

Название лекции: 2011.06.07. Йога Триада. Лекция 8.

Автор: Вадим Запорожцев.



Фото:

Дата и место: 03 мая 2011 года, культурный центр «Просветление»

Где: Йога центр "Просветление" на Автозаводской.

Аудио, видео и текст лекции принадлежат: Школа йоги традиции Анандасвами. Вы имеете полное право копировать, тиражировать и распространять материалы этого сайта, желательно делайте ссылку на наш сайт www.yogatriada.ru

Текст напечатан: Светланой Ерохиной

Текст отредактирован: Еленой Подрядовой

Скачать Текст, Аудио, Видео здесь: www.yogatriada.ru

Скачать Аудио:

Скачать Аудио Вариант 1 MP3 Web 25кб/с, 26мб адрес:

http://yogatriada.ru/av/2011_06_07_avtz_lec8_vadim_triada_web.mp3

Скачать Аудио Вариант 2 MP3 Full 99кб/с, 102мб адрес:

http://yogatriada.ru/av/2011_06_07_avtz_lec8_vadim_triada.mp3

Скачать видео:

Скачать Видео Вариант FLV, 295мб адрес:

http://yogatriada.ru/av/2011_06_07_avtz_lec8_vadim_triada.flv

Скачать текстовый файл:

http://yogatriada.ru/av/text/2011_06_07_avtz_lec8_vadim_triada.doc

Слушать аудио:

[jwplayer|file=http://www.yogatriada.ru/av/2011_06_07_avtz_lec8_vadim_triada.mp3]

Смотреть видео:

[jwplayer|file=http://www.yogatriada.ru/av/2011_06_07_avtz_lec8_vadim_triada.flv]

Ключевые слова: лекции по йоге, бесплатно скачать, аудио лекции, видео лекции, бесплатно скачать, смотреть, слушать. текст лекции, фото, рисунки, Культурный Центр «Просветление», Открытый Йога Университет в Москве, www.happyoga.narod.ru, www.openyoga.ru, www.yogacenter.ru, Вадим Запорожцев, Школа йоги традиции Анандасвами, йога Триады, механизм защиты продолжения рода (МЗПР), брак, Родовая йога, противоположный пол, разум, инстинкты, страдания, Влюбленность, самадхи, религия, Абсолют, институт брака, семья, дети, йогин, прана, сексуальные практики, секс с потерями, Высочайшей Свобода.

Краткое описание: МЗПР и Родовая йога. Причина возникновения страданий от взаимодействия мужского и женского. Антагонизм. Как избежать страданий? Влюбленность. Институт брака как попытка компенсировать МЗПР. С чего начинается Триада? Прана и разум. Как выбирать себе супруга? От кого рожать детей?

Резюме:

Подсознательно у каждого из нас есть ощущение этого грандиозного знания йоги, которое мы изучаем.

Йога Триада в хорошем смысле консервативна. В само понятие «противоположного пола» вкладывается его задача – антагонистическая.

Йога (а Триада в частности) это разумный оптимизм, которая говорит, что ВЫХОД ЕСТЬ из противоречий между мужчиной и женщиной! Но для этого нужно работать над собой. Иначе придут страдания. Фактор Влюбленности может служить некой гарантией (знанием того), что выход есть! Влюбленность помнят всегда. Влюбленность наше естественное состояние.

Основа всего взаимодействия – Родовая йога.

А Триада говорит, что можно взаимодействие мужского и женского превратить в мощный фактор для духовного роста. Влюбленность выключает МЗПР. Антагонизм мужского и женского, исчезает, и мы начинаем дополнять друг друга. Йога Триады, не противореча Родовой йоге, может подвести нас к состоянию влюбленности.

Есть очень большая опасность в самонадеянности (взбалмошности, амбициозности), что МЗПР нас не коснется или, что у нас будет все по другому. Это приносит еще большее разочарование. Это еще больше отдаляет человека от работы над собой.

Три большие группы методов работы с МЗПР:

1. Методы работы с физическим телом
2. Работа с нашими эмоциями, ментальными способностями
3. Чисто духовные методы. Наличие Высшего, Запредельного, То, что есть Наша Природа – наше высшее Я и Абсолют.

Все методы переплетаются. Не бывает в чистом виде только один метод.

