

Сегодня 13 сентября 2014 года, меня зовут Вадим Запорожцев, это занятие по открытой йоге, вся архивная информация на сайте [orenyoga.ru](http://orenyoga.ru). Занятие посвящено очень важной теме: **«Сексуальность для мужчин. Управление, осознание в себе этого потенциала»**. Также мы рассмотрим какие-то первоначальные упражнения. Мы начнем с вами от простого к сложному, чтобы ничего не выпало из нашего внимания.

Итак, друзья, **сексуальность – одна из самых закрытых тем**, непонятных. Природа сделала так, что мы до конца не осознаем всей грандиозности этой функции, действительно - от сексуальности рождается новая жизнь. Мы внутри себя ощущаем ее как иногда некоторое спонтанное проявление, и сексуальность в своей природе ускользает от нас. Грубо говоря, структуры нашего тела нас, в некотором смысле, обманывают. Точнее не то, что даже обманывают, но они смещают акцент. Поэтому, во всех учениях и течениях йоги, так или иначе, призывают самым тщательным образом обращать внимание на нашу сексуальность. Начнем с того, что это занятие касается сексуальности мужчин, поэтому, в первую очередь, я буду говорить про мужскую сексуальность.

По достижении совершеннолетия, когда уже, в общем-то, весь организм сформирован, наши жизненные силы, которые тратились на формирование нашего организма, начинают постепенно переключаться на то, чтобы работать на производство сексуального потенциала, на продолжение жизни. У человека, у мужчины, нет двух энергий, у него нет двух сознаний, у него нет двух жизненностей. Потенциал, который, сперва, в детстве идет на развитие организма, в дальнейшем, после достижения совершеннолетия, переключается на обеспечение продолжения жизни через сексуальность. Поэтому, когда достигается некоторый пик сексуальности у мужчин в подростковом возрасте, это не есть что-то ниоткуда взявшееся. Это всего лишь перенаправленные потоки. То есть, мы с каким-то потенциалом рождаемся, этот потенциал формирует наши внутренние структуры. После того как эти структуры сформированы, этот потенциал начинает тратиться на продолжение жизни. Чтобы род людской не прекратился.

У мужчин это начинает проявляться следующим образом: тема сексуальности в подростковом возрасте чрезвычайно интересна, все что связано с этим окружено неким ареалом таинственности, причем, начинается очень серьезный интерес к лицам противоположного пола – к девушкам. Это очень сильно влияет на психику, на поведение, на мотивацию, на образ мысли, образ позиционирования себя. Здесь

подключается такой механизм, который известен как механизм защиты продолжения рода, который требует от мужчины той линии поведения, которая в принципе, нравилась бы девушкам, чтобы проявлять свою сексуальность. Иногда это доходит до очень больших уровней и проявляется как гиперсексуальность, потому что у мужчин, юношей иногда эта тема становится просто навязчивой.

Есть еще другой аспект – чисто физический, физиологический. Проявляется он в том, что все чаще у юношей наблюдается эрекция, или самостоятельное возбуждение полового члена, который достаточно долго может быть в напряженном состоянии. Это с одной стороны. С другой стороны – часто наблюдается такое явление, как ночные поллюции, то есть когда ночью, в какое-то определенное время, происходит ночное семяизвержение и фактически – это снится эротический сон или нет снов, но в глубоком сне или после него, молодой человек просыпается и обнаруживает, что он потерял семя. Так может происходить довольно часто, иногда несколько раз за ночь. В известном смысле, это своего рода предохранительный клапан для того, чтобы совсем не сбить с гармоничной работы психику.

Дело в том, что эта жизненность, которая направлена на сексуальность, если она не будет иметь выхода, то поведение юноши будет носить некий маниакальный характер. Это тема будет сверхзатмевающая все остальное, что может уже деструктивно сказываться на его поведении в общем, и его поведении, в частности, в социуме и т.д. Это предохранительный клапан, который сбрасывает, сбрасывает его в никуда. Но это более разумная линия поведения природы, нежели когда у мужчины гиперсексуальность, и тогда он становится во-первых – неразборчив к лицам противоположного пола (то есть ему нравится абсолютно любая девушка, лицо противоположного пола, главное чтобы он мог получить в дальнейшем секс). Здесь, безусловно, закладывается ошибка на следующие поколения. Конечно, с одной стороны, природа требует от мужчины, как можно большего количества детей, как можно большего количества возможностей оплодотворить девушку. В этом отношении мужчина полигамен, во всяком случае, в юношеском возрасте. Но, с другой стороны – чтобы гиперсексуальность не тянула его на приключения, образно говоря. Это придумано природой. С другой стороны – уже примерно в подростковом возрасте, юноши, как правило, находят метод, чтобы самоудовлетворять себя. То есть, известными движениями, известными стимуляциями приводить к тому, чтобы произвести оргазм с потерей семени. Это другой способ, как предохранительный

клапан, но уже который заложен в человеке и использует его произвольную возможность сбрасывать сексуальный потенциал. Надо сказать, что некоторые юноши в юности сильно злоупотребляют этой темой, тратят достаточно много семени, достаточно часто этим занимаются, и иногда наблюдается другой уже эффект – жизненных сил уже перестает хватать на восполнение ресурсов. Дело в том, что пока организм молод, силен, это не так печально сказывается, и для юноши кажется, что у него неограниченный запас сексуальности. Но этот запас, как правило, уже годам к 40, к 50 начинает проявлять какую-то обратную сторону, приходит понимание, что он все-таки ограничен. Вы не можете взять от своего высшего Я потенциала больше, чем это высшее Я дает. Безусловно, у каждого человека этот поток разный – у одного юноши больше, у другого меньше. Но, так или иначе, есть какой-то поток, и ты можешь использовать только его и ничего больше. Теперь рассмотрим ситуацию с точки зрения йоги.

С точки зрения йоги, **тратить потенциал через ночные поллюции или через самоудовлетворение – расточительство.** Это примерно то же самое, что брать деньги и их сжигать вместо того, чтобы тратить их на что-то полезное. Представьте – вы решили: вам холодно, и вы хотите согреться, достали пачку денег и начали ее сжигать. Да, тепло какое-то есть, но вы бы на эту пачку денег цистерну горючего купили и могли бы греться целый год.

Очень большая **проблема в непонимании**, особенно в юношеском возрасте, **что сексуальный потенциал чрезвычайно ценный потенциал. Он могущественнейший, от него рождается жизнь. В йоге он используется на то, чтобы сделать быстрый духовный скачок**, но дело в том, чтобы сделать быстрый духовный скачок, надо не только изменить свою ментальность, но еще надо перестроить физически свое тело. Есть известные представления о том, как очищать каналы и центры внутри себя и делать это с помощью многочисленных йоговских упражнений чрезвычайно трудно. А вот если использовать мужской сексуальный потенциал, то это идет в автоматическом режиме и идет очень быстро. И поэтому, в йоге есть раздел йоги, занимающийся сексуальностью, называется – **йога сексуального союза**, где рассматриваются рекомендации, а как же сделать так, чтобы полностью исключить потерю этого потенциала, чтобы полностью исключить возможность для самотрансформации.

Более того, в древних трактатах сказано, что если вы подошли к этому методу, когда вы не тратите сексуальный потенциал, то время в автоматическом режиме

работает на вас, даже если вы вообще не занимаетесь никакой йогой. **Буквально через несколько лет, у вас уже начинают наблюдаться все способности и сверх способности, как от очень-очень интенсивных занятий йогой.** Это интересный ресурс для работы над собой. Во-первых: важность сексуального ресурса ускользает из осознания юношей. У них нет адекватной оценки того потенциала, который заложен и той легкости, с которой они могут его потратить.

