнее зарубежье на задержку после вдоха! Аминь!

Неожиданно на Тараканова хлынул могучий поток всепоглощающего счастья. Ему показалось, что он услышал вселенский хохот, который закончился фразой: **«Быть по сему!»**.

Тараканов стал делать задержку после вдоха регулярно, после каждого йоговского комплекса, пранаям ^[4] и пения мантр. Зачастую он не мог заранее предсказать, устоит ли после очередной задержки. В большинстве случаев ему удавалось удержаться на ногах, но иногда и падал. В дни сильного энергетического клева он падал по пять-шесть раз за одно занятие йогой. Случались и синяки, и ссадины. Вовка подгрузил такую картину мира: «Когда учишься ходить, случаются и падения. Все будет хорошо. Я доверяю своему телу. Оно само о себе позаботится, и если упадет, то мягко и расслабленно, без травм».

Пара царапин – это мелочь по сравнению с принципиально новыми состояниями, переживанием небывалого Экстаза, к которому Вовке не удавалось и близко подойти за предыдущие пятнадцать лет занятий йогой. Это был квантовый скачок в развитии энергетики.

Неутомимый азарт исследователя и покорителя просторов Нагваля вел Вовку вперед.

На Юлькиной даче

Приезд Вовки. Купание

На следующий день была суббота, и Юлька пригласила Вовку к себе на дачу. К счастью, денек выдался погожий. Тараканов проснулся поздно. Минут сорок позанимался йогой, и за это время три раза брякнулся в экстазе. Затем съел пару бананов, попил чаю и, надев футболку, джинсы и кроссовки, помчался на электричку. Весна в этом году выдалась необыкновенная, и, несмотря на начало мая, было даже жарко.

Тропинка к Юлькиной даче петляла в живописном сосновом бору. Деревья здесь росли необычные. Располагались они нечасто, но и не слишком редко, так что в бору было достаточно светло. Толстые ветки, которые начинались довольно низко, а у некоторых деревьев – чуть ли не от самого основания могучего ствола, причудливо извивались и закручивались. У Вовки возникло ощущение, будто он попал в старинную русскую сказку. Представилось, что на таком пути немудрено встретить и огромный валун с надписью: «Прямо пойдешь – в Нагваль попадешь, налево пойдешь – астральной битвы участником станешь, направо пойдешь – соблазнишься прелестями мира, о пути забудешь». Откуда ни возьмись, рядом с дорогой появился валун. «Точно в сказке», – подивился Тараканов.

Вскоре показался и дачный поселок. Вовка без труда отыскал Юлькин участок с небольшим цветущим садом, в котором рос десяток яблонь, пара грушевых деревьев, вишни и сливы. В прогретом воздухе витал нежный аромат белых и розовых соцветий, пышными гроздьями облепивших ветки фруктовых деревьев. Над цветами деловито жужжали пчелы. Изумрудный ковер шелковой газонной травы радовал глаз. На веранде, пристроенной к дому из бруса, за круглым столом сидели Юлька, еще одна девушка лет двадцать пяти и молодой человек примерно Вовкиного возраста. Они оживленно беседовали. Завидев нового гостя, Юлька неторопливо поднялась с плетеного кресла и с радостью приветствовала его:

– А вот и Вовка!

На ней было розовое летнее платье с большим вырезом. Улыбка в пол-лица, розовые щеки, сверкающие глаза – все в ней говорило о прекрасном настроении. Всем своим видом Юлька как бы вопрошала: «Ну, как? Хороша?!». Вовка восторженно ответил:

– Прекрасно выглядишь!

Ее улыбка засияла во все лицо.

– Знакомьтесь, – произнесла хозяйка, указывая на гостей за столом. – Наташа, Сергей. А это Вовка, – кивнула она в сторону Тараканова.

Вовка поцеловал Юльку в щечку и протянул руку Наташе. Это была блондинка среднего роста с крепкой спортивной фигурой. Вовку поразили ее глаза. И не столько их серо-голубой цвет, сколько пронзительный взгляд откуда-то из глубины. Тараканову почудилось, будто через эти глаза на него смотрит какое-то древнее существо, из такой древности, в какой еще и людей не было. «Драконша, что ли? Похожа на космическую аристократку. Явно эстетка», – мелькнуло у него голове. Тараканов сразу же почувствовал, что знает эту Драконшу миллионы лет, что он такой же, как она. И ему даже показалось, что Наташа испытывает похожие чувства.

Наташа была одета по-спортивному: топик и коротенькие шорты подчеркивали ее стройную фигуру – большую грудь и длинные ноги. Ее золотистые волосы были собраны в аккуратный хвост. Эту девушку вполне можно было принять за школьницу или студентку, особенно, когда она по-детски заразительно смеялась. От прикосновения к нежной бархатистой кожи Наташиной ладони у Тараканова побежали мурашки по спине.

Затем Вовка подал руку Сергею – стройному молодому человеку с темными слегка вьющимися волосами, который был чуть ниже ростом, чем сам Вовка. В его глазах мелькали

смешинки, а с лица не сходила улыбка. «Есть в нем что-то от Мефистофеля, только бороды и усов нет, да волосы русые», – подумал Тараканов. По тому, как легко и пружинисто подскочил Сергей, Вовка заключил, что он занимается какими-то телесными практиками. Рукопожатие было крепким и сердечным.

– А мы тут чай пьем и кофе, – вставила Юлька. – Сергей предлагает плотно не кушать – мы сегодня вечером собираемся подышать.

– Конечно, без проблем, – ответил Вовка. – Йогам привычно быть полуголодными. Ага, чаек пахнет «Черникой в йогурте»!

– Точно, – ответила Юлька, наливая гостю горячий ароматный напиток в большую чашку.

– Давайте сразу на «ты», – предложил Вовка.

Все согласно кивнули головами.

– Как будем дышать? – решил уточнить Тараканов.

– Ртом, форсированно и долго, – ответил Сергей. – Кто-нибудь пробовал раньше?

– Я никогда не пробовала, – ответила Юлька.

– Я тоже, – вторила ей Наташка.

– А я один раз, давным-давно, ходил на ребефинг к шиваитам.

– Тут ничего сложного нет, – вставил Сергей. – Научу. Точнее, проведу инструктаж.

– А что будем делать до вечера? – спросил Вовка.

– Пойдем купаться на озеро, здесь недалеко, – отозвалась Юлька.

Вскоре после того, как дачники отправились на прогулку, они подошли к живописному лесному озеру с песчаными берегами. «Сказка продолжается», – подумал Вовка. Отдыхающих на берегу почти не было – на травке неподалеку от озера сидели лишь две небольшие компании. Серега тут же нашел тарзанку, закрепленную на высокой ветке прибрежной сосны, и начал с азартом прыгать в озеро. Вовка присоединился. Вода в маленьком озере еще не успела толком прогреться, поэтому при выходе из озера теплый воздух обжигал, словно контрастный душ. Юлька осталась загорать на подстилке, а Наташка предприняла удачную попытку переплыть озеро и теперь вытиралась полотенцем, готовясь присоединиться к подруге.

После купания Тараканова переполнял энергетический драйв, и он воспользовался моментом, чтобы позаниматься йогой на природе. Серега с удовольствием поддержал его. Оказалось, что он тоже несколько лет практикует йогу. Сначала ходил в группу, потом стал заниматься самостоятельно. Задержки после вдоха Вовка делать не рискнул: «Вдруг опять завалюсь, что народ подумает?».

Два часа пролетели быстро, солнце стало клониться к закату, и компания двинулась обратно на дачу.

Второе рождение

По возвращении на дачу отдыхающие еще раз попили чаю, и Сергей провел короткий инструктаж о том, как надо дышать. Все сводилось к одному – не прекращать дышать ни при каких обстоятельствах. Если станет тяжело, то надо будет временно снизить темп и глубину дыхания.

На полу в гостиной лежал большой шерстяной ковер, на который и улеглись, расположившись головами в центр (то есть головы были близко друг к другу). Вовка по йоговской привычке максимально расслабил тело и сразу почувствовал, как знакомые иголки запульсировали во всем теле. Особенно сильной пульсация была в области живота, в горле, в центре лба и в центрах ладоней и стоп [\[5\]](#).