Человечество постоянно приходит к использованию этих методов, и самый яркий тому пример это институт брака. Это некие попытки работы с МЗПР.

Очень важен фактор устремления к Высшему.

Работа с МЗПР возможна лишь в случае, если разум у людей более или менее развит. Нужно заниматься своим разумом, интеллектом. Это помогает компенсировать животные проявления МЗПР и вывести МЗПР на «новый уровень».

Когда у нас есть избыток праны, мы можем работать с разумом, контролировать свои чувства, не поддаваться провокации; мы легко видим ситуацию и делаем правильные поступки, не допуская ревности, гнева, злости, жадности и т.д. Но если уровень праны упал, мы можем из благостных йогов и йогов превратиться в стервозных, озлобленных, ворчливых и хамоватых людей. Нужно по каплям выдавливать из себя эти животные проявления. С одной стороны, нужно активно оттачивать разум, а с другой – периодически делать «прививки» против стереотипного поведения животного. Тут и появляются конкретные методы Триады, конкретные практики, которые отрабатываются с мужем или женой, а так же с другими партнерами. Взаимодействие в Триаде д.б. без потерь той составляющей, которая идет на продолжение рода. Йога Триада предельно целомудренна – составляющую на продолжение рода тратим с мужем или женой для рождения детей. Если у нас есть брак (семья) мы берем на себя такую обязанность, что детей рожать – только от мужа или жены. А если мы хотим иметь детей от кого-то другого (от другого партнера по триаде), то должны получить согласие своего основного партнера (мужа или жены).

Читать текст:

Сегодня 7 июня 2011 года, меня зовут Вадим Запорожцев, я преподаю йогу. Это лекции по йоге Триады. Вся информация находится на сайте www.yogatriada.ru. Предполагается, что вы также систематически изучаете йогу, хотя бы по нашим курсам, которые находятся на сайте www.kurs.openyoga.ru.

По традиции пускай кто-нибудь напомнит нам, на чем мы остановились на прошлой лекции.

Анна Юрина, группа 4:

Мы рассматривали два момента: МЗПР и как он эволюционирует в течение жизни человека, и брак – который был создан для регламентации отношений между мужчиной и женщиной.

Тот факт, что брак дожил до наших дней, говорит о том, что он себя в этом смысле полностью оправдал. Наличие детей является неотъемлемым условием на пути йоги Триады и не является препятствием на духовном пути. А наоборот, способствует достижению нашим целям в познании Высшего.

Вадим Запорожцев:

У каждого из нас в подсознании есть ощущение грандиозности знания йоги. Слушая эти лекции, у вас будет ощущение, что все это вы уже когда-то знали, ощущали интуитивно, только здесь вам даются вполне конкретные рекомендации, полезные советы.

МЗПР и Родовая йога

Триада консервативна (в хорошем смысле слова): в основе ее - Родовая йога. Мамы и папы подарили нам тела, и мы находимся в неоплатном долгу перед ними. Мы должны вернуть свой долг – мы должны либо сами родить детей, либо помогать детям наших друзей. До тех пор, пока мы не отдадим долг, мы не сможем воспользоваться полной своей свободой. Чтобы рожать детей, нам необходим противоположный пол, однако это всегда фактор некой дестабилизации. В само понятие «противоположный пол» включено понятие антагонизма, и поэтому отдача святого долга заведомо обрекает нас на страдания.

МЗПР ведет себя очень странно, не давая успокоиться, постоянно призывая нас к каким-то действиям - в результате наша жизнь превращается в ад, хотим мы того или нет.

Об антагонизме мужского и женского начала

В само существование, разделение людей на женщин и мужчин вложена проблема непонимания, потому что, как говорится, мужчина – это то существо, которое не женщина, а женщина – это то существо, которое не мужчина. Так было заложено изначально, чтобы наша с вами свобода из жизни в жизнь расширялась.

Подумайте, ведь если бы не было противоречий между мужским и женским, мы бы успокоились и перестали бы над собой работать, а наша свобода бы стремительно начала сокращаться.

В результате же антагонизма все время рождается что-то новое, мы видим эволюцию тел, эволюцию разума, духовности, и все это происходит под жестким кнутом МЗПР.

Наши страдания от взаимодействия с противоположным полом и йога Триады

В религиозно-философских учениях вы можете встретить противопоставление земной жизни и какой-то еще, абстрактной, которая либо где-то есть, либо наступит после смерти – понятие рая и различные вариации на эту тему.