Здесь мы видим одну из загадок, тайн природы. Природа может искусно хранить врата во всемогущество, причем ключ перед глазами у каждого мужчины, а воспользоваться им, по ряду причин, человек не может. Прячет эту тайну от человека природа. Вообще говоря, **нет более таинственной темы, чем использование сексуальности в методах йоги.** Тема эта была закрыта, есть закрыта и, вероятно, будет закрыта. Вы вряд ли получите в полном объеме из открытых источников все практики, указания и методики. Я несколько слов скажу почему: **большое могущество предполагает большую ответственность.** Если мужчину накачать большим могуществом, дать ему методы конвертировать свою сексуальность в харизму, в силу и т.д., без предварительных условий того, что он будет тратить это только на благие цели, то можно получить крайне деструктивного мужчину. Этот мужчина будет бабник, будет думать только об удовлетворении своих амбиций и желаний, нежели о том, насколько это уместно или не уместно. Более того, если этот потенциал накапливается, но тут же не трансформируется в высшие духовные свершения, в очистку, то он будет накапливаться на тонком теле, как очень серьезная среда, раздражающая мужчину, что с одной стороны – позволит сделать ему массу дел, но с другой стороны – будет тяжело с ним общаться.

В природе юноша – сильный, замечательный чудесный и природа спрятала от него сексуальность. Он может заниматься самоудовлетворением и тратить свою сперму, или у него ночные поллюции и в течение ночи он теряет семя и, как следствие, он теряет потенциал, но все хорошо и все в балансе. Мужское семя и поток жизненности сильно увязаны между собой. Ему природа дала, то, что он потратил на нужное, что не потратил на нужное, вышло через предохранительный клапан, это все куда-то слилось – исчезло. А он, в принципе, в нормальном балансе. Представьте – потенциал начинает расти и расти, его начинает изнутри распирает, а выхода ни на сублимацию через духовную практику, ни на сублимацию через работу, ни на сублимацию через решение каких-то сверхзадач, как во время войны

или стрессовых ситуаций, этого ничего нет. Его начинает распирает и каналы загрязнены, то есть получается, что его, грубо говоря, накачивают под большим давлением сексуальной праной. Вниз – чтобы как через предохранительный клапан потерять ее, он не может (допустим, он закрыл каналы с помощью тех или иных практик) а вверх – чтобы сублимировать во что-то высшее еще каналы грязны. Пример: маленькая-маленькая трубочка, а вы туда накачиваете гигантские объемы воды. У вас она туда не помещается и у вас начинает все распирает. Это ощущается как жгучая внутренняя неудовлетворенность, как «спермотоксикоз» (груб.-прим. Авт.) у мужчин. Избыток потенциала, его ничего не удовлетворяет. Это опасное явление. Поэтому все должно быть гармонично. Если просто давать практики, которые будут накапливать потенциал, и, с другой стороны – отключать клапаны по сбросу потенциала, на выходе мы получим маньяка. Причем, самое обидное, что этот маньяк может утончаться.

Дело в том, что если этот потенциал накопленный, не тратится на грубом уровне, то все равно часть его идет на более тонкое. Обычный секс перестает удовлетворять, уже ему чего-то такого эдакого подавай. То есть, эта тема достаточно опасная. **Работа с сексуальностью для людей, не подготовленных очень опасна.** Можно очень легко порождать маньяков. С другой же стороны, если оставлять все как есть, и этот предохранительный клапан будет сбрасывать, и сбрасывать, и сбрасывать потенциал, то не будет внутренней мощи для мужчины, для его харизмы, для того, чтобы был потенциал что-то сделать в йоге, в жизни, в карьере, в работе. И, в конце концов, если этого потенциала маловато, то такой мужчина не нравится девушкам. Обратите внимание, у кого спермотоксикоз, и когда он не сидит на месте, девушки от него шарахаются, хотя, казалось бы, потенциала много. Девушкам, вообще, не нравятся такие мужики, у которых на уме – получить секс. И, наоборот, у мужика, если нет вообще никакого потенциала, девушки тоже не смотрят в их сторону. **Девушки смотрят на тех мужчин, у которых одна нога давит на газ, другая на тормоз.** Которых распирает от потенциала сексуальности, а с другой стороны, они держат себя в руках. Он такой внутри очень темпераментный мужчина, ого-го! Его там прет от этой энергии, он бы сексом неделю занимался с девушкой. А с другой стороны, в общении с девушкой у него не прорывается сквозь эту оболочку и малейшего потенциала, потому что держит он себя в руках. Очень любят девушки таких мужчин, очень! С одной стороны – он может, а с другой стороны – он держит себя в руках. Он проявляет и мощь, и Сознание.

Но, а сейчас у нас не об этом речь, а речь о другом. Что если все пустить на

самотек, как это делают обычные люди, ну тогда социум будет как-то уравнивать эти проблемы. **Если же вы стали на путь йоги, то позволить себе терять этот потенциал нельзя.** В то же самое время, если в социум выбросить эти техники и практики для обычной, прошу прощения, быдлотины, как сублимироваться и как сохранять этот потенциал, мы получим маньяков. Поэтому, давайте мы с вами сразу договоримся – все, что я буду говорить – это, во-первых, идет в ознакомительном порядке и это никакое не руководство к действию. Руководство к действию – это в более узкой, приватной обстановке, где уже идет конкретика: что, чего и как делать. Я не могу выпускать в массы эти практики. Но, с другой стороны, они бог знает что там натворят. Потому, первое – все, что я говорю, дается в ознакомительном порядке. Второе – **все, что я говорю, рассчитано исключительно на юношей, занимающихся йогой и самопознанием, использующих в своей жизни первый и второй, третий принцип йоги.** Если этого нет, то лучше даже и ознакомительную лекцию и не слушать. Толку от этого не будет никакого никому. Поэтому, с самого начала должна быть очень четкая позиция, встали вы на путь йоги или нет. Если стали – один разговор, если не стали – совсем другой разговор. Вот почему я еще и говорю, что эти практики скрыты. Говорят, что в наш век сейчас все что угодно печатают и все что угодно распространяют... нет, поверьте, все что надо, хранится как надо. Более того, иногда тайна может быть перед носом, а вы пройдете мимо.

Но теперь вернемся мы опять к юношам. Итак, идет процесс накопления. У юношей есть высшее Я. От этого высшего Я идет некий поток, который накапливается до какого-то критичного уровня. И затем он должен быть потрачен на продолжение жизни. То есть, юноша должен заняться сексом с девушкой, после которого приходит беременность у девушки, и рождаются детишки. Если, по той или иной причине, такой девушки нет, то работает клапан сброса в виде ночных поллюций, либо в виде самоудовлетворения. Вот из этой системы надо выходить. Самое первое, **с чего начинается подход к управлению сексуальностью у мужчин – нужно постепенно отказываться от практики, когда вы занимаетесь самоудовлетворением и теряете семя.** Вот здесь, я хочу подчеркнуть, что если вы просто массируете эту область или даже возбуждаете эту область так, как если бы вы занимались самоудовлетворением, но не доводите до момента, когда теряется семя – это приемлемо. Если же вы проходите некую точку невозврата, когда семя вырывается и теряется – это уже неприемлемо. То есть, грубо говоря, **мужчина, который теряет семя, очень слабо идет по пути йоги, медленно.** Работать с ним бесполезно. Ну, грубо говоря, это знаете как, машина, у которой двигатель есть, но горючего нет, не с чем работать. Это, во-первых. Второй

момент, если вы занимаетесь сексом со своей девушкой или женой, и вы не планируете, что девушка забеременеет, вы можете сколько угодно заниматься с ней сексом, сколько угодно высоко подниматься на уровень самовозбуждения, но при этом вы не должны терять семя. Вы возбудились, все что угодно сделали со своей подружкой или с женой (предпочтительно с женой). Если вы серьезно хотите заниматься управлением своей сексуальности без жены вам не обойтись, сразу предупреждаю. Подружка не будет все время у вас под рукой, под рукой у вас будет только жена.