Сергей вставил в музыкальный центр компакт-диск с буддийскими мантрами, лег между девушками и начал мощно дышать ртом, издавая на выдохе характерный звук «А». Точнее, звук был похож на «Ха», но «Х» было практически неслышно. Все дружно подхватили заданный ритм.

Вскоре Серега стал усиливать темп, издавая громкие утробные звуки, которые быстро перешли в нечто, напоминающее рев дикого зверя. Вовка подстроился и обнаружил, что дышит диафрагмой. Кожа на его лице сильно натянулась, а тело задеревенело. В какой-то момент ему показалось, будто это тело вовсе не его, а какое-то чужое, не имеющее к нему никакого отношения. По задней стороне туловища сверху вниз заструился энергетический поток, отчего у Тараканова возникло ощущение, что он летит и довольно с большой скоростью. Под Вовкой образовался энергетический матрас, повторяющий форму тела. Лежать на нем было ни с чем несравнимым наслаждением, и казалось, что летит именно матрас. В следующий момент Вовка вдруг почувствовал, что стал вращаться по часовой стрелке.

Темп дыхания менялся, то нарастая, то затихая. Сколько времени прошло, Тараканов определить не мог, но в горле появилось неприятное ощущение сухости. Он стал задыхаться, воздуха не хватало. Тут он услышал, что Юлька уже не поддерживает этот бешеный ритм – ее дыхание было ровным, как во время сна. Вовка попробовал снизить темп, но сухость и появившееся жжение в груди нарастали. Тараканов сдался: сделал глубокий вдох и задержал дыхание.

Перед глазами замелькали очень яркие, странные картинки. В один момент Вовка вдруг оказался в египетском храме. Он увидел некую тайную церемонию в честь богини Изида, золотая статуя которой находилась в центре. Внезапно храм исчез, а статуя Изида ожила – она подошла к Вовке совсем близко, и он увидел, как фантастически красиво ее точеное восточное лицо и полуобнаженное тело. От богини исходила любовь невероятной силы. Тараканова охватило всеобъемлющее знание, что он любим и не одинок в этом безбрежном океане жизни. Теплыми волнами у него в груди разлилось блаженство, слезы счастья хлынули из глаз, и он тихонечко застонал.

Тараканов открыл глаза. Юльки рядом не было. Наташка, с невероятной частотой сотрясаясь всем телом, выгнулась дугой и дышала в неистовом ритме, с громкими стонами. «Так дышать и дрожать нормальный человек просто не может», – подумал Вовка. Ни малейшего сомнения в том, что происходит с девушкой, у Тараканова не было: «Никакого секса не надо, один бесконечный множественный оргазм!». Рядом с Наташкой на полусогнутых ногах стоял Серега и поддыхивал в ее ритме. Запрокинув голову, он вдохновенно дирижировал воздетыми к потолку руками и блаженно улыбался. Было очевидно: «дирижер» буквально упивался действием. Он продолжал форсированное дыхание в течение нескольких минут, после чего постепенно

вернулся в обычный ритм, открыл глаза и, увидев очухавшегося Вовку, выключил музыку. Кивком головы Сергей пригласил Тараканова выйти из комнаты.

Войдя на кухню, они увидели, что Юлька накрывала на стол.

– Зря испугались, надо было идти до конца, как Наташка! – сказал Сергей. – Она – настоящий воин. Только такое несгибаемое намерение и дает возможность заглянуть за грань возможного и получила приз! **Второе рождение!** Однозначно! Переход на принципиально новый уровень функционирования тела – и физического, и энергетического. У женщин второе рождение часто происходит через потрясающие оргазмы, так уж устроен их организм... Хотя, неисключено, что это всего лишь моя картина мира. Но ведь еще Кастанеда писал, что у женщин главным органом управления энергией является матка. Пробуждение энергетического тела обычно сопровождается открытием чакр, подъемом Кундалини и вылетами из тела. Пережить такую глубинную трансформацию значит **«прошибиться»**. И происходит это не постепенно, а квантовым скачком: р-раз! – и в дамках! Когда человека энергетически прошибло, каждое касание к миру вызывает невероятное наслаждение.

– Да уж, я своими глазами видел, как это происходит. Такую мощную приманку встроила Наташка, что в следующий раз просто не вижу другого выхода, как продышаться до победного конца.

– Мужчины обычно осторожничают, не лезут сразу на рожон. Сначала разведывают территорию, только потом совершают прыжок. Зато мужики могут упорно и методично накапливать силу, а большинству женщин это кажется скучным. Им подавай все и сразу. Вот ты йогой занимался, значит, уже поднакопил достаточно энергии, так что в следующий раз у тебя обязательно получится.

– А я побаиваюсь, выдержит ли моя психика такое? – с сомнением произнесла Юлька.

– Конечно, неплохо бы прежде всего йогой позаниматься, чтобы укрепить тело и психику. Но это необязательно. Многое зависит от картины мира, в которую ты играешь. Если ты не драматическая актриса, то есть несильно зависишь от страхов, то тебе ничего не грозит. Особенно, если компания подходящая. Я, честно говоря, на сто процентов убежден, что форсированное дыхание повредить не может, и мой личный опыт это не один раз подтверждал. Второе рождение произойдет мягко, психика выдержит. Большинство людей просто не способно докопаться до этих состояний – встроенный защитный механизм не позволяет. Они попробуют и скажут, что ничего особенного не почувствовали, или слегка побалдеют. Ведь чтобы прошибиться, надо либо предварительно заниматься энергетическими практиками, как Вовка, либо родиться **«ведьмочкой»**.

– Ага, – согласился Вовка. – У «ведьмочек», или, как я их называю, «космонавток», от природы сильная энергетика и дар чувствовать энергию. Они во время секса вылетают из тела, зачастую первый раз в жизни, сами того не ожидая. Но чтобы так сильно вылететь от холотропного дыхания...

Сергея улыбнулся и закончил свою маленькую лекцию кратким, но весьма емким выводом:

– Есть разные способы открыть энергетику... Зато теперь Наташка почти наверняка начнет йожиться – глупо лишать себя такого кайфа! Пойдем, глянем на новорожденную...

Наташка неподвижно лежала на полу. Ее глаза были закрыты, а руки и ноги раскинуты в стороны. Серега подмигнул своим друзьям и включил музыкальный центр. Наташка сразу же стала мелко подрагивать. Сергей выключил музыку и негромко произнес:

– С днем рождения, красавица! Хватит балдеть, возвращайся, ты сюда еще не раз придешь.

Наташка никак не отреагировала на его слова, только ее тело продолжало слегка содрогаться. Компания тихонечко вышла из комнаты.

Оказалось, что прошло полтора часа. У Вовки проснулся зверский аппетит, у остальных –

тоже. Еда показалась необыкновенно вкусной. Будто это были не обычные фрукты, а небесный нектар, амброзия. Едва прикоснувшись к еде, Вовка разом превратился в гурмана. С наслаждением смакуя зефир в шоколаде, он вдруг вспомнил, что точно такие же ощущения испытывал, когда ел зефир ребенком. Ощущения были настолько яркими, словно он вернулся в прошлое, в свое детство. Выяснилось, что восприятие вкуса изменилось у всех. Кроме того, все заметили, что обострились и другие органы чувств. Четче и контрастней стала картинка, совсем иначе стали восприниматься звуки, запахи.

Наконец, на кухне появилась Наташка. Казалось, что пространство вокруг нее подсвечивалось ослепительно ярким светом. Такой же яркий свет излучали глаза. Она ликовала! Юлька спросила:

– Не томи, расскажи, что с тобой было?

– Это рассказать невозможно... Такое впечатление, что прожита целая жизнь. Какое-то неземное блаженство, райское наслаждение, которое длилось целую вечность. Никогда бы не подумала, что способна на такое в присутствии других. Я вообще-то привыкла сдерживать свои эмоции, а тут так стонала... И мне было по фигу!