Возникает вопрос: отчего они, эти религиозные деятели, все такие пессимисты? Дело в том, что до тех пор, пока мы осуществляем эволюционную гонку, фактор

непримиримости, а отсюда - фактор страдания, пронизывает все наше естество, поэтому нельзя сказать, что религиозные учения не правы – они правы, но по-своему.

И йога с ними в этом согласна, однако делает добавление, что после того, как в результате эволюционной гонки человек отточит свой разум, возникает реальная возможность научиться уравнивать все противоречия и выстраивать свою жизнь так, чтобы избегать кнута, который подстерегает каждого, кто не желает заниматься собой.

Юноши и девушки, которые живут в надежде, что они какие-то особенные, что их жизнь вечна, или их влюбленность вечна, и при этом не работают над собой на всех трех уровнях: физическом, ментальном и духовном, - непременно начнут страдать, и это только вопрос времени, когда страдания настигнут их.

Есть такая притча. Однажды Сократа спросили, стоит ли мужчине жениться. И он ответил, что жениться надо в любом случае: если повезет с женой - будешь счастливым. Если не повезет – станешь философом.

Влюбленность

Йога говорит, что да, существует фактор страданий, связанный с взаимодействием мужчины и женщины, однако выход есть, но для этого надо работать. А откуда мы можем, знаем, что выход есть? Вдруг его нет? Где доказательства? Здесь можно, с одной стороны, сослаться на авторитетное мнение других людей, йогов и йогов древности, но есть и другой момент, который позволяет нам это почувствовать самостоятельно. Этот фактор называют Влюбленность, и она время от времени нас посещает.

Человек, которого постигла влюбленность, никогда в жизни не сможет этого позабыть. Вы можете забыть что угодно, даже свое имя, но вы всегда будете помнить свою Влюбленность, потому что по силе отпечатка ЭТОГО состояния, ЭТОГО качества жизни оно ПРЕВОСХОДИТ ВСЕ, что было у вас, потом или было до этого!

Мы рождены не для боли и страдания, не для антагонистического состояния мужского и женского, а для чего-то Высшего, и это Высшее мы можем почувствовать через Влюбленность

Если мы теряем влюбленность, это есть следствие только нашего собственного неведения, нашей негативной кармы. Вся йога Триады призвана привести нас к состоянию Высшей Влюбленности, которая останется с нами навсегда. Более того, как говорят древние трактаты, если мы проведем в состоянии Влюбленности 9,5 минут, то мы автоматически достигнем высшего состояния в йоге, высшего знания, самадхи с объектом, а через него состояния самадхи без объекта.

С помощью йоги Триады можно полностью избежать негативного фактора от взаимодействия с противоположным полом и превратить его в мощный фактор эволюционного развития, настолько мощный, что это позволит проявиться в нас влюбленности, которая выключит МЗПР так же, как если бы мы выдернули шнур из розетки работающего телевизора.

Другими словами, если вы подготовите себя к тому, чтобы пришла влюбленность, то антагонизм самым волшебным образом исчезнет из вашей жизни, и вы с вашим мужем или женой будете не противостоять, а дополнять друг друга.

Каждый из вас слышал притчу о поиске своей второй половинки.

Чтобы встретить, скорее, открыть друг в друге свою «половинку», йога призывает нас общаться с противоположным полом. Выбрать из среды единомышленников себе жену или мужа. Жить с ними, рожать детей и делать все от себя зависящее, чтобы посетила влюбленность в собственного супруга вне зависимости от того, начали ли свои отношения с ним с первоначального сверхлогичного импульса влюбленности, либо же жизнь свела как-то еще.

Пока нет влюбленности, МЗПР действует очень остро, не ждите от него пощады. Но если вы в своей жизни делаете все правильно, то рано или поздно приблизитесь к состоянию высшей влюбленности, которая отключит ваш МЗПР, и тогда у вас не остается больше «кнута», останется только «пряник», и ваша жизнь станет сверхпозитивной.

Йога Триады учит, как жить в период, когда первая подарочная влюбленность уже потеряна, а вторая – заслуженная - еще не наступила. И здесь вступают в силу практики Триады – это работа с нашим телом, эмоциями и мыслями – благодаря этому уравнивается МЗПР.