Так вот, второй момент, который очень важен – **необходимо научиться заниматься сексом и сохранять семя**. Два основных канала, по которым идет сброс, вы перекрываете. Что при этом случается, какие каналы остаются? Очень мощный канал ночных поллюций. Вы можете либо вообще себя не трогать, либо заняться самоудовлетворением так, когда вы поднимаетесь до какого-то уровня, потом останавливаетесь, и этот уровень возбуждения уходит, но семя не теряется. Вы можете чередовать это занятие сексом со своей женой любимой. Вы, опять же, можете достаточно долго заниматься, возбуждаться, доводить жену до любого из степени удовлетворения, но опять же, не терять семя. То есть, и с формальной точки зрения, как вот если бы у вас все было в порядке с йоговской точки зрения, вы его не потеряли. По идее, время должно работать на вас, и по идее, вы обрели практическую Брахмачарью, и не теряете потенциал.

Давайте я введу небольшой санскритский термин. Линия поведения, о которой я только что рассказал, называется Брахмачарья, это для мужчин. Для женщин поправки нужны. То есть, иногда неправильно на Западе, такие, слабо разбирающиеся в йоге индусы, пытаются представить Брахмачарью как полное безбрачие, то есть, когда вы вообще не думаете о сексе, на женщин не смотрите, сексом не занимаетесь, до своих гениталий не дотрагиваетесь и прочее. Друзья, это очень примитивная попытка объяснить Брахмачарью среди тех индусов, которые не имели доступ в сокровенные знания йоги. Индия, она тоже ведь разнородна. В Индии, даже если вы встречаете кого-то, кто учит йоге, это вовсе не значит, что он знает всю йогу. Там тоже есть известная градация. В особенности жестко она еще связана с кастовой системой, которую никто в Индии фактически до сих пор не отменил. Формально она давно отменена, а фактически она продолжает существовать. Так вот, самое истинное понимание Брахмачарьи только в тех кругах йоги, которые принадлежат к высоким кастам, и они не спешат это направо и налево всем давать. Как правило, те, кто сюда приезжает йоге учить – люди, не имеющие доступ к знанию высших каст. Им что-то там бросили, как кость со стола, они поглотали, поглотали, теперь сюда, на Запад, притащили, чтобы мы здесь эту кость тоже поглотали. Еще раз, друзья, это иллюзия, что вы вот так просто где-то получите высшие знания йоги,

как здесь, так и в Индии. **Над всем приходится очень серьезно работать, долго и упорно.** На халяву нигде ничего не бывает.

Но вернемся, так вот, это называется **Брахмачарья** – **когда вы не тратите потенциал, который идет на продолжение рода. У мужчин этот потенциал очень жестко связан с семенем.** С формальной точки зрения, этот потенциал и семя – вещи разные. Но так уж сделано сильно, что, в случае мужчины, семя и потенциал на продолжение жизни очень жестко увязан. И поэтому в первом, втором и третьем приближении для людей, которые делают шаги по сексуальности, для вас должен быть знак равенства между потерей потенциала и потерей семени. На более высоких уровнях это может быть по-другому. Но друзья, дай бог нам в этой жизни хотя бы встретить одного человека, который достиг этого уровня, про нас с вами говорить и говорить нечего. Мы еще пока этого уровня не достигли. Я тоже здесь, кого только не встречал. Вообще, Москва в этом отношении, изобилует гуру. Вот, куда не плюнь, везде в гуру попадешь. Они уже все прошли, у них уже следующие какие-то там уровни. А на проверку оказывается, что они просто бредят. Браhmачарья должна быть не просто декларацией, а должна быть практической наукой, практической Браhmачарьей. И вот, когда вы перекрываете такие грубые способы потери семени, иногда, кажется, что вы великий Браhmачарин, что вы великий йог и адепт, что вот-вот со дня на день вы достигнете всех способностей и сверх способностей и вообще вы супер. Но это также иллюзия. Вы только в первом приближении подошли к этому вопросу. Это первое приближение очень важно, без него невозможно двигаться дальше. Если мужчина, прошу прощения, своим членом налево и направо размахивает, обливает всех спермой, бесполезно с ним работать в области йоги, бесполезно его учить чему-то более высокому. Поэтому, **первая градация, первое сито – это люди, которые отказались от потери семени во время самоудовлетворения, хотя самоудовлетворением, ради бога, пускай занимаются.** Но в каком смысле – опять же, стимулируют себе половые органы. Второе – они должны **стараться тратить семя только тогда, когда они хотят детей.** Но дальше начинаются другие потери, совершенно незаметные, совершенно неочевидные.

Во-первых – потери во время ночных поллюций. Во-вторых – не документированные потери (например, когда ходите в туалет, и вместе с экскрементами теряете сперму). Так там все хитро устроено, что вы вроде бы сходили в туалет и облегчились, только вы не заметили, что у вас вместе с мочой покинуло ваше тело сперма. И вот эти скрытые потери, и достижение Браhmачарьи за счет скрытой составляющей, на порядок, на два порядка более тяжелы в овладении, чем грубые методы, то, с чего в общем-то, все



начинается. Но, опять же, друзья, даже если вы будете приближаться к овладению этими методами тонкой Брахмачарьи, там есть третий уровень, причинный. И вообще говоря, есть такая ступень в йоге, когда достигается истинная Брахмачарья. Но, давайте об этом позже, потому что это высший пилотаж. И поэтому, время автоматически будет работать на вас при соблюдении Брахмачарьи, только если эта Брахмачарья на всех этих трех уровнях и чтобы действительно свой жизненный потенциал развернули на духовную трансформацию. Прежде, чем мы пойдем дальше, у кого какие вопросы, замечания, комментарии?

*Вопрос: Что значит духовная трансформация?*

Вадим Запоржцев: Если отвечать теоретически на этот вопрос, то это следующая вещь. У вас есть **ваше Высшее Я**, но оно **считает себя не тем, чем оно является на самом деле**. Оно по ошибке считает себя чем-то другим. И вот это что-то другое, чем считает себя Высшее Я, оно также имеет градацию: от грубого к тонкому. И **чем больше вы утончаетесь в этой иллюзии, тем в большей степени вы себя духовно трансформируете**. Например. Грубый человек считает, что он кусок мяса. Такой, знаете, махровый материалист. Вот она моя тушка, вот оно мое тело, вот он я есть. Он действительно считает себя телом. Но вот годы, проведенные в духовной трансформации, в духовной эволюции, рано или поздно, ему дают понять, что его грубое тело и, скажем, его внутренний мир чувств, ощущений, представлений о себе – вещи разные. И он утончается. Он начинает себя считать не грубым телом, а вот этим конгломератом ощущений, представлений о себе. И вот этот путь – это духовная трансформация. Но дело в том, что и конгломерат этих ощущений так же не имеет никакого отношения к вашему Высшему Я. Потом, с течением времени, вы найдёте в себе более глубокие пласты, которые являются более реальными, по отношению к этому конгломерату ощущений. Когда Вы считаете: «Ну, вот я мужчина, мне столько то лет, у меня такое то образование, такие то мысли и т.д.» - этот вот вектор по утончению иллюзии называется духовной трансформацией. То есть, вы сперва совсем грубую иллюзию замещаете на более тонкую иллюзию, более тонкую на ещё более тонкую и так далее, и так далее.

