

**Название лекции: 2011.08.16. Йога Триада. Лекция 16**

**Автор:** Вадим Запорожцев

**Фото:**



**Дата и место: 2011.08.16**

**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](http://www.yogatriada.ru)

**Текст напечатан:** Светланой Ерохиной

**Текст отредактирован:** Еленой Подрядовой

Скачать Текст, Аудио, Видео здесь: [www.yogatriada.ru](http://www.yogatriada.ru)

**Скачать Аудио:**

Скачать Аудио Вариант 1 MP3 Web 32кб/с, 29мб адрес:

[http://yogatriada.ru/av/2011\\_08\\_16\\_avtz\\_lec16\\_vadim\\_triada\\_web.MP3](http://yogatriada.ru/av/2011_08_16_avtz_lec16_vadim_triada_web.MP3)

Скачать Аудио Вариант 2 MP3 Full 128кб/с, 115мб адрес:

[http://yogatriada.ru/av/2011\\_08\\_16\\_avtz\\_lec16\\_vadim\\_triada.MP3](http://yogatriada.ru/av/2011_08_16_avtz_lec16_vadim_triada.MP3)

Скачать Видео формат FLV 387мб адрес:

[http://www.yogatriada.ru/av/2011\\_08\\_16\\_avtz\\_lec16\\_vadim\\_triada.flv](http://www.yogatriada.ru/av/2011_08_16_avtz_lec16_vadim_triada.flv)

Скачать текстовый файл:

[http://www.yogatriada.ru/av/text/2011\\_08\\_16\\_avtz\\_lec16\\_vadim\\_triada.doc](http://www.yogatriada.ru/av/text/2011_08_16_avtz_lec16_vadim_triada.doc)

Скачать PDF-файл:

[http://www.yogatriada.ru/av/text/2011\\_08\\_16\\_avtz\\_lec16\\_vadim\\_triada.pdf](http://www.yogatriada.ru/av/text/2011_08_16_avtz_lec16_vadim_triada.pdf)

**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](http://www.happyoga.narod.ru), [www.openyoga.ru](http://www.openyoga.ru), [www.yogacenter.ru](http://www.yogacenter.ru), Вадим Запорожцев, Школа йоги традиции Анандасвами, Абсолют, йога Триады, Тантра йога, йога Союза, йога Влюбленности, йоги и йогини, карма, женщины учительницы, Индия, каста, убийства чести, Закон 4 и 5, испытание свободой, Хатха йога, Механизм Защиты Продолжения Рода, Высшее Я, совместная жизнь, комплексы, ревность, принцип свободы и уважения другого, сексуальные практики, Родовая йога, дети, Йога сновидений, Самадхи, Будхи, мыслеформа, Рита - закон гармонии, секс без потерь.

### Краткое описание:

Почему так важно серьезное и уважительное отношение к женщинам? Женщины нуждаются в раскрытии, а раскрыть их могут только мужчины. Опасности испытания свободой и испытания возможностью. Принципы, которые надо закладывать в совместную жизнь мужчины и женщины. К чему приводит правильное занятие сексом. Использование наслаждения в сексуальности, как способ достижения высшего состояния в йоге. Если Вы и Абсолют единое целое, можем ли мы говорить о потере в сексе?

### Резюме:

Все противоречия, весь негатив между Мужчиной и Женщиной заложены самой сутью во Вселенной для сохранения жизни на земле. Один из методов раскрыть друг друга заключается в открытости и готовности общаться друг с другом, нужно обсуждать со своей половиной, что нравится, а что нет, какие есть желания, мечты. Нужно больше доверять друг другу – для этого нужно много времени, толерантный подход, огромное терпение, так как бесцеремонность приведет к страданиям. Чтобы компенсировать скрытность, не откровенность в отношениях друг с другом, компенсировать маю, иллюзию между нами, надо вырабатывать стратегию поведения, которая приносит наименьшее количество проблем. Наиболее разумная стратегия поведения для женщины – никогда не отказывать мужчине в сексе, а мужчине, стиснув зубы, терпеть неадекватное поведение женщины.