Запомните: если влюбленности нет, есть МЗПР – всегда! Если вам кажется, что у вас нет МЗПР, то тем хуже для вас – значит, он достигнет вас незаметно, а вы не будете подготовлены к этому. Поэтому всякие слова о том, что с вами этого не случится, в вашей жизни все будет по-другому, - это очень опасная установка: женщина начинает рисовать гипотетические отношения со своим юношей, юноша программирует себя на какие-то идеалистические отношения со своей подругой. Затем они оба сталкиваются с реальной жизнью и оказываются не готовыми к ней.

Чем больше иллюзий у молодых людей, тем больше будет потом их разочарование оттого, что все идет не так, как бы им хотелось.

Чем больше амбиций и самонадеянности у человека, тем больше эмоций, нетерпимости, резких телодвижений в его жизни, тем чаще попытки сменить партнера в надежде, что следующий окажется лучше, чем предыдущий.

Все это приводит к тому, что такой человек становится циничным. Он начинает осознанно врать себе и другим. Тем самым дальше отдаляет себя от работы над собой и над работой по текущей ситуации взаимодействия с противоположным полом.

Задача МЗПР – продолжение рода - будет отравлять вам жизнь, но есть методы, которые по форме могут выглядеть довольно странно, однако они могут умиротворять МЗПР.

Все практики Триады сводятся к трем большим группам: работа с нашим физическим телом, работа с эмоциями и ментальными способностями и духовные методы, где мы должны целиком использовать наличие высшего запредельного - того, что есть наша природа, наше Высшее Я и того, что называется Абсолютом - первопричиной, породившей всю Вселенную.

В чистом виде не бывает только духовного, только физического или только ментального метода, все они переплетены друг с другом. Если вы хотите мирно

сосуществовать с МЗПР до тех пор, пока не получите заслуженную Влюбленность, вы должны полностью использовать все три группы методов.

МЗПР и институт брака

Человечество давно пыталось компенсировать фактор МЗПР различными способами. Одно из самых древних изобретений – это институт брака – то есть те права и обязанности, которые муж и жен накладывают на себя в своей совместной жизни.

Этот институт не спешит исчезать по причине того, что жизнь в браке приносит, тем не менее, меньше страданий, чем жизнь в отсутствии такового. Наука также начинает приходить к пониманию антагонизма мужского и женского, ученые, психологи пытаются разобраться в этом вопросе и дать какие-то советы людям в их совместной жизни.

Если мы проследим древнюю мифологию, то увидим множество персонажей, где будет некая канва их поведения - это тоже попытка передать нам некую подсказку, некий шаблон поведения в жизни и взаимоотношениях. Наконец, возьмем нашу современную жизнь, многочисленные сериалы, которые тоже дают некий шаблон, клише, чтобы мы могли опереться на чье-то поведение. И это самый опасный вариант подражания, потому что человек начинает переносить это в свою жизнь: начинать требовать от своего мужа/жены быть такими, как вы видели в сериале.

Всегда существовала и до сих пор в определенных странах существует жесткая регламентация отношений мужчины и женщины с позиций религии. Муж или жена, с которой вы будете создавать семью, должны были придерживаться только вашего вероисповедования. Если муж и жена были по каким-то причинам разного вероисповедания, то существовал целый ряд мер для их наказания.

Сравнительно недавно власть, регламентирующая отношения между людьми, от церкви перешла к государству. Поэтому на определенном этапе истории в противовес церковному браку появилось понятие брака гражданского.

Заметим, что йога Триады абсолютно согласна с религией в том плане, что у мужа и жены должны быть одинаковые духовные ориентиры. Однако прочие регламенты, которые существуют сейчас в церкви, сохранившиеся еще со времен средневековья, в наше время совершенно неприемлемы.

Так во многих религиях есть правило о нерасторжимости брака, что, как вы понимаете, для современного человека невыполнимо и приводит к еще большим проблемам. А вот в средневековье это был выход: человек был интеллектуально не развит, времена были тяжелые, поэтому в этом смысле было проще запретить, чем объяснять все нюансы и исключения. Сейчас же тупыми запретами можно породить гораздо больше проблем, чем попытками скомпенсировать МЗПР.

С чего начать выстраивать взаимоотношения?