*Вопрос: Применительно к жизни, это можно отнести к тому, что ты постепенно изживаешь из себя внутреннего скота на уровне сексуальности? То есть, когда тебя уже*

*перестает удовлетворять обычный оргазм?*

Вадим Запорожцев: Давайте сейчас про оргазм ничего говорить не будем. Оргазм, он сложен. Но если привязать это к сексуальности... с позиции сексуальности, абсолютно правильно. То есть, **вы становитесь более разборчивы в сексе**. Помните, как в старом анекдоте: «Мужик – это тот, кто пьет всё то, что горит и сексом занимается со всем тем, что движется». Это вот такое грубое представление о мужчине. Рано или поздно, оно должно смениться на что-то более интеллектуально-интеллигентное. И та же самая ситуация с сексуальностью. Кого-то удовлетворяет грубая сексуальность, грубое его воплощение и наслаждение. А с течением духовной трансформации, это перестает удовлетворять. Так, что ещё у кого есть?

*Вопрос: имеет ли смысл женщине визуализировать себя как мужчину, чтобы понять мужскую сексуальность?*

Вадим Запорожцев: Да, почему нет. В йоге визуализаций – это одно из стандартных упражнений, где вы должны научиться себя визуализировать. Да, чем там только себя не надо визуализировать, там целый список есть. Сперва, научись визуализировать себя одним объектом или явлением, лицом противоположного пола, потом каким-то... ну представьте – визуализировать себя потоком ветра. Это уж куда более тяжелее, чем визуализировать себя мужчиной или женщиной. Более того, Вы помните, что душа бесполоя и в одной жизни вы рождаетесь в теле мужчины, в другой жизни в теле женщины. Поэтому, строго говоря, в этом отношении йога очень политкорректна. Она вообще на Западе должна была бы всем понравиться, вот только что-то не особо там ей занимаются. Более того, в стандартных упражнениях и мужчине иногда полезно визуализировать себя женщиной, чтобы понять, что от него требуется. Никогда не поймёшь другую сторону, пока как бы не станешь ей. Это одна еще из очень сложных засад на пути, так сказать, могущества. Чтобы кем-то управлять, его надо понимать. А чтобы его понимать, им надо, от части, стать. Пример – ваше тело. Вы его и чувствуете, и понимаете, и управляете, как бы им становитесь. Хотя какое Вы имеете отношение к своему физическому телу, мужскому или к женскому? Никакого. Есть еще вопросы?

*Вопрос: А как себя направить на этот путь трансформации, чтобы всё начиналось с позиции духовности?*

Вадим Запорожцев: Да, это серьёзная задача. Собственно, почему я начал эти все более практические лекции, занятия? Для того, чтобы хотя бы несколько лекций таких провести, затем сделать перерыв и снова провести, чтобы осознание до Вас начало доходить. Есть много планов и много уровней. Но давайте, прежде чем я буду отвечать на этот вопрос, я немного отвлекусь.

Если меня сейчас слушают девушки и у вас есть ваши мужья и ваши друзья, бойфренды, не делайте типичную ошибку, которую делают все девушки. Они начинают выкручивать руки своим мужикам и говорить: «Всё, дорогой, с завтрашнего дня ни капли спермы! Они сами как бы начинают их заставлять дойти до этого уровня брахмачарьи. А, по сути дела, они начинают выкручивать руки, применять насилие. Вы помните, йога категорически против насилия! Насилие неэффективно. Но иногда нам кажется, что мы вправе насиловать своих родных и близких. Мы будто осознали всю грандиозность и пользу, несомненную пользу от брахмачарьи, будучи девушкой. И мы думаем, что вот наш юноша тратится, вот он теряет свой потенциал, хотя мог бы его использовать на что то другое. И это ошибка. Это глобальная, кардинальная ошибка! Мужик не станет этого делать, хотя бы из чувства противоречия. Дело в том, что потеря семени связана у него с оргазмом, однозначно. Спектр ощущений, который промелькивает в момент оргазма, всеобъемлющ. Туда входит не только грубое наслаждение, но и какие-то тонкие планы, запредельные. И лишить мужчину испытания этих состояний, это то же самое, что сказать: «Мужик а что ты вообще живёшь? Давай-ка ты умирай, что это ты радуешься жизни?» - То есть, навязывать или заставлять людей выйти на этот уровень брахмачарьи не просто бесполезно, это преступно и опасно. **Мужчина должен до этого дойти сам.** Другой разговор, что мужчина легче доходит до этой идеи, если попадает в некоторое информационное поле, где эту же идею он слышит от другого, независимого источника, не претендующего на роль какого то гуру, учителя и т.д. Вот, я могу сказать друзья про себя. Я, как вы понимаете, тоже йоге учился и учусь. И был момент, когда я этих практик, техник не знал. Но я могу сказать, однозначно, что если бы кто-нибудь ко мне подошел и сказал: «Мужик, всё, с завтрашнего дня – брахмачарья! И ни ни, ни боже мой, до члена не дотрагивайся, на баб не смотри.» – Знаете, что бы я ему ответил? Я бы его послал. Будь это сам гуру с Гималаев! Знаете, сам такой на паланкине, в чалме и так далее. Вокруг него там бы все поклоны отбивали, в ноги падали, а я бы ему сказал: «Иди-ка ты лесом!» Какое, кто имеет право мне диктовать образ жизни? Меня Абсолют сделал свободным даже делать глупости. Кто может, какой гуру может заставить меня прекращать разбрасываться моей спермой, удовлетворять свое желание так, как мне

заблагорассудится? КТО? И вы знаете, на этот вопрос нет вразумительного ответа. НИКТО. Поэтому, навязывание – это своего рода, усиленная пропаганда. Со стороны даже самых близких людей, будь то: жёны, родители, социум, или какие-то церкви с церковниками, какие-то политические течения, или моралисты с кодексом строителей коммунизма. По всему миру очень много таких сообществ, которые только и мечтают найти какого-нибудь лоха, прошу прощения, и навязать ему свою точку зрения на жизнь – что такое хорошо и что такое плохо. Все эти течения, учения, политические партии, церкви и прочая чушь, она долго не живёт. То есть она живёт, пока есть сила, момент подавления. А как только момент подавления уходит, всё разваливается. Любая тоталитарная система живёт до тех пор, пока есть террор. Убери террор и она разваливается. А так как вся тоталитарная система рисует светлое будущее, где нет террора, то получается, что они сами идут к своему концу. Поэтому, до тех пор, пока мужик не стал сам думать, но не обязательно мужик – это может быть и юноша, более того дети они в этом отношении более независимые в суждениях. Если это ваши дети, мужа, жёны, ну кто угодно, и вы пытаетесь донести до них идею брахмачарьи, о том, что с сексуальностью надо аккуратнее работать, вы должны помнить, что иногда этой рекламой вы антирекламу можете получить. Не говоря о том, что здесь мало одного вот этого заставления. Вы можете заставить, мужик может редко терять сперму, а внутренние каналы у него ещё не очищены, у него начнётся жуткий дискомфорт, не говоря о том, что пойдут чередой ночные поллюции и потери спермы не явным путём. Никто это даже не будет отслеживать. Поэтому, я Вас прошу, вопрос это философский, фундаментальный – насилие, навязывание образа жизни. Так как йога даёт сверхмогущество, она очень щепетильна в вопросах вот этих методик. То есть, считается, что Вы должны дозреть, и только после этого принять для себя брахмачарью. Даже это слово «дозреть»... получается, что те, кто, якобы, блюдёт брахмачарью – это высшая каста, а все остальные быдлятина – ничего подобного! **Каждый живёт так, как он имеет право жить, свободным быть.** Так вот, боже упаси вас навязывать. Давать информацию – да! Но лучше всего, если это ваши родные и близкие, не сами давайте, а отправляйте к независимому источнику. Нет пророков в своём отечестве. Из ваших уст этого никто слушать не будет. Это опытный факт. Я уже это наблюдал и сейчас наблюдаю.