Наиболее выигрышная комбинация – это, когда у вас есть основной партнер, когда у вас есть муж/жена, дети, есть гармония, счастье в семье, когда дети растут в счастье, когда вы можете практиковать долгие серьезные практики мужского и женского.

Со временем неразрешимые на первый взгляд ситуации с позиции обычного логического анализа и с позиции самых примитивных эмоций и чувств, начинают видеться с других ракурсов – вы научитесь уступать друг другу. И вся эта энергия, не потраченная на скандалы, вдруг конвертируется совершенно немислимым всплеском интереса друг к другу. Потом вы начнете осознавать, что вас держит что-то высшее, более высокое, чем мысли, эмоции, чувства, ощущения. Вслед за этим приходит мудрость, и осознание что выход есть.

Какие базовые принципы закладывать в ваши взаимоотношения, чтобы в принципе не было этой бомбы замедленного действия? Что же это за принципы, которые надо закладывать в совместную жизнь мужчины и женщины? По сути, **самый главный принцип – это принцип свободы**. Если выстраиваете ваши взаимоотношения на принципе свободы друг друга, то тем самым автоматически устраняете насилие и устраняете внешнего надсмотрщика. С одной стороны, выстроить эти отношения достаточно сложно не подготовленному человеку, так как все общество демонстрирует другой сценарий, где есть внешние факторы, которые вас сдавливают вместе. Но, с

другой стороны, если вы общаетесь по принципу свободы, то не существует во вселенной силы, которая смогла бы вам испортить жизнь, т.е. не существует такого риска, что в будущем приведет вас к страданиям.

В сексуальных практиках заложен огромный потенциал. Если правильным образом заниматься сексом, то, как ни странно, вы будете достигать таких высот или, выражаясь словами триады, приближаться к точке Йоги.

Не переживайте по поводу того, что вы одиноки, может тот факт, что вы сейчас одиноки это самая ваша благая карма, которую вы можете получить в этой вселенной, потому что у вас есть время подготовиться к встрече. Если вы встретитесь неподготовленными, то вы можете связать свою жизнь с первым встречным. Если вы уже живете с человеком, с которым у вас дети, не спешите разрывать с ним отношения, сделайте максимально от вас зависимое чтобы их гармонизировать, помните, что ни секунды лишней вы не проживете с человеком, если ваша негативная карма исчерпалась. Если вы живете с человеком, это говорит о том, что у вас с ним есть негативная карма, которая вас спрессовывает вместе, но в тот момент, когда она переработается, вы останетесь в состоянии свободы. Вы будете предоставлены сами себе, провернутся невидимые шестерёнки вселенной и все само собой станет. Самое главное вы должны помнить, что основа всего – это Родовая Йога. Как ни странно наличие детей очень стабилизирует ситуацию в отношениях между мужчиной и женщиной. Дети – это очень положительный фактор.

#### **Читать текст:**

*Сегодня 16 августа 2011года. Меня зовут Вадим Запорожцев, я преподаю йогу. Это лекции для сайта [www.yogatriada.ru](http://www.yogatriada.ru), для йогов и йогов, теоретически и практически изучающих Триаду. Триада – это три йоги вместе: Тантра йога, йога Союза, йога Влюбленности. Вся информация на сайте [www.yogatriada.ru](http://www.yogatriada.ru). Предполагается, что вы также систематически изучаете йогу, хотя бы по нашим курсам, которые находятся на сайте [www.kurs.openyoga.ru](http://www.kurs.openyoga.ru).*

## **Основные положения прошлой лекции**

### **Басим:**

На прошлой лекции говорили о том, что все противоречия, весь негатив между Мужчиной и Женщиной заложен самой сутью во Вселенной для сохранения жизни на земле. Говорили о проявлениях закона 4 и 5, о том, что случается, когда относишься к жене как к сестре, или когда очень хочется секса, а жена не возбуждает, когда контролируешь свои мысли и свое поведение наяву, но они начинают добирать свое и проявляться во сне.