– Добро пожаловать в новый мир! [\[6\]](#) – с улыбкой произнес Серега. И вся компания чокнулась чашками с чаем.

Дыхательная сессия у Сереги

Задержки стоя. Мистический звук «Эль»

Экспериментаторы решили повторить дыхательную сессию в том же составе у Сергея дома. Оказалось, что Вовка жил неподалеку и в назначенное время появился у него на пороге. Девчонок еще не было. Тараканова буквально распирало, ему не терпелось быстрее начать дыхательную сессию. Он чувствовал себя так же, как чувствует себя спортсмен, пробившийся в финал Олимпийских игр, перед финальным стартом. Чай решили не пить, чтобы не булькало в животе во время дыхания. Оживленно беседуя с Серегой, Вовка рассматривал его книги, аккуратно расставленные по темам в большом книжном шкафу. Некоторые из них были хорошо знакомы Тараканову – такие же стояли на полках у него дома. Оказалось, что у молодых людей много общих интересов.

Вскоре одна за другой появились Юлька и Наташка. Уличив момент, Вовка спросил:

– Наташ, может, расскажешь о своих ощущениях, когда дышали на даче? Чувствовалось, что с тобой происходят запредельные вещи.

Девушка задумалась и с некоторой долей нерешительности стала рассказывать:

– Попробую, хотя передать состояние словами практически невозможно. Сразу задышала очень энергично. Я интуитивно знала, что надо дышать именно так. Сначала сильно нагрелся живот. Потом тело исчезло, и остался только раскаленный контур солнечного сплетения. Он был ослепительно яркого красного цвета, а потом стал золотистым. Был только этот контур и больше ничего, и я дышала им. С каждым вдохом и выдохом энергетический контур сжимался и разжимался. Он стал расширяться за пределы моего тела. Начались спазмы в животе. Я чувствовала, что происходит **рождение чакры**. Было больно... Похоже, такие же ощущения испытывают женщины во время рождения ребенка. Думаю, теперь я знаю, что такое рожать.

Затем от контура вверх потянулись ниточки такого же золотистого цвета. Ниточки постепенно расширялись. Через какое-то время они стали напоминать лепестки, которые постоянно становились все шире и шире. А когда чакра родилась, ее лепестки стали танцевать по кругу, то раскрываясь, то закрываясь. Это было невероятно красиво. В конце они полностью раскрылись и завибрировали с большой частотой. Сверху прямо в живот устремился мощный поток. Начался фантастический экстаз, непрерывный оргазм в солнечном сплетении. Потом это ощущение разлилось по всему телу. Жар пошел в голову, в руки, в ноги. Я увидела, как вся засветилась ослепительно ярким светом и почувствовала, что слилась с Богом. В голове мелькнула мысль: «От такого счастья можно сойти с ума!»

Теперь даже мимолетная концентрация на солнечном сплетении вызывает мощную вибрацию и экстаз. Я постоянно чувствую не только Манипуру, но и другие чакры. Кажется, что тело стало огромным, необъятным. Раньше я ощущала чакры внутри тела, а теперь стала чувствовать их и за его пределами. Хожу, как пьяная. Счастлива без причины – ни от чего! Некоторые чувствительные люди как будто считывают мое состояние, и их самочувствие даже иногда реагирует на мое присутствие. То и дело слышу рядом с собой: «Ой, дайте-ка присяду, а то голова закружилась». Я чувствую, что это происходит от излучения в моей Манипуре. Вот... Это если вкратце.

– Обалдеть! – присвистнул Серега.

– Я тоже хочу так, – добавила Юлька.

– Ты показала, как это делается. Давайте попробуем дышать с таким же неистовством, предложил Вовка. – Может, и у нас чакра родится.

Дыхательную сессию решили начать сразу. Серега поставил альбом «Are You Shpongled» своей любимой группы «Shprongle», зажег пару свечей, ароматическую палочку и выключил свет.

Вовка решил показать задержку после вдоха. Ребята встали между девочками и взяли их за руки. На первой же задержке Тараканова накрыла мощная энергетическая волна. Он нечасто видел картинки, но чувствовал энергию телом. И только когда энергетический поток набирал максимальную силу, у Тараканова включалось внутреннее видение. Чем мощнее становился поток, тем ярче были картинки. В этот раз, сделав самый первый вдох, Вовка мгновенно ощутил в теле фантастическую силу. Во рту появился металлический привкус, из центров стоп стал подниматься обжигающий жар. Тараканову казалось, что вместо ног у него тонкие струны, по которым пропускался ток сверхвысокой частоты, и от этого струны светились все ярче и ярче.

Вдруг раздался хлопок, и тело взорвалось от какого-то импульса! Вовка почувствовал, что выскочил из своего физического тела и стоит сантиметрах в двадцати впереди него. По нему снизу вверх прокатывались волны невероятного наслаждения. Только лишь когда экстаз достиг пика и Тараканов понял, что сейчас его просто разорвет, он осознал, что стал выдыхать. В этот же момент Вовка обнаружил, что дрожит с немыслимой частотой, глубоко присев на широко расставленных ногах. Когда он успел принять эту позу, Тараканов вспомнить не мог, но понимал, что не падает только благодаря ей. Вовка явственно ощущал и одновременно видел, как снизу в копчик бьет огненный фонтан.

Внезапно в голове вспыхнуло осознание, что он стоит в кругу и держит за руки двух девушек, но кто эти девушки, Тараканов вспомнить не мог. Справа, через руку, ощущались сильнейшие вибрации чьего-то физического тела. Но не они поразили Вовку. Его потрясло то, что он чувствует и «видит» вибрации тела энергетического. **«Видит» чувствами**, а не так, как привык – глазами. Он припомнил, что справа должна стоять Наташка. Слева, от Юльки, вибрации были слабее, но тоже достаточно ощутимые. Когда Тараканов открыл глаза, то увидел Наташку, стоящую на широко расставленных ногах и низко наклонившуюся вперед. Было очевидно, что ее переживания полностью совпадает с его.

– Ну что? Как ощущения? – спросил Вовка.

– Давай потом, а? – возмутилась Наташка. – Только кайф обламываешь...

– Я сделал несколько интересных наблюдений, – ответил Вовка, – хочу поделиться с общественностью.

– Ну, прет! – еле выдавил из себя Серега. – Вот это да! Просто праздник какой-то! Как ты додумался до задержки стоя?

– Об этом потом. Сейчас вот что... Если чувствуете, что поток достиг максимальной силы и после выдоха можете не выдержать, нужно расставить ноги и присесть. Тогда, во-первых, будет устойчивое положение, а, во-вторых, снизу в копчик начинает бить энергетический фонтан. Сейчас подумал, что это состояние можно назвать **«сесть на поток»**.

– Мое тело сделало это само, – подхватила Наташка, не переставая дрожать, отчего ее голос смешно вибрировал.

– В какие-то моменты музыка здорово помогала, – вставила Юлька.

Все дружно с этим согласились.

– Мне кажется, что мы с Наташкой чувствовали одно и то же, – произнес Вовка.

– А мне не кажется... Я это знаю. В какие-то моменты я была тобой.

– Я, пожалуй, сниму футболку, – заявил Тараканов, по телу которого ручейками стекал пот.

– Отличная идея, – поддержал такой же мокрый Сергей.

Продолжая делать задержки, компания постоянно нагнетала энергетику. Причем каждый раз состояния были новыми, они не повторялись. Затем Серега предложил:

– Давайте споем очень интересный звук. Меня один шаман научил, когда горловому пению обучал.

Серега стал медленно вдыхать, остальные замерли. В тишине комнаты раздался необычный

фантастический звук, который в привычном мире вряд ли можно было услышать. Это был скорее не звук, а чистая вибрация, которую Тараканов ощутил всем телом. Сергей усиливал частоту пения, отчего тела присутствующих завибрировали сильнее. Звук заполнил комнату и в какой-то момент зазвучал со всех сторон. Воздух в комнате сгустился. Вовке чудилось, будто поют стены, пол и потолок. Сергей загудел изо всех сил, и Вовка увидел упругие волны звука. Было похоже, словно вся Вселенная в едином ритме поет гимн Бытию. В голове у Тараканова мелькнула мысль, что этим звуком и было рождено Мироздание. Серега постепенно затихал и, наконец, замолчал.