### **Как направить на духовность?**

Самое первое сейчас, с чего все начинается – это волеизъявление мужчины идти по этому пути. Если у него нет этого волеизъявления, если он не дозрел, не дорос, а только лишь знаете, прочитал в какой-то книжке страшной и испугался – это другое дело. Я помню, у

меня была одна книжка по йоге, где такой добрейший индус начал перечислять все ужасы от потери семени, вплоть там до слабоумия и какой то там деградации, но это он уже немножко палку перегнул. Индусы, конечно, они милые ребята, но иногда такие вещи делают, хоть стой, хоть падай. Всё-таки как-то человечество жило и до этого, во время и после, и ничего. Как-то процент слабоумия какой был, ну такой и остаётся. Итак, **все начинается с волеизъявления**. И, тогда, мы открываем индусскую книжку, читаем, нам описываются ужасы, те ады, куда мы попадём, если будем заниматься рукоблудием или «прочими излишествами нехорошими», как говорил Вицин, помните в Кавказской пленнице. И мы, под действием страха, не разобравшись, начинаем что-то делать. Это, друзья, рабский подход, некрасиво. **Делайте лучше от осознания**, а не из страха. Тем более, если вы продвинетесь по этому пути, мужчины, то вы потом на своём организме будете очень жёстко ощущать потери. Будет это выглядеть следующим образом. Вот у вас истинная брахмачарья, истинная сублимация, всё хорошо, но ведь надо ж было тебе сорваться, и ты потерял сперму... как тут же, на следующий день, наступает дискомфорт. Достаточно серьёзный дискомфорт, он непонятный, неприятный он не формализуется словами, потусторонщина какая-то. Дискомфорт потусторонний, знаете на уровне дурного знамения, например, кошка дорогу перебежала. И уже начинаешь не понимать, в чём тут дело, но что-то не то. Вот, собственно говоря, тогда это будет не чужой опыт, не чужой страх, а свой собственный опыт и свой собственный страх, вот то же самое получите. Это принимается. Даже в книжках где-то было описано – китайский синдром. Даосы в своё время сильно пропагандировали секс без потерь. Но, в результате, когда в Китай пришли западные психологи, они назвали это даже Китайским синдромом, как-то так – боязнь мужчины потерять сперму, беспричинная, на шизофреническом уровне. Помните, что в йоге должно всё быть красиво, без шизофрении, без паранойи, естественно. И Вы должны помнить, что в три дня прекратить поток спермы, который из вас льётся бесконтрольно, вы не сможете. На это уходят годы, а иногда жизни. Единственно, что вы сможете делать, вы сможете гармонично, плавно к этому приближаться. Всякая попытка резко всё это перекрыть, наоборот будет приводить к разным побочным эффектам, не очень хорошим, а иногда очень плохим. У вас это будет не сублимация, а скрытая растрата.

Поэтому, самое первое, с чего начинается – это ваше осознанное, осмысленное решение. Вот вы послушали эту лекцию, подумали и решили: «Да, йоги тысячелетиями практиковали. Действительно, сколько тысячелетий система существует! Вроде бы доказала свою жизнеспособность, то есть можно к этому прислушаться и поразмышлять об этом, относиться следующим образом. Прислушался, поразмышляю, теперь

понаблюдаю за собой, за своей сексуальностью. Заведу себе дневник, буду отслеживать, как часто я теряю сперму и какие при этом состояния и т.д. и т.д.» - такой вот научный подход. Что-то происходит, а ты делаешь выводы, а потом принимаешь решение – идти по этому пути или не идти. Вот с этого начинается всё. А затем уже, вы начинаете приближаться к этому с помощью тех или иных упражнений, методик и практик, но об этом чуть попозже.

*Из зала: Просто интересны методики и практики...*

Вадим Запорожцев: А всем интересны методики и практики, только вот я не вижу здесь некоторых людей, которые кричали: «Хотим, хотим!» - а как дело на дело... мне опять пустому залу рассказывать?

*Вопрос из зала: Как справляться с дискомфортом, который, как я понимаю, распирает, когда человек пытается сохранить свой потенциал на первых порах?*

Вадим Запорожцев: Друзья, это у нас занятие исключительно для мужчин, я буду предполагать, что это вопрос про мужчину?

*Вопрос: Многие считают, что по доброй воле все происходит, он неизбежен на первых порах это дискомфорт?*

Вадим Запорожцев: Значит смотрите. Вот помните, что началось в стране Советов, когда началась перестройка? Полнейшая вакханалия всего. Перестройка сексуальности – это фундаментальная перестройка всех ваших базовых шаблонов: шаблонов организма, поведения, мышления, предпочтений, резервирования, перечислять еще не буду. Это шаблон, что самое интересное, перестройки механизма защиты продолжения рода (МЗПР). Он веками, тысячелетиями формировался, а вы его в несколько недель, месяцев пытаетесь изменить. Поэтому, безусловно, конечно же, этот вопрос всегда чреват тем, что есть дискомфорт. Но, дискомфорта быть не должно. Любой дискомфорт для вас показатель, что делаете что-то неправильно, не то. Все практики сублимационные не должны вызывать никакого дискомфорта. **Вы должны естественно и гармонично к ним прийти.** Если что-то где-то там распирает, если что-то где-то там не то идет, то это

значит, что вы взвалили на себя ношу тяжелее, чем способны утащить. Поэтому, как и все в йоге, никакой такой особой науки, знаете, вот «делай то, не делай это» в жестком варианте, может и не быть. Все должно прийти естественно. То есть, **йога ничего в вас не привносит, друзья. Йога открывает только то, что в вас уже заложено природой.**

В мужчине заложен следующий этап самотрансформации. То есть, когда мужчина от более грубых, неэффективных схем работы своего организма переходит к, заложенным в него же самого, более тонким, изящным схемам. Во-первых, при этом переходе может наблюдаться какой-то дискомфорт, но только в одном случае – вы опережаете события, и вы не делаете все шаги в совокупности. Ну, вот представьте такой еще раз образ. Мужчина – это сосуд, в который под большим давлением закачивается потенциал. Давление растет, растет, растет, доходит до некоего критического предела, срабатывает предохранительный клапан и вот этот пар или воздух вырывается. Так сделаны паровозы, кстати. Внизу, в топку бросает дядечка уголь. Закрытый сосуд, а в нем вода кипит. Но так ведь можно добросать угля столько, что вода под таким давлением взорвет этот паровоз. А так как есть предохранительный клапан, то как только уровень больше, чем может выдержать паровоз, этот клапан стравливает или выпускает этот потенциал. Это с одной стороны. Но с другой стороны, из этого же котла, где кипит вода, идет трубочка, к которой идет механизм, который крутит колеса, и мы на паровозе едем. Станция есть такая – Рижская, в Москве. Рижский вокзал. Там под открытым небом есть музей паровозов. Сходите, посмотрите паровозы. Как они начинались первые, а потом все серьезнее и серьезнее. Но принцип один и тот же. Кидаете уголь, он сгорает, колеса крутятся. А потом начались тепловозы, когда уже не надо было уголь кидать. Там совсем все по-другому. И вот, точно так же в сексуальности. Вы потом выпрыгнете на качественно новое устройство внутренних структур.