Прежде всего, если вы собираетесь жениться, то очень хорошо заранее поинтересоваться у своей половины, чего он или она хочет от жизни в плане духовности.

Поверьте, материальные и интеллектуальные взгляды и предпочтения не столь важны, как совпадение духовных устремлений. Если этого совпадения не будет, ваши траектории начнут расходиться, как в море корабли.

Если вы и ваш супруг направите свои устремления в одну сторону, тогда вы сможете воспользоваться методами Триады и подготовить себя к встрече с Высшей Влюбленностью.

Если же только один из супругов будет вовлечен в Триаду, то значительная часть МЗПР не окажется охваченной практикой и это рано или поздно приведет к проблемам.

Если вы плохо представляете себе, что такое духовность и как определить, есть ли устремление к ней в вашем партнере, то у вас есть такой вспомогательный момент: узнайте его отношение к влюбленности: если оно есть, если человек стремится к влюбленности, то, скорее всего все в порядке.

Если же человек делает «квадратные» глаза и спрашивает: «а что это вообще такое?», то это серьезный момент, чтобы поразмыслить о правильности своего выбора.

Чтобы иметь дело с Абсолютом, нужно иметь реальный духовный опыт его присутствия, а его может и не быть, но если у вас есть стремление к влюбленности или даже опыт влюбленности, то это аналогично высшему духовному опыту.

Всех интересующихся этой темой я отсылаю к курсу йога Влюбленности на наших интернет йога-курсах www.kurs.openyoga.ru.

Компенсация МЗПР

Все время человечество старается выработать методы, помогающие взаимодействовать с заложенным в нас МЗПР. Зачем, если подумать, был придуман институт брака? А затем, что когда мужчина и женщина сталкиваются с МЗПР, они начинают отравлять жизнь друг другу, и на этом не останавливаются: они начинают отравлять жизнь всем вокруг.

Кроме того, имеет место быть материальный аспект жизни, когда непонятно, а кому что достанется при расставании, как делить совместное имущество? В общем, становилось всем плохо от такой неупорядоченной жизни и взаимодействия мужчины и женщины.

Гораздо легче было создать семью, сразу определив «правила игры». Конечно, МЗПР все равно просыпался в людях, но они уже никуда не могли друг от друга деться. В этом отношении институт брака - это заведомо тюрьма.

Во многих традициях заложены даже дополнительные методы, способствующие удержанию брака: так, например, фактор приданого, которое при разводе приходилось отдавать обратно, или традицию что-то оставлять жене при расставании, а ведь жалко.

Другой пример: Индия, где все вертится вокруг свадеб, где тратятся такие деньги, чтобы всех родственников накормить и удивить, что люди залезают даже в долги, тут уж не до развода. И все это сделано, чтобы люди не принимали скоропалительных решений, а начинали работать над собой, учились терпению, учились жить друг с другом.

Итак, жизнь не стоит на месте, старые правила перестают действовать, в противовес церкви появляется гражданский брак.

Все методы, помогающие компенсировать МЗПР, работают только, если разум у людей достаточно развит. В противном случае, над разумом превалируют инстинкты: сексуальность, ревность, агрессия.

Кстати, сексуальность, не находя выхода естественным путем через контакт с противоположным полом, превращается как раз в агрессию. Долгое время ученые даже считали сексуальность и агрессию одним и тем же явлением.

Разум помогает нам играть с нашими инстинктами и проявлять свою свободу уже в созидательном ключе. Мы с нашим разумом представляем из себя очень интересную картинку: мы несем в себе то, что есть в животных, плюс компенсирующий фактор нашего разума.

Йога Триада никогда не отключает МЗПР, но помогает наиболее эффективно работать с ним. Можно, развивая разум, вывести МЗПР на новое поле битвы. Йога Триады нужна для обычных людей, для нас с вами, а мы с вами недоделаны до совершенства, и надеяться, что мы в своей жизни не будем проявлять ревность, жадность, глупость и тому подобное, очень наивно.

Есть в нашей жизни периоды, когда мы устали, и разум отключается, и вот уже мы, вчерашние йоги и йогини, начинаем проявлять свои животные инстинкты. Поэтому сразу же готовьтесь к таким сценариям, не отрекайтесь оттого, что это есть в вас.