В наступившей тишине еще какое-то время были слышны отголоски эха.

– Фантастика... – вымолвила Наташка. – Только не могу понять, какой звук ты пел?

– Да, я тоже хотел спросить, – поддержал Вовка.

– Звук «Иль». Короткое «И» и длинное «Лль». При этом язык прижимается к небу, и в голове, а потом и во всем теле возникает сильная вибрация.

– Давай еще раз споем, – предложил Вовка. – Только сначала делаем максимальную задержку после вдоха, а когда уже не будет мочи ее держать, начнем петь.

Все стали очень медленно вдыхать воздух, буквально пить его ноздрями. Вовка закончил вдох и стал периодически делать **довдохи**, то есть вместо выдоха делал еще небольшой вдох. Тараканов сильно прогнулся в груди, а затем максимально расслабился. Это положение тела было настолько комфортно, что Вовка не без удовлетворения отметил: годы йоговских тренировок не прошли даром. Он обнаружил, что **довдохи во время задержки разгоняют поток гораздо сильнее**, нежели просто полный вдох с последующей задержкой. Кроме того, с довдохами держать задержку было легче, а длительность ее возрастала.

В какой-то момент тугая сверхплотная волна ярко-золотого цвета стала подниматься от самых стоп, по ногам и выше, постепенно заполняя собой абсолютно все тело, будто оно превратилось в полый сосуд. Вовка увидел огромный белоснежный цветок с четырьмя лепестками. По его стеблю поднималась золотая энергия и расходилась вверх расширяющимися кольцами. Зрелище было настолько завораживающим, что Тараканов не сразу сообразил, что лепестки этого цветка есть не что иное, как они вчетвером, стоящие на задержке. Вовка обнаружил, что дрожит крупной дрожью, и девчонки, стоящие справа и слева, чувствовали себя точно так же. Затем он вспомнил, что договорились спеть «Иль». Тараканов еще немного подержал задержку и решил петь, опасаясь, что может забыть об этом и начать обычный выдох. Он чувствовал, что вся четверка находится примерно в одном состоянии, и может быть, никто, кроме него, не помнит, что они собирались петь «Иль».

Еще немного расслабившись и втянув воздух, Вовка с медленным выдохом тихонечко запел. У него получилось не «Иль», а «Эльль» ^[7]. Все тут же подхватили. Тараканов мгновенно превратился в экстатическую вибрацию, центр которой находился у него в горле. Не существовало ничего – ни тела, ни квартиры, ни земли, ни космоса, – только одна вибрация, концентрированное блаженство, которое с каждой секундой нарастало. Затем Вовка вдруг ощутил, что его тело стало огромным, охватывающим всю Вселенную, и все его мельчайшие клеточки, войдя в резонанс друг с другом и со всем мирозданием, слаженно пели гимн Экстазу, каждая клеточка испытывала невообразимый оргазм. Тараканов растягивал этот гимн, по капле выдыхая воздух и стараясь продлить наслаждение.

Решили еще два раза спеть «Иль-Эльль», а затем сделать задержки после вдоха. Задержку сделали, а спеть забыли: их охватило необыкновенно состояние, на внутреннем экране стали появляться такие чудесные картинки, что забывалось все на свете. Спели, потом опять забыли. В конце концов, еще раз спели.

– Ну, что сейчас будет! – шепнул Вовка. – На задержку становись!

Ему стало даже немного страшно: сейчас будет запредельный экстаз, и готов ли он его выдержать? Отбросив сомнения, Тараканов подбодрил себя: «Прорвемся!».

Вовка сразу забыл о том, что происходит, где происходит и с кем происходит. Он испытывал божественное наслаждение, созерцая потрясающе красивое кино и впитывая потрясающе красивую мелодию. Тараканов увидел растение с ярко-зелеными листьями, на котором распускались восхитительные цветы – сначала внизу, а затем все выше и выше. Последний цветок, раскрывшийся на верхушке стебля, взорвался и осыпал все растение белорозовыми лепестками. В этот момент Вовка осознал, что начал выдыхать, а его тело стало подпрыгивать с невероятной частотой вверх-вниз и одновременно раскачивается вперед-назад. Очевидно, только благодаря этим подпрыгиваниям и раскачиваниям оно не падало. Тараканов чувствовал, что с Наташкой и Серегой происходит то же самое, а у Юльки – сильные вибрации, хоть она и не подпрыгивала.

– Вот это подъем Кундалини! – констатировал Вовка, когда немного отдышался после выдоха. Его тело, как и у остальных участников, продолжало сильно вибрировать.

– Я о таком раньше только в книжках читал, – вставил Серега. – Воспринимал как сказку. Думал, у меня никогда так Кундалини не поднимется. Для этого же надо столько фанатизма: растяжки, лотосы, в асаны закручиваться, голодать, воздерживаться. А оказалось так **просто**.

А Юлька добавила:

– Как у Пелевина: «Истина настолько проста, что за нее даже обидно!»

Едва начали делать вторую задержку, Вовка стал растворяться в энергии, но внезапно его вернул назад резкий рывок справа. Тараканов почувствовал, что Наташка, как подкошенная, рухнула вперед, упав на колени. Если бы Вовка и Серега не держали ее с обеих стороны, то она пропахала бы носом по ковру. Вовка почувствовал, что ее тело стало тяжелым и пустым. Наташки в нем не было! Тараканов с Серегой аккуратно приподняли его, отнесли к стене и осторожно положили. Девушка тут же начала дрожать, причем сразу в двух плоскостях: в горизонтальной и вертикальной. Поперечные вибрации были сильнее – ее голова моталась из стороны в сторону с большой скоростью. Наташку выгибало так, что она едва ли не вставала на мостик, продолжая бешено вибрировать. При этом из нее вырывались крики, похожие то ли на стоны, то ли на рыдания.

– Я боюсь, а вдруг она не вернется и умрет или сойдет с ума? – тихо прошептала Юлька.

– Не бойся, она в прошлый раз показала, на что способна. Так колбасится, что завидки берут! – попытался приободрить ее, да и себя Вовка.

– Продолжим, – предложил Серега, – мы же еще подышать хотели.

– Я больше не буду, мне бы переварить то, что было, – ответила Юлька.

– Давай, – поддержал Серегу Вовка. – Только я предлагаю сделать классическую йоговскую пранаяму. Будем вдыхать двумя ноздрями, а выдыхать попеременно: то правой, то левой. То есть двумя ноздрями вдох, потом зажимаем правую ноздрю, а через левую выдыхаем. Затем двумя вдох, зажимаем левую, а через правую выдыхаем. Йоги предлагают для этого средний и указательный палец правой руки прижать к ладони, и правую ноздрю зажимать большим пальцем, а левую безымянным [\[8\]](#).

– Да знаю, я же четыре года йогой занимался, в группу ходил. Потом сам шесть лет практиковал, – напомнил Сергей.

– Отлично, – кивнул головой Вовка. – Только два замечания. Во-первых, дышать будем долго, минут пятнадцать... Если хватит духу – полчаса. А во-вторых, делать это будем стоя. Мне интересно все пранаямы стоя поделать. Раз так прет от стоячей задержки, то наверняка и пранаямы по-другому заиграют. Когда сидишь в лотосе, ноги практически выключены. Их и сложили, чтобы они не мешали. Когда стоим, вся игрушка начинается с ног. Главное – не упасть.

Возможно, поэтому йоги и не делают стоячие задержки после вдоха, – предположил Тараканов, покосившись на вибрирующую Наташку.

– Все понял, – ответил Серега, – только музыку сменю. Есть потрясающий диск для дыхания – группа «Younger Brother», альбом «A Flock of Bleeps».

– Где ты их берешь? – поинтересовался Вовка.

– Да на Горбушке есть пара точек, где такими торгуют. Еще у меня есть друзья – настоящие фанаты стилей транс, нью-эйдж, медитатив и вроде того. Но в основном скачиваю в Интернете.