Но, смотрите, что получается. Вы накачиваете, мужика распирает, предохранительный клапан вы закрыли, а трубочку, по которой должен выходить пар и колеса крутить, грубо говоря, чтобы шла духовная трансформация, у вас еще забита грязью, и вообще не знаете, что она у вас есть. Получается, потенциал большой, а деваться ему некуда. Бедного мужика начинает распирать и у него куча неудовольствий. Понятно, что тут надо делать. Надо возвращаться к своему предыдущему образу жизни, то есть, найти некий баланс плюс еще делать другие упражнения, на которые идет сублимация сексуальной энергии. Что это за упражнения? А это Хатха, Крийя, Мантра, Пранаяма йога. Вот вы думаете, что вы просто Хатха йогой занимаетесь для физического тела? Нет. Вы косвенно очищаете вот эти трубочки, по которым этот потенциал, распирающий вас изнутри, будет перераспределяться куда-то вверх, в более высшие структуры: духовные, психические и

физические. Поэтому, друзья, все должно прийти естественно. **Любой дискомфорт – это плохой знак. Значит, что-то не разобрались.**

*Вопрос: Как было сказано, если мужчина накапливает потенциал и у него грязны каналы при этом, то у него усиливается некий концентрин и он может пойти в сторону такого маньячества. А, с другой стороны, до этого было сказано, что каналы, так или иначе, даже если человек не занимался йогой, будут чиститься, просто если не допускать потерь. То есть, я так понимаю, что маньяк, если он тоже будет идти по пути истончения и не будет терять потенциал, придет к духовному пути?*

Вадим Запорожцев: **У каждого, безусловно, грешника есть будущее, у каждого святого было прошлое.** Но, вы понимаете, от своего маньячного поведения... оно может так завести, что ой-ой-ой. Понимаете, это дискомфортно. Смотрите, здесь какая опасность. Милые девушки, вы должны это тоже понять. У мужика есть МЗПР – очень сложный механизм, задача которого только одна, чтобы продолжался род людской. Если род людской не продолжается, тогда это конец. Мужик сколько угодно будет себя держать в руках и думать, что он может справиться с собой, но это ему только кажется. Если накопленный – с одной стороны, нереализованный потенциал – с другой стороны, нет морально-этических принципов как себя вести – с третьей стороны, при этом, он не делает других упражнений по очистке, то у него иногда перемыкает, что называется, «крышу». Вы думаете, что маньяки это какие-то там... что у них пять рук, две головы, восемь глаз? Вы понимаете, маньяки нам с Луны не падают, они здесь формируются, от неправильно использования потенциала. Это отдельная тема, очень печальная и болезненная. Поэтому, любые системы тоталитарные, они, в первую очередь, начинают регулировать сексуальность. Все. Церковники, их хлебом не корми, дай запретить. А потом, бог знает, что там начинается. Политики, Оруэлла почитайте (1984 год) у него там хорошее произведение, про мысли преступников. Смотрите, друзья, то есть, маньячный вариант изначально говорит, что система перекошена, что потом будет взрыв и отброшен будет человек на очень много назад в этой жизни или в следующей. Вот поэтому, здесь лучше идти нормальным путем. В плане того, что рассчитывать на то, что маньяк рано или поздно, в течение какой-то жизни перестанет быть маньяком... Ну, кому это надо. Это деструктивно.

*Вопрос: К каким независимым источникам отправлять своих знакомых, детей?*



Вадим Запорожцев: Смотрите, дело дрянь. Таких источников нет. Вот только если вы будете создавать такие источники. Я на полном серьезе. Вменяемую эту тему никто никому не дает, не преподает, не разговаривает, не объясняет. Все что-то там шушукаются, смеются. Либо какая-то пошлятина, либо табу - этого нет и быть не может. Всё. Нет реальных источников.

*Реплика из зала: Ну есть один, йога Триада.ru.*

Вадим Запорожцев: Йога Триада.ru? Ну да. Значит, друзья, нужно распространять знания йоги, вы понимаете, на доступном, понятном уровне. Не надо сверх высшие пилотажи. Вот, например, я хочу познакомиться с сексуальностью. Набираю в интернете. Что там? Половина сайтов порно, половина сайтов маньяков религиозного толка, что ни-ни, ни боже мой, сексом вообще плохо заниматься.

*Реплика из зала: А еще половина просто предлагает реализовать невменяемость свою, все свои фантазии.*

Вадим Запорожцев: Разумного, красивого, сбалансированного нет отношения. Вот, в Индии все люди поделены на касты. Не знаю, что там в Индии, а вот в России каста человека определяется, однозначно, по его отношению к сексуальности, детям, родителям. Однозначно. Что бы он там не говорил, что он, например, потомок Рюриковичей и прочее, а посмотри на его поведение. Посмотрите, как он относится к семье, детям, к своим родителям и все. Пускай свои генеологии спрячет куда подальше. Его душа не имеет никакого отношения к ним. Поэтому, я не знаю.

Я почему даже эти лекции читаю? Вот, пытаюсь популяризировать. Над этим надо работать, а работать никто не хочет. В лучшем случае, люди приходят и говорят: «Дайте мне тайную практику, чтобы за три дня сублимацию достичь и по воздуху полететь. Сверх могущества, харизму получить!» Я говорю: «Ты понимаешь, это не кулуарно должно быть, это для всех». Я не вижу смысла обучать этому единицы. Здесь надо все на поток давать. А как это сделать? Каждый хочет урвать для себя, в норке закрыться, сверх могущества достичь, а там хоть трава не расти. Видите, есть еще одна очень интересная защита этой темы. Как только человек начинает думать о других столько же, сколько о себе, вот тогда почему-то и знания приходят, и все нормально. Либо о других больше, чем о себе, либо о себе больше, чем о других – вот тогда и проблемы. Не знаю, где эти источники брать, у нас был триадный проект, до сих пор продолжается. Приходят люди:

ура, ура, Триада! Каждый ухватил себе по кусочку. Кто мужей, жен нашел, расползлись по углам. Кто тайные практики отправился в Гималаи практиковать. А было рассчитано так: я даю лекции, практики. Вы из этого делаете книжки, фильмы, пособия, сами с лекциями выступаете. Думаете, кто-нибудь этим занимается? Единицы. Перевертайло с Терновским и еще несколько ребят, которые тащат в массы. А все остальные себе - «такая корова нужна самому». Эгоизм прет, если честно, руки опускаются. Вот спрашиваете, этих бы книжек не было. Если бы та генерация 2011 года не занималась фигней, под себя, на себя работать, а не на других. Источников было полно. Они там начинают: кто свои секты организовывать, кто непонятно что. Ухватили знания в одном месте, взяли какую-то бредовую идею из другого места, закачали знания, которые работают в бредовую идею, получили химеру, начинают эту химеру в массу двигать. Хоть стой, хоть падай. А альтернативы нет. Никто не одернет даже. Это моя головная боль, как распространять знания. Еще есть вопросы?

Но вернемся к нашей основной теме. Итак, практическая **Брахмачарья** – это **вовсе не прекращение занятий сексом, это грамотное занятие сексом**, которое приводит вас именно к тому, что для мужчин на 100 %. Вы учитесь сохранять свою сперму. Уровни разные. Сперва, вы физически сперму сохраняете, затем внутренние ощущения, затем идут очень интересные трансформации. Из текстов известно, что человек достигает такого состояния, как сказано, что сперма становится твердая. Она не вытекает. То есть, занимаетесь вы сексом, или не занимаетесь, у вас нет никаких ночных поллюций, ни потерь, когда вы ходите в туалет или просто случайно что-то.