Если вы будете наблюдать за собой, то заметите, что пока в вас есть избыток праны, вы контролируете свои чувства и не поддаетесь на провокации, вы делаете правильные поступки, не допуская негатива. Но вот чуть-чуть вы ослабли, и вы превращаетесь из йогини в стервозную ревнивую бабу, или из благородного йогина в такого мужика, который свою жену в упор не видит.

Нужно каждый день, как говорится, по каплям из себя это «животное» выдавливать, нужно заниматься своим разумом. Близкие люди на то и близкие, что они с вами близки всегда, и в момент вашей усталости, когда вы скатитесь на уровень животного, и будете хамить своим близким, вам близкие также и ответят, и пойдет поедет склока, и вот уже и посуда бьется...

Поэтому такой совет:

нужно держать высокий уровень работы разума за счет набора праны, жизненной энергии практиками и соблюдением трех принципов йоги, а также активно «делать прививки» против стереотипичного поведения животного и против клише, принятых в нашем обществе.

Далее появляются практические методы уровня Триады, которые вы должны будете отработать со своим мужем или женой в присутствии других людей, а также при взаимодействии с другими партнерами или партнершами.

Это колоссальное количество различных практик, которые включают в себя, в том числе и сексуальные практики. Напоминаю еще раз: сразу готовьтесь, что если вы выбираете практический путь йоги Триады, то вам следует учесть, что помимо мужа

или жены, у вас будет также практика с другими партнерами, и что у вашей жены или мужа также будет взаимодействие с другими партнерами или партнершами.

Тем не менее, Триада предельно целомудренная: она говорит о том, что

все практики с партнерами или партнершами будут происходить без потери составляющей продолжения рода, а рожать детей вы будете только от своего мужа или своей жены

– вы берете на себя такое обязательство перед началом практик. Если же ваша кармическая ситуация сложится таким образом, что вам захочется иметь детей от кого-то еще, то вы должны спросить на это согласия своего мужа или жены.

То есть, консерватизм семьи в Триаде превыше всего! Поэтому, даже если вы скатитесь на «звериный» уровень, то даже в этой ситуации, если вы пошли путем Триады, ваша свобода будет выше, а МЗПР не будет наседать на вас столь остро, так как вы будете понимать, что муж или жена у вас есть, и продолжению вашего рода ничто не угрожает. Так как рожать детей вы в любом случае будете только друг от друга, потому и ревность включать, вам смысла нет. Да и накладно это.

Что касается практики с другими партнерами, безусловно, там может спонтанно возникать секс с потерями, но только такой секс в любом случае не должен вести к рождению детей. Ставить под удар практику нельзя, а поскольку все мы пока несовершеннолетние, в Триаде даются очень жесткие регламенты и ограничения, в рамках которых проходит вся практика.

И перед вхождением в практику вам нужно очень ясно прояснить, чего же вам на самом деле хочется: тихого семейного счастья или высшей духовности, высшего знания, высшей влюбленности.

Потому что бывают разные периоды в жизни человека: когда-то действительно хочется и даже необходимо, чтобы все у вас во взаимоотношениях было тихо и спокойно, и не нужно этого избегать. Если же вы чувствуете в себе силы, стремление и готовность замахнуться на высочайшие пределы духовности, высочайшую свободу, то алгоритм такой:

- **Вам нужно усиленно работать над собой, своими чувствами, разумом, эмоциями.**
- **Одновременно с этим искать общения с единомышленниками.**
- **Выбрать, определиться для себя, кто может стать вашей будущей женой или вашим мужем.**
- **Жениться на этом человеке, родить с ним детей.**
- **Давать полную свободу в практике друг другу.**
- **Чтобы потом открыть друг в друге Высочайшую Влюбленность – не подарочную, не случайную, а заслуженную, которая останется с вами уже навсегда, которая по своему воздействию ничем не отличается от состояния полного познания Абсолюта, своего Высшего Я, и неизменно приведет вас к высочайшей цели самопознания, к Высочайшей Свободе!**

И вот после того, как вы открыли Абсолюта в своем муже или своей жене, вам уже не будут нужны никакие практики йоги, никакие другие партнеры - вы и думать ни о чем не сможете, как только о своем супруге – Абсолюте. **Нет никаких других партнеров, есть только Она - моя жена, Богиня, Вселенная, или есть только Он - мой муж, Абсолют.**