Музыка понравилась Тараканову с первых же аккордов. Она изумительно гармонировала с нынешним Вовкиным состоянием.

– Ну, за вторым рождением! – торжественно произнес он голосом Булдакова.

Ребята закрыли глаза и начали медленно дышать. Темп музыки был очень быстрый, поэтому уже очень скоро они вдыхали и выдыхали в том ритме, который задавали удары барабана. Тараканов и предположить не мог, что можно дышать с такой фантастической скоростью. Он не понимал, где вдох, а где выдох, и вообще не понимал, что с ним происходит. В состоянии бескрайнего блаженства Вовка, с удивлением для самого себя, начал изобретать невероятные вещи, выдыхая носом различные ритмы. Краешком сознания он уловил, что и Серега занимается тем же самым. Ритмы были сложные, но Вовка их видел внутренним зрением. Они представляли собой светящиеся контуры. Тараканов видел, как на четыре вдоха-выдоха слева направо восходил золотистый полукруг, разделенный четырьмя узлами, а затем, на следующие два вдоха-выдоха, под полукругом появлялся крест, напоминающий диагонали квадрата. Вовка понимал, что не сбивается со столь сложных ритмов на фантастической скорости только благодаря тому, что «видит» свое дыхание.

В какой-то момент у Вовки закололо в сердце, причем с такой силой, будто в него воткнули острую иглу. Тараканов вздрогнул, испугался и на долю секунды задумался, прекратить пранаяму или продолжить. Ему вспомнилось, как недавно он прекратил форсированное дыхание из-за неприятных ощущений в горле, а потом сожалел об этом и убеждал себя в следующий раз **идти до конца**. Поэтому сейчас Вовка решил просто снизить темп и глубину дыхания. Перейдя на поверхностное дыхание, он направил в сердце мягкий поток энергии, лаская его и говоря: «Не бойся, малыш! Ни с тобой, ни со мной ничего страшного не случится! Понимаешь, пора перейти на другой энергетический уровень игры». К удивлению Вовки, боль стала быстро затихать, а вскоре и совсем исчезла.

Тараканов задышал с новой силой, но через несколько минут боль проникла в почки, а потом в печень. Тело буквально кричало Вовке: «Прекрати! Так нельзя надо мной издеваться! Я сейчас умру!». А Тараканов, переходя на умеренный ритм, успокаивал его: «Не бойся, не бойся! Потом само же благодарить будешь. Вот увидишь, каким сильным ты станешь!» Боль опять отпустила. Вовка еще больше взвинтил темп дыхания, подпрыгивая и приплясывая. В теле все больше и больше стал раздуваться какой-то пузырь, пока, наконец, неожиданно не лопнул. В ушах прогремел взрыв, от которого, казалось, лопнули барабанные перепонки. Тараканов перестал слышать музыку. Ему почудилось, что время остановило свой бег. Вовку затопила волна восторга и ликования! Стало вдруг необыкновенно легко, приятно и комфортно. Такой легкости он не испытывал никогда в жизни! Тела не было. Тараканов был везде и нигде одновременно. Он был волной, энергией – вне всяких границ и пределов.

Сколько времени Вовка находился в этом состоянии, оценить невозможно. Постепенно возвращалась музыка. Она стала появляться откуда-то издалека, приближаясь и усиливаясь. Наконец, Тараканов вернулся в привычное состояние восприятия звуков. Он обнаружил, что продолжает дышать в неимоверно быстром ритме. Смысла продолжать пранаяму Вовка не видел. У него было ощущение, а точнее – знание, что на сегодня хватит – он сделал все, что мог, и получил потрясающую награду.

Вовка открыл глаза. Серега продолжал неистовую пляску. Тараканов тихонечко произнес: – Хорош, Серега! Прекращай...

Серега постепенно остановился и медленно открыл глаза. И тут же бросился с объятиями

на Вовку. Тараканов прекрасно понимал состояние друга. Они обнимались, кричали «Ура!», прыгали, радовались и улюлюкали, как дети.

На шум с кухни прибежала Юлька.

– Вы чего? – перепуганно спросила она.

– У ребят настоящее второе рождение, они продышали смерть! – уверенно ответила Наташка. Она уже сидела, прислонившись спиной к стене.

– Как будто на том свете побывали и вернулись, – подтвердил Серега.

Вовка и Серега были мокрые с головы до пят, хоть трусы выжимай. Посмотрев на пол, друзья расхохотались – на ковре было большое мокрое пятно от их трудового пота.

– Сколько же времени мы дышали? – поинтересовался Вовка.

– Судя по музыке, где-то час двадцать. Уже закончился «Younger Brother», опять начался «Shpongley».

– Вот это да! – присвистнул Тараканов. – С ума сойти...

– Жалко, что я вырубилась, – посетовала Наташка. – Ну, уж в следующий раз без меня дышать не дам, сформирую намерение устоять. Мне интересно теперь ваше состояние изучить. Чувствую, что это покруче вылетов. А то рванете в неведомые дали, от вас и след простынет.

– Это точно, – ответил Вовка, – еще как рванем! Ох, и надышимся теперь!

– Ну, герои, пошли пить чай, – позвала ребят Юлька, – я уже все приготовила.

Вовка с Серегой помогли Наташке подняться, а затем она уверенно пошла сама. Тараканова распирала радость. Он про себя обратился к своему сердцу, легким, почкам и всему телу: «Молодцы! Мы смогли! Я в вас не сомневался!».

Когда вечером Вовка лег спать, ему казалось, что все тело, с пяток до макушки, обдувает легкий, теплый, очень нежный и ласковый ветерок. словно невидимая мать баюкает своего любимого сына, напевая ему колыбельную. Тараканов испытывал очень тонкое, изысканное удовольствие. Ощущение движения теплого воздуха вдоль тела было настолько реальным, что Тараканов хотел было отыскать источник. Но тот факт, что он лежит под одеялом, исключал всякое рациональное объяснение происходящему. Тараканов просто нежился в нематериальном солярии. Чтобы вызывать этот эффект в дальнейшем, Вовка построил причинно-следственную связь: ветерок появился в результате интенсивной прокачки энергией. Он является вестником второго рождения, перехода на новый энергетический уровень функционирования тела. И теперь он будет появляться часто.

На следующее утро, во время йоги Тараканов сполна насладился плодами трансформации, случившейся накануне. Целый день ветерок был с ним. Он обдувал то икры ног, то кисти рук, то макушку. Особенно часто он появлялся у ног во время ходьбы. Вовка ликовал, ему хотелось поделиться с окружающими фантастическими ощущениями и закричать: «Люди! Жизнь прекрасна! Можно пребывать в состоянии постоянного наслаждения!». Но и этого крика было не нужно – прохожие оборачивались Вовке вслед, внимательно разглядывали его, а некоторые просто улыбались, глядя ему в лицо.

Ветерок стал постоянным другом Тараканова.

В начале весны Тараканову предложили заманчивый проект – экспедицию в Марокко с путешествием на джипах по пустыне, посещением трех суфийских орденов и участием в их ритуалах. Инициатором поездки был Вовкин знакомый, психолог по фамилии Сидорин. Он взял на себя все организационные вопросы, связанные с визами, билетами, перемещением по стране и допуском в суфийские братства. Вовка много слышал о богатых мистических традициях Марокко, к тому же одним из его любимых музыкальных альбомов был «Moroccan Spirit», так что он с энтузиазмом согласился участвовать в поездке. «Да еще и прокатиться на джипе по пустыне! Экзотика!» – с удовольствием думал про себя Тараканов.

Поездку наметили на середину мая, поскольку в это время в Марокко еще не так жарко. Но в апреле Сидорин куда-то таинственно испарился, и организовывать экспедицию оказалось некому. К тому же недорогие билеты на чартерные рейсы в Марокко были быстро раскуплены.