*Вопрос: А потом это не препятствует, когда уже нужно зачать новую жизнь, при таком состоянии спермы?*

Вадим Запорожцев: Это состояние, когда вы мысленно может зачинать уже. Это уровень полетов по воздуху. Не беспокойтесь, проблем не будет. Терновский правильно мне тут замечания делает, что есть такой Горокхо, «Горокхо Биджой», по-моему, называется этот текст. Там вплоть до того, что одна дама, йогиня, захотела от Горокхо ребенка. Так тот даже с ней сексом заниматься не стал. Сказал: «Возьми мою набедренную повязку, постирай, налей в стакан воды и выпей». Но, нам друзья, как вы понимаете, до этого уровня очень далеко. То есть, препятствия точно не будет, если мы на этот уровень поднимемся. Есть еще вопросы?

Дальше идем. Итак, вопросы физического ограничения и тонких потерь чрезвычайно сложны. Начнем с грубого.

Есть самый такой надежный, самый классный источник подойти к теме Брахмачарьи, он совершенно неочевиден. Во-первых, для мужчин - это ментальное поле других мужчин, которые идут по этому пути. **Если вы общаетесь с людьми, которые также практикуют практическую Брахмачарью, то грубо говоря, вы находитесь в этом общем ментальном поле и все ваши структуры косвенно начинают копировать лучшие наработки.** Вот такой есть эффект, совершенно странный. В древности, даже самому не продвинутому индусу было достаточно быть в обществе великого святого, который достиг уже высочайшей практической Брахмачарьи, как у того естественным образом все процессы начинали копироваться по тому же образцу невербально. Просто потому, что он рядом, потому что он рядом живет, общается и т.д. Это, конечно, самая такая таинственная область. Но, с практической точки зрения, очень понятно, что если вы, мужчины, будете общаться с быдлятиной, которые налево и направо сексом занимаются со всем, что движется, то вы далеко не уйдете. Вы невольно будете копировать их формы мышления и поведения. Если, наоборот, вы будете искать другую прослойку людей, все на порядок пойдет быстрее, даже без вашего участия. Вот почему важно такое понятие, как единомышленники. Важно общаться с теми, кто это практикует. Но для того, чтобы общаться, нужно перестать быть эгоистом. **Надо как-то эти темы обсуждать, делиться своими мыслями** и т.д.

Пока от эгоизма не избавитесь, очень тяжело преуспеть. Здесь хитро. Природа защищает тайны от эгоистов. Точнее, любой эгоизм – это глупость. Вы делите весь мир на внутренний и на внешний. Но нет двух миров. Мир один. По отношению к вашему Я – все внешнее. Поэтому, **самое красивое, с чего начинается – это общество себе подобных.**

Об этом можно долго говорить. Я просто перечислю.

**Второе, что помогает для грубой практической брахмачарьи – это, если у вас есть жена.** Я подчеркиваю – жена. По той простой причине, что особенно на ранней стадии управления сексуальностью, вам иногда захочется заняться сексом по пять раз на день, а иногда вообще не предсказуемо. И если рядом с вами любящая и понимающая жена, которая вам никогда не отказывает, то получается следующая вещь: удержать физическое семя гораздо легче. Почему подружка или партнерша не подходят? **Жена постоянно с вами живет; она всегда под рукой и днем, и ночью.** А с подружкой вы можете встречаться раз в неделю, позаниматься сексом и адъё, до следующей встречи. А если вы усиливаете внутренние процессы, то вас на неделю хватать не будет. Представьте, вас распирает, вам нужно это как-то смягчить, а вам говорят: «Жди неделю». Тут уж по любому с ума сойдешь. Поэтому: **верная, преданная, любящая, безотказная, как «автомат Калашникова» жена – это основа успеха.** Иначе будет так. Вы будете

нагнетать, а конвертировать не сможете, это вас будет распирать, потому что каналы еще загрязнены, и пойдут проблемы, ночные поллюции и прочее, прочее.

Но, опять же, кто интересуется сверхмогуществом – это определенная прослойка йогов, но и не только йогов, но и буддистов, там есть еще даосы, есть такая прослойка страшно эгоистичных людей. Они ничего не знают, и знать ничего не хотят. Они живут для себя и никого терпеть и общаться не собираются. В результате сами себя наказывают.

Был вопрос про негативные последствия. **Если вы живете нормальной, правильной, естественной жизнью, у вас есть друзья-единомышленники, у вас есть жена понимающая, то вся природа помогает вам сделать следующий шаг в своей сексуальной самотрансформации.** И как только вы выдираете один из ингредиентов, то приходится делать дополнительные, очень и очень сильные усилия, чтобы достичь того же самого. Ну, или по-другому. Если у вас есть единомышленники и жена верная, то вы можете жить обычной жизнью и достигать успехов в йоге больше и быстрее. А если же нет, то вам приходится бросать социум, бросать дом, идти в Гималаи, идти жить в пещеру никого не видя, по двадцать часов в день заниматься йогой для того, чтобы приблизиться к тому же самому уровню. Видите, это парадокс. Одиночки в той же Индии, да и вообще где угодно, они асоциальны, только собой и занимаются. А если ты помогаешь людям, ты и получаешь то же самое проще.

Следующий момент. Это, безусловно, ваше намерение не терять семя. **Волеизъявление, которое вы сами приняли и постепенно к нему приближаетесь, в практическом плане.** Т.е. вы себе назначаете: «Занимаюсь самоудовлетворением. На пять самоудовлетворений, один раз теряю сперму, остальные четыре – нет». Потом доводите до шести, до семи, до десяти. Точно также и с сексом. Занимаетесь сексом с женой. Говорите себе: «Теряю сперму, один раз из пяти занятий сексом, или из двух занятий сексом, и т.д.» Потом увеличиваете, увеличиваете и подходите плавно к этому. Чувствуете, что не справляетесь – шаг назад. Постепенно вы должны приучить свой физический организм. Помните, что производство спермы – это очень сложный процесс. Там вся гормональная система задействована. Это то же самое, что перекрыть реку. Попробуй её перекрой. Она смоем все на своем пути, если она привыкла течь постоянно.

У меня уже время вышло. В следующую субботу продолжим. Мы сперва начнем с внешних уровней, потом с внутренних. Честное слово, не интересно мне читать лекции одному, двум человекам. Особенно, если не записывается и не транслируется. Это вообще пустое занятие. Я этих лекций уже столько начитал, что я должен был бы вообще молчать, или говорить : «лекция №123 за дату такую-то». Вы бы все это уже прошли и приходили с конкретными вопросами. А вопрос «как мне заниматься внутренней тонкой

сублимацией?», если я основополагающих вещей не знаю – это вопрос ни о чем. Это вопрос из разряда: «Как починить бензопровод в автомобиле, которого у вас нет». Можно, конечно, под влиянием книжек сформировать этот интерес.