Однако Вовка уже сформировал намерение посетить манившую его Африку. Почувствовав в Сереге родственную душу, он предложил ему рвануть на загадочный континент. Серега обожал всякие авантюры и поддержал Вовку, не тратя время на раздумывания. Юлька с Наташкой поехать не смогли. Путешествие в Марокко не срослось, так что друзья отправились в Тунис, благо подвернулся недорогой тур. Оттуда до Сахары рукой подать, можно и в Средиземном море купаться, и йогой накачаться на природе, под жарким солнцем.

Путешественники прибыли в портовый город Сусс на востоке Туниса и поселились в приличном четырехзвездочном отеле. До моря было рукой подать – всего четыре-пять минут ходьбы по мощным дорожкам мимо газонов с ярко-зеленой травкой. Вдоль дорожек росли декоративные финиковые пальмы, туя и другие неизвестные Вовке экзотические деревья и кусты. Между морским берегом и зданием отеля располагался шикарный бассейн с бирюзовой водой, по периметру которого росли раскидистые пальмы. Со стороны моря его прикрывала от ветра невысокая зубчатая стена песочного цвета, где ютились многочисленные магазинчики, бар и кафе.

Кормили неплохо. За завтраком и ужином друзья с удовольствием лакомились йогуртами, финиками, апельсинами, клубникой, маслинами, салатами, сыром, морской рыбкой, вкусной выпечкой. Вместо обеда, который не был включен в стоимость тура, друзья устраивали легкий перекус из небольшого количества фруктов и пили чай с восточными лакомствами – отменной халвой и нугой с орешками.

Первые четверо суток днем и ночью дул сильный ветер. Пляж пустовал – сидеть и даже лежать на пронизывающем ветру было некомфортно. Температура воды в Средиземном море не превышала восемнадцати градусов, поэтому Вовка с Серегой купались всего два-три раза в день. Поджарый Сергей, жировая прослойка у которого практически отсутствовала, вылезая из воды, покрывался крупными мурашками. Большую часть времени парни проводили либо у бассейна, хорошо укрытого от ветра, где отдыхало большинство гостей отеля, либо на полянке под дикими финиковыми пальмами и экзотическими деревьями, очень уж похожими на наши родные ели ^[9].

Дорвавшись до йоги на природе, друзья крутили ее по четыре-пять часов в день.

Просыпаться в шесть утра особого труда не составляло, в этом смысле трехчасовая разница во времени была парням на руку. Серега предложил двадцатиминутный интенсивный утренний комплекс с задержками после выдоха и бандхами ^[10]. В этом комплексе две первые асаны – лежащие, поэтому делали его в номере. Тараканов уже лет десять, как перестал делать бандхи, так что новый комплекс подарил ему много новых ощущений: с каждой асаной Огонь все жарче и жарче разгорался в солнечном сплетении и нижней половине тела. Затем Вовка с Серегой

приступали к задержкам после вдоха с отклонением головы назад и прогибом в груди.

Около семи часов они шли купаться в море, после чего на полянке под пальмами и «елками» делали «Сурью» и комплекс Сидерского «Око возрождения. Утренний круг» [\[11\]](#). В промежутке между ними выполняли пранаямы, а в конце пели мантры. После каждого блока упражнений выполняли задержки после вдоха.

Основной упор делали на «Око», к которому Вовка пристрастился два года назад, выучив по книге. Серега очень тонко чувствовал энергию физически, и этот комплекс стал для него настоящим открытием, хитом сезона.

Комплекс замечателен прогибами назад в выпадах и асанами с подъемом ног. Вовка делал его медленно, с небольшими задержками в каждой позе, и уже в середине комплекса его накрывало мощным энергетическим потоком. Тело начинало сильно вибрировать, и иногда даже приходилось открывать глаза, чтобы удержать равновесие. Не требуя особой подготовки и гибкости тела, «Око возрождения» раскручивало энергию до непостижимых пределов. Это был любимый комплекс Тараканова. Ежедневно практикуя его, он немного изменил некоторые элементы так, чтобы поток энергии активнее усиливался. А когда Вовка стал делать задержки после каждого круга «Ока», эффект оказался поистине ошеломляющим – перед ним открылся целый спектр запредельных экстатических переживаний.

После завтрака друзья загорали и купались в бассейне. А в полдень снова крутили «Око», делая между кругами задержки и пропевая мантры, чаще всего «Эльль». Затем энтузиасты практиковали статичные асаны.

Наконец, за час-полтора до ужина они снова приступали к «Оку», делая по четыре-шесть кругов.

Энергетической кульминации йоги достигли на четвертый день. С самого утра поток был очень плотный и в то же время мягкий. Во время задержки на дневной йоге Тараканов, сотрясаемый мощными вибрациями, почти потерял сознание и не упал только потому, что успел открыть глаза. Серега в это время заканчивал делать «Сурью». Услышав глухой звук рухнувшего тела, Вовка не удивился – они с Сергеем оказались сильно связаны энергетически, словно были знакомы многие годы. Часто они отмечали, что во время йоги испытывали очень похожие, а то и вовсе одинаковые ощущения.

И вот – «Око возрождения». Квинтэссенция экстаза. Энергетический «первач».

Уже в первой позиции комплекса, стоя на задержке после вдоха с опущенными вдоль туловища руками, Вовка почувствовал лавину жаркой энергии, несущуюся на него сверху, подобно локомотиву на всех парах. Тело мгновенно превратилось в сплошную вибрацию, от которой содрогалось все пространство восприятия, наэлектризованное энергией. **«Все есть вибрация!»** – вспыхнуло световое табло в мозгу Тараканова. После этого переживания сознание схлопнулось в мельчайшую точку – точку безмыслия. Сколько времени Тараканов простоял в этом положении, он не мог сказать, но в какой-то момент его восприятие вновь собралось в пространстве-времени: перед глазами замелькали картинки, включился внутренний диалог. Вовка, наконец, вспомнил, кто он такой и чем занимается... Йоговский комплекс... Выпрямляясь с выдохом и сотрясаясь от вселенской дрожи, он постепенно сообразил, что теперь надо развернуть ладони наружу.

Вдох... Тараканов стал медленно поднимать руки через стороны вверх, ощущая, как его ладони тянут за собой энергетические волокна, поющие на высокой ноте, и натягивают их, как шнуры эспандера. Центры ладоней пылали, а кончики пальцев рисовали огненный контур в колышущемся мареве пространства. Приподнявшись на носочки, Вовка соединил ладони и потянулся руками, головой и грудью вверх, растягивая тело, как пластичную резиновую игрушку. Сверху, по рукам, обтекая «футляр» тела, заструился ласково обжигающий поток блаженства,

отчего Тараканов почувствовал, как все его существо буквально замирает.

Выдох... Йог встал на пятки и, опуская соединенные кисти рук к макушке, впустил горячую пульсирующую струю через верхушку головы внутрь. Океанские волны удовольствия заполнили тело, заколыхались вверх-вниз, заливая все ярким белым светом с янтарной пеной.

Вдох, задержка, довдох... Глубокий прогиб в груди, руки вытянуты вверх и отведены за голову, а сверху – в раскрытое сердце, горло, лицо и лоб – обрушивается космический «ветер», пробирающий насквозь.

Наклон и приседание, затем выпрямление ног в коленях. С каждым движением поток Силы нарастает...

Со вдохом, упершись пальцами рук в пол, Вовка поднял вверх правую ногу, стремясь вытянуть пятку как можно выше и максимально прогнуться в пояснице. Задержка после вдоха, концентрация внимания – на центре стопы поднятой ноги, от чего она тут же начала раскаляться, словно ее окунули в огненную лаву. Возникло странное ощущение, будто перевернули нагретые на знойном солнце песочные часы, и горячий песок устремился плотной шуршащей струйкой из верхней колбы в нижнюю, наполняя ее и утяжеляя.

На выдохе Тараканов взялся левой рукой за лодыжку, прижав голову к колену, и потянулся правой пяткой еще выше. От пылающей стопы река сверхплотной, сжатой энергии хлынула по ноге вниз, затопив туловище и голову. Вовку придавило многотонной мощью.

Он плавно опустил руки на пол и выровнял корпус в горизонтальной плоскости, стремясь вытянуть макушку вверх, а пятку – удержать как можно в более высоком положении. Широкой воображаемой дугой Тараканов соединил макушку с центром стопы, замкнув сверкающий энергетический контур, после чего, задержав дыхание на вдохе, принялся гонять расплавленный поток по кольцу, ускоряя невидимые, но осязаемые, гудящие, вибрирующие снопы света.

Затем Вовка неторопливо опустил правую ногу максимально назад, упершись босой подошвой в мягкую травку. Зная, что в предстоящей асане может завалиться на землю, он попытался найти устойчивое положение, немного отставив в сторону правую ногу и слегка развернув ее носок наружу. Тараканов лег грудью на левое бедро и расслабился, предвкушая фантастической напор Силы, который должен был накрыть в следующей асане – ключевой позиции всего комплекса.

Вдох. Тараканов оторвал руки от земли, медленно поднял корпус вертикально и прогнулся так глубоко, как только мог, раскрыв до предела грудную клетку и отклонив голову назад. Его левая нога была сильно согнута в колене, из-за чего область промежности была сильно растянута и там возникло приятное напряжение. Руки были опущены вниз и развернуты ладонями вперед.

Выпад с прогибом – очень красивая и энергетичная асана. Вскипая от наслаждения и чувствуя свою открытость перед всем миром, Вовка вдруг ясно осознал, что **йога – это способ выразить телом космический экстаз**. Это молитва, способ проявить Божественное начало с помощью великолепного инструмента, дарованного человеку – «материального» тела.

Задержка после вдоха, довдох, еще чуть глубже прогиб и еще несколько довдохов... Биение потока в промежности и крупная дрожь в выпрямленной правой ноге... Усилив прогиб, йог почувствовал, как верхняя половина его тела, согнутая дугой, превратилась в огненное колесо. Оно крутилось все быстрее и быстрее и в какой-то момент превратилось в единый ослепительный круг. Вовка вспыхнул солнцем.

Постепенный выдох... Тараканов выпрямил корпус, сохраняя положение ног. Мягко, но неумолимо из Поднебесья навалилась несказанная мощь. Краем уплывающего сознания Вовка удерживал равновесие. Он превратился в крепкого, как скала, античного героя, монументального исполина, который во весь опор мчался на небесной колеснице.

Потом еще был подъем рук через стороны, вытягивание к небу, прогиб с заведенными назад руками... И много чего еще.

Но эта связка – *поднимание ноги вверх с последующим выпадом и прогибом* – заводила Тараканова больше всего. Это было ядром комплекса, его твердым стержнем и бьющимся сердцем.

Вовка зависал почти в каждой асане, а в финале, при опускании соединенных ладоней на макушку, окружающий мир поплыл...

Затем последовали задержки после вдоха. Чуть позже Вовка задумался, каким словом можно выразить состояние во время этих задержек. Ни с чем другим, кроме оргазма, сравнить такое было невозможно. Но это был какой-то космический оргазм, мегаоргазм! Он складывался из микрооргазмов в каждой клеточке тела. Другая метафора – безбрежный океан экстаза. Вовка чувствовал, как все его тело пылало. По нему, от самой макушки и до кончиков пальцев рук и ног, текли горячие реки и ручейки. Область шеи, плечи и спина налились свинцовой тяжестью, которая лилась вниз, растворяя йога в бездонной пучине наслаждения.

Когда он открыл глаза, то картинка с лужайкой, пальмами и бассейном неподалеку обрела какую-то сказочную живость, краски стали особенно сочными. Рядом, будто пьяный, шатался Серега, выдохнувший после долгой задержки. Неуклюже переступая ногами, он растопырил руки, словно пытался уцепиться за воздух, чтобы не шмякнуться.

В конце занятия неумные фанаты йоги организовали минут на двадцать дыхательный джаз-банд. Они стали в учащенном ритме вдыхать и резко выдыхать воздух носом [\[12\]](#), отчего в конечном итоге испытали изумительные ощущения.

Тараканову дышалось необычайно легко. Он уже мастерски играл ритмами, импровизировал и плел чудесный замысловатый узор из дыхательных мелодий. Тело стало невесомым полым проводником, духовой трубой. У него в голове даже возник образ медной, надраенной и горящей на солнце большущей трубы из армейского оркестра. И только потом пришло осознание, что каждая мельчайшая частичка его тела дышит и поет необыкновенно красиво и мощно.

Каждая клетка была подобна маленькой мелодичной трубе, а все вместе они составляли волшебный музыкальный инструмент вроде органа, но духовой... И снова Тараканову не хватало слов – нет такого инструмента в нашем мире!. Из этого многоголосья складывалась божественная симфония, могучая и ласковая, полная любви к жизни и юного пыла, нежности и бушующей грозы, – и слышно было в нем каждого отдельного исполнителя.

А как завораживало дирижирование и управление этим оркестром! Вовке стала «понятна» трансцендентная игра Кришны на флейте, творящая миры. И стало «ясно», отчего пастушки так вились вокруг него!

Это было не просто дыхательное упражнение, но гимн новому рождению. Серега почувствовал, что попал в резонанс с Вовкиными ощущениями, и, когда они завершили пранаяму, воскликнул:

– ***Тело – это саксофон, на котором играет Бог!***

Экскурсия. Йога в сказочном отеле

На пятый день отдыха Сергей подбил напарника совершить двухдневную экскурсию по Тунису. Тараканову не хотелось тратить целых два дня на изматывающую автобусную поездку – он бы предпочел остаться в отеле и вкушать удовольствие от йоги и бултыхания в бассейне. Но Серега переубедил его, соблазнив катанием на верблюдах посреди барханов легендарной Сахары. Если бы Вовка знал, что протяженность маршрута составляет тысячу двести километров, он бы отказался сразу. Однако о том, что туристам предстоит совершить «круг почета» по всему Тунису, араб, расписывавший прелести экскурсии, скромно умолчал.

За окном комфортабельного автобуса проносились бесконечные рощи низкорослых оливковых деревьев. Похоже, кроме них, а также пальм, хиленьких эвкалиптов, кактусов и верблюжьей колючки, в Тунисе ничего больше не росло.

По мере продвижения на юг оливковые рощи сменялись суровым однообразным пейзажем – каменистые полупустыни с островками выгоревших кустиков. По словам экскурсовода Али, именно здесь, посреди этих скалистых «лунных» ландшафтов, снимался фильм «Звездные войны».

Изредка на пути встречались небольшие городишки, довольно убогие, с «вечно» строящимися домами. Поблизости от селений располагались оазисы – грядки с травкой и рядами финиковых пальм. Вообще за время тунисской эпопеи Вовка так привык к пальмам, что после прилета в Домодедово по дороге от аэропорта до МКАД, разинув рот, взирал на подмосковные березы.

Одно из самых сильных впечатлений на Тараканова и Серегу произвело соляное озеро неподалеку от границы с Алжиром. Мистическое место. Собственно, озером назвать его было нельзя. Скорее, пересохшая равнина, а вдоль автодороги – соляные горки, мелкие каналы и продолговатые озерца с белесой водой. В некоторых лужицах вода была не белая мутная, а странного красно-бурого цвета. Ветер гнал по ним волны, обнажая ярко-белые края лужиц, покрытые кристаллами соли. Зрелище было очень необычным, фантастическим. Казалось, экскурсанты высадились на другой планете. Окружающий пейзаж напомнил Вовке фильм «Кин-дза-дза».

Сильнейший ветродуй, гуляющий от горизонта до горизонта, сбивал с ног, запорашивал соляным песком глаза и уши. Закручивающаяся бурунами, необузданная стихия опьяняла, и это была энергия Ветра в чистом, концентрированном виде.

Когда шофер «Лэндровера», молчаливый араб в чалме, прокатил Вовку и Серегу метров триста по барханам, они оба возрадовались, что не поехали в Марокко. Неделя такого «удовольствия», как путешествие на джипах по пустыне, вымотала бы их до изнеможения. Кроме того, после такой экскурсии у Тараканова сложилось мнение, что обещанное в программе марокканской экспедиции посещение суфийских орденов могло бы оказаться такой же показухой, как тунисские достопримечательности: пещера троглодитов, оазис с водопадом аж метровой (!) высоты, «древние» заброшенные города и Колизей в городке Эль-Джем, якобы построенный римлянами пару тысячелетий назад. Тысячелетней стариной тут и не пахло. Декорации были явно недавней постройки, припудренные и наманикюренные для толп туристов.