*Вопрос: Ситуация, когда йоги-одиночки в пещерах занимаются просветлением, которые по двадцать лет медитировали. Даже у них есть косвенные упоминания, что, так или иначе, просветление возможно только в союзе. На грубом уровне, на тонком уровне, ты не обойдешься без того, чтобы не слить свое сознание и энергию, во-первых. Во-вторых, по-моему, медитация в паре идет намного лучше.*

Вадим Запорожцев: Да, **в паре все идет лучше**. Все знание, то же самое йоговское, делится на знание для людей подготовленных, и людей неподготовленных. То, что прет на Запад, это прет, по умолчанию, лайт-версия для людей неподготовленных. Они и так ничего не делают, поэтому им лучше по минимуму что-то говорить. Или какие-нибудь однозначные указания давать. Например: «Сексом ни-ни!» А ты сам знаешь, что он завтра же нарушит это правило втихаря, как это у нас все делается. Поэтому, и будет компенсироваться жесткий закон с обязательностью его воплощения. А есть более закрытый уровень для людей, которые уже хоть что-то понимают. Там нюансы. Нюансов много. Есть упражнения интеллектуальные, есть физические. Очень сложные, которые я не рискую давать, потому что, прошу прощения, можно член повредить. Я как-то раз дал эти упражнения, и на следующий же день стали экспериментировать.

*Вопрос: Вадим Валерьевич! У меня есть один вопрос. Может быть, я рискую задавать, потому что немножко не в тему. Я человек, который прослушал большую часть лекций, которые вы выложили в свободном доступе на Триаде. И у меня сложилось представление, что йога - это мягкое приоткрытие неких естественных учений, которые мы должны переоткрыть в себе. Но мне показалось, что у вас есть некий методический провал в преподавании между мягким ведением и между теми конкретными практическими знаниями, которые приоткрываются, непосредственно, в преподавании. Я был несколько шокирован жесткостью регламентации триадного образа жизни для йога, которые озвучиваются в последних лекциях и тем, что насколько это далеко для меня, в плане той мягкости и той жизненности, которую я ощущаю. Для меня все соотносится с насилием, потому что там все настолько регламентировано.*

Вадим Запорожцев: Честно говоря, не помню, что там за регламентации такие. Скажите

хоть конкретику какую-нибудь, в чем там регламентации. Насколько я помню, там, наоборот, нет никаких регламентаций, полнейшая Европа свобода, делай, что хочешь. Про что вы говорите, про практики?

*Студент: Вообще о сексуальной жизни.*

Вадим Запорожцев: Стоп, стоп, стоп. Опять же, недопонимание. Друзья, вы должны понять, что есть обычная жизнь, где ты воплощаешь практическую брахмачарью, а есть «высший пилотаж». Там лекции были про «высший пилотаж». То есть, как полеты в космос. Полеты в космос предполагают, что есть скафандр, запас кислорода, космический корабль, потому что больше там ничего нет. И совсем другое дело, прогулка на природе на электровелосипедах. Нажал на кнопчку, и он тебя сам мчит. Это другой разговор. Хотя я себе вот руку сломал. А вы говорите регламентация. А вы знаете, как руку сломал. Чудесно сломал руку. Дернуло меня по трассе поехать. А на дороге дорожники вырыли ямку, чтобы положить новый асфальт, а указатели с жесткой регламентацией, что сюда на такой скорости ехать не надо, не поставили. Хлоп, и руки нет.

Там описываются отдельные практики, а не регламентации жизни. Если вы хотите сделать практику, если вы хотите сварить борщ: сделай раз, сделай два, сделай три. Если вы не хотите его варить, можете не варить. Но, вообще говоря, это вопрос серьезный. С формальной точки зрения, должны быть соблюдены первый, второй, третий принцип йоги. Если выясняется, что не были соблюдены, значит, там вкралась ошибка. Второе – **йога, любая йога, тем более йога, работающая с сексуальностью должна, что делать? Расширять вашу свободу.** Если она сужает вашу свободу, значит, это не йога. Значит вы, что-то не правильно поняли. Есть практики, которые предполагают жесткое следование какого-то алгоритма. Иначе, кто возьмет на себя ответственность, если все выйдет из-под контроля?

*Студент: Речь идет о практиках со сменой партнеров.*

Вадим Запорожцев: Какие смены партнеров? До практик со сменой партнеров дожить надо. Понимаете, это «высший пилотаж»! Эти практики, вообще говоря, упоминание, что это есть в природе. А **практическая брахмачарья – это ваша каждодневная жизнь.** Она не предполагает никаких практик. Вы просто живете. **И время либо работает на вас, либо против вас.** На вас – в том случае, если потенциал, который идет на сексуальность, тратите на духовное; против вас – если вы его разбазариваете.

*Студент: Можно же еще по полочкам разложить. Это же классическая йога, потом парная йога. Или парная йога, а потом классическая йога. А потом вводные практики Триады...*

Вадим Запорожцев: Имитационные практики...

Друзья, вы сейчас спорите о черной икре, а я, вы помните, да, я вообще дистанцировался от Триады. Я не могу тащить все. Я эту лекцию читаю только потому, что сами триадчики попросили меня ее прочитать. Вообще не хочу этой темой заниматься. Народ, по всей видимости, еще не созрел, не дорос. Приходят ко мне люди и начинают говорить, что у них та или иная медитация не получается, то у них не то, то у них не это. При личном разговоре выясняется, что он неделю, прошу прощения, по пять раз кончает. За это время он потерял ведро спермы от этих практик, а хочет по воздуху летать. И у нас получается такая подмена понятий. Что мы замахиваемся на что-то большое, а что-то обычное теряется. Что необходимо? Людям необходим ликбез самый начальный: что такое сексуальность. Сексуальность – это не пошлость. Сексуальность – это не табу. **Сексуальность – это величайший шанс!** Лекции постоянно должны звучать. А высший пилотаж, черная икра, полеты в космос. Кто сейчас летает в космос? Никто. Дорого.

*Студент: Знаете с чем столкнулись, когда начали разжёвывать, на пальцах объяснять? На это очень много времени потратили. Люди к нам приходят и говорят: «Что вы несете? Мы и без вас все это знаем». Хорошо. Начинаем разбираться: «Вот это и это знаете?». Говорят: «Да». И при этом такое начинают плести, что хоть стой, хоть падай. Они слушать ничего не хотят. При этом, у них такое искаженное представление о таких простых вещах, которые в толковом словаре Даля есть.*

Вадим Запорожцев: Друзья, у нас создалось впечатление доступности знаний. Демократия. Появился новый трактатец, давайте быстрее его опубликуем. А еще пару долларов на этом заработаем. Но вы должны понять, что что-то неуловимое теряется, перестает работать.

*Вопрос: Может ли женщина через секс довести мужчину на мысль о духовной трансформации? Какая роль женщины на этом пути?*

Вадим Запорожцев: Очень большая роль. На самом деле, определяющая. Знаете, тут момент чисто практический. Занимаясь сексом, некоторые женщины провоцируют

мужчину быстрее вылить сперму. Они не чувствуют партнера. Они приводят к тому, что мужчине очень тяжело удержаться от того, чтобы не потерять семя. Действительно, есть такие женщины. А есть женщины, которые чувствуют партнера, это большая редкость, на самом деле. Потому что мужику удержаться, занимаясь сексом, чтобы не потратить сперму, очень, очень сложно. Вот был очень хороший вопрос: «Можно ли визуализировать себя мужчиной?» - Да, можно. Вы как бы стали мужчиной и поняли, что нужна грань. Потому что женщина сделает одно движение, и мужик сорвется. У него начнется семяизвержение. Поэтому, если вам досталась такая жена или подруга, которая это чувствует, вам здорово повезло. Она вас будет вытаскивать. Безусловно, она за вас все не сделает. Но это будут самые щадящие условия. И обратная ситуация насчет женщин. Но это тема других лекций. С женщинами все еще сложнее, чем с мужчинами. И если попался грамотный, чувствующий мужчина, то он достаточно легко и просто выводит женщину на определенный уровень. **Рука руку моет. Друг другу помогаем.**