На джипах преодолели довольно протяженный участок горного серпантина, который вытряхнул из туристов последние силы. И когда они вновь увидели идеальное шоссе с поджидающим их комфортабельным автобусом, ликованию туристов не было предела. В этот момент Тараканов вспомнил известную шутку Жванецкого: «Как мало человеку надо для

счастья: увидеть туалет и успеть добежать до него». Вечером автобус подкатил к небольшой гостинице близ городка Дуз, на окраине Сахары, где предполагались верховая прогулка на верблюдах, ужин и ночевка.

Двухэтажный отель с зубчатыми стенами, угловыми башенками и хитро запутанными переходами напоминал восточный дворец из сказок Шахерезады. Он утопал в зелени густо посаженных пальм и был увит буйным ковром красивых, удивительно ярких тропических цветов. Вечером и ночью переходы освещал мягкий, приглушенный свет фонариков, вмонтированных в пол. Стены дворца-отеля украшали орнаменты в арабском стиле и фрески, иллюстрирующие жизнь кочевников. Все в отеле было продумано до мелочей, стиль выдержан безупречно, вплоть до обивки диванчика в номере, на которой тоже угадывался замысловатый тематический рисунок.

Когда путешественники прибыли в отель, экскурсовод объявил, что поездка на верблюдах состоится через час. Не теряя ни минуты, Вовка с Серегой побросали вещи в номере и рванули к чудесному голубому бассейну, окруженному с четырех сторон желтыми «крепостными» стенами, по которым вился плотный ковер из алых, розовых, белых, сиреневых и фиолетовых цветов. По краям бассейна росли раскидистые пальмы, а под ними стояли лежаки и столики со стульями. С первого же взгляда этот дворик показался Тарakanову райским уголком, очаровательным пристанищем для усталых путников, в котором время останавливает свой бег!

Вода в бассейне была необыкновенно теплой, и даже Серега, вылезая на сушу, не покрывался мурашками. Было жарко, поэтому Сергей стал делать комплекс в тенишке, а Вовка остался на солнышке, наслаждаясь отсутствием ветра, который в Суссе дул постоянно.

«Поклонение Солнцу» Тараканов делал очень медленно, растягивая удовольствие от нежно массирующего потока. Тело сразу благодарно отозвалось, зазвенев сладчайшими вибрациями, точно голос муэдзина с минарета, призывающего на молитву. Уши заложило...

Будто в ответ на Вовкину ассоциацию, во дворике громко заиграла зажигательная арабская музыка, и сильный мужской голос принялся эмоционально завывать что-то вроде «Алла Хума», «Ас-Салам» или «Ар-Рашид». От этого пения вибрации усилились, а из сердца по всему телу заструились внутренние «мурашки».

Вовка, как и Серега, обожал арабскую речь и особенно пение. Пронзительный голос муэдзина, арабские мелодии, мантры с характерными звуковыми вибрациями и мягкими переливами, глубокое гортанное пение с часто повторяющимся открытым гласным «А-а-а» – было во всем этом нечто завораживающее. Какая-то особенная, очень сильная энергия, необъяснимая и неповторимая магия звенела в каждом звуке. Возможно, именно поэтому Тараканов так мощно реагировал на зикры ^[13] – простые ритмичные телодвижения с пением мантр на арабском языке.

Вовка чувствовал, как внутри что-то отзывалось на эти вибрации, было в них что-то до боли родное и знакомое. Когда он слышал эту музыку, сердце замирало от счастья и летело в пропасть восторга. «Алля, Бисмилля, Вальхам Дулиля...», – откуда-то Тараканов уже знал все это и знал близко. Если играть в «прошлые жизни», то в одной из них он точно распевал мусульманские молитвы.

Позади четыре «Солнечных круга». Тараканова крупно трясло и подбрасывало не только на промежуточном вдохе-выдохе между кругами, но и во время движений, особенно на прогибах. «Не! Еще сделаю, уж больно круто!» – подумал Вовка.

Пятый круг. Тело вроде бы еще способно двигаться. Шестой... «Все, хорош! Не могу больше сдерживать этот пранический оргазм! Сам рвется изнутри!»

Пронзительный голос певца, звучавший из колонок, метался по дворику и отражался от стен, опьяняя любовью. На волнах этого магического пения Вовка снова и снова взмывал в

безбрежную высь...

Тараканов максимально широко расставил ноги, для устойчивости. Первый вдох с задержкой – разгон. Перед вторым предчувствие: «Сейчас накроет... У-у-ух, Рахман с Рахимом, держись!» Бесконечный вдох, безрассудный прогиб назад, грудь – колесом, тело – туго натянутый лук. Серия до вдохов с расслаблением груди, лопаток и поясницы. Чтобы увеличить прогиб, Вовка еще чуть вытянулся вверх в поясничном отделе, а чтобы замкнуть поток в кольцо, обхватил руками икры. Пора выдыхать. Йог пружинисто выпрямился, зацепив макушкой поток, идущий от нагретой земли.

«О-о-о! Вот оно!!!» – вспыхнуло у Тараканова в мыслях, когда с шипением в ушах, ослепляя бело-желтым сиянием, в него ворвался ветер Нагваля. Казалось, он дул отовсюду, заполняя тело с макушки до пят и расширяя его до немыслимых горизонтов.

«Стоять!!!» – из последних сил скомандовал Вовка, цепляясь за реальность краешком уплывающего в нирвану сознания. Одеревеневшее тело шаталось, как после знатной попойки. Ноги уже подкосились, но, совершив несколько па, весьма далеких от изящества, взмахивая руками и перетаптываясь с одной непослушной ноги на другую, Тараканов все же удержал равновесие.

Он приоткрыл глаза. Другие члены экскурсионной группы (тоже российские туристы), вздымая брызги в бассейне и издавая шумные возгласы счастья, фотографировались во всевозможных позах, благо виды с любого ракурса были и впрямь изумительной красоты.

«А на десерт самое вкусное! – не без удовольствия подумал про себя Вовка. – “Око Возрождения”».

...Выдох, глубокий наклон, голова прижимается к левой ноге, правая поднимается максимально вверх. Тело подрагивает под напором пронизывающего могучего твердого потока, устремленного в голову. Задержка после выдоха. Вдох, выдох, вдох, выдох.

Очень плавно, растягивая дыхание, Тараканов наполнил легкие до последнего, самого укромного уголка. «О, какое слово вспомнил – до последней альвеолы! – подумал Вовка. – Чем голова забита? Всяким мусором... Альвеолы какие-то напридумывали, кто бы их видел...». Прогиб в выпаде, голова запрокинута, руки назад и чуть в стороны. «Задержечка... Продлим удовольствие. Ой, Бисмилля! Как льется-то сверху, с небес! Благодарь...».

После двух кругов «Ока» – задержки. Поток изменился – стал утонченным, райским, как само это местечко. Он гладит, проникает в каждую молекулу тела: «Молекулы, вам привет от альвеол!». Поток обращает плотную материю в легчайший пух экстаза. Вовка испытывал наслаждение от каждого, даже самого незаметного движения.

Он попытлся пранаямку, попел «Эль»... и растворился в звуковых вибрациях, пронизавших весь мир.

Стало жарко, верхняя половина тела покрылась блестящими бисеринками пота. Тараканов нырнул в ласковую прохладу водной стихии. Серега уже искупался и вылезал из бассейна.

Выбравшись из воды, Тараканов глянул на часы и сообщил другу:

– Еще минут десять есть, так что на верблюдов успеваем.

Развалившись на лежаках и нежась на солнышке, друзья еще некоторое время обменивались восхитительными ощущениями от йоги.

Конец ознакомительного отрывка книги

[Скачать полный вариант книги](#)