Так же мы знаем больше о поведении мужчин, нежели женщин, так как женщина больше была угнетена, как показывает история нашей цивилизации, в этом смысле как следствие подавления женщины, мы наблюдаем, как в них выработалась скрытность и недоверие.

Еще мы говорили о самоудовлетворении, и о том, что оно малоэффективно, так как дает только отчасти наслаждение, а оставшиеся часть остается нарастающим напряжением.

Разобрали, что один из методов раскрыть друг друга заключается в открытости и готовности общаться друг с другом, что нужно обсуждать со своей половиной такие вопросы: что нравится, а что нет, какие есть желания, мечты. Нужно больше доверять друг другу – для этого нужно много времени, толерантный подход, огромное терпение, так как бесцеремонность приведет к страданиям. **И как следствие из этого вывели такие положения, что женщина никогда не должна отказывать в близости мужчине, а мужчина в свою очередь должен проявлять терпение и уважение ко всем, даже не всегда уместным, проявлениям женщины.**

### **Вадим Запорожцев:**

Очень хорошее замечание. Чтобы компенсировать скрытность, не откровенность в отношениях друг с другом, компенсировать маю, иллюзию между нами, **надо вырабатывать стратегию**

**поведения, которая приносит наиболее меньшее количество проблем.** Это рекомендация для людей, которые идут по пути Йоги Триады. **Заметьте, это рекомендация не для всего прогрессивного человечества, а лишь для тех, кто встал на этот путь.**

Следующая рекомендация состоит в том, что пока у вас нет такого уровня доверия, близости и понимания, что вы с полуслова, с пол мысли, с пол взгляда друг друга понимаете, то всегда могут быть разного рода кармические или какие угодно перекосы, вызванные вашей природой. Например, когда у мужчины резкий скачек эротизма, а женщина не готова или у женщины проявление ее неудовлетворённости жизнью, что выливается в обиды или плохое настроение, а мужчина не готов и не знает, как на это реагировать. Наиболее разумная стратегия поведения для женщины – никогда не отказывать мужчине в сексе, а мужчине, стиснув зубы, терпеть неадекватное поведение женщины.

**Басим:**

Говорилось, что **насилием нельзя никого заставить раскрыться.** Так же требуется наличие основного партнёра, так как процесс плавного раскрытия друг друга очень долгий.

**Вадим Запорожцев:**

Да, друзья, наиболее выигрышная комбинация – это, когда у вас есть основной партнер. В Триаде, мы уже касались этого вопроса, допускается наличие других партнеров или партнерш, если это приемлемо для вас. Но, наиболее выигрышная комбинация со всех точек зрения – это когда у вас есть муж/жена, дети, есть гармония, счастье в семье, когда дети растут в счастье, когда вы можете практиковать долгие серьезные практики мужского и женского. В дальнейшем мы будем изучать Йогу Сексуального Союза, там предполагаются очень серьезные физические упражнения. Так вот, вы просто будете не в состоянии встречаться с другим партнером так часто для практик, если не будете жить с ним под одной крышей, у вас просто не будет времени, а предполагается, что на определенных этапах вы должны очень интенсивно определённые типы упражнений обрабатывать.

**Басим:**

Также говорилось, что для начала нужно отработать разумом и разум покажет непреодолимость противоречие мужского и женского и только потом после этой отработки разумом, логикой, будет проявляться интуитивные мгновения озарения, которые покажут, что выход есть, покажут ту личную узкую, конкретную тропинку как уравновесить эти противоречия.

**Вадим Запорожцев:**

Да, друзья! У вас будет ваша жена – настоящая не ревнивая йогиня, которая отпускает вас практиковать с другими партнершами. Точно также как и вы будете ей доверять и в этом отношении давать ей полную свободу. Тем не менее, жизненные бытовые ситуации будут иной раз приводить к тому, что вы будете не понимать друг друга и доходить до степени кипения. Вы решили все вопросы мужского и женского, и она решила. Вы толерантно относитесь к ней, даете ей полную свободу, и она демонстрирует по отношению к вам такое же отношение.

Но все равно будут находиться какие-то кармические недоработки, где вы будете лбами сталкиваться иной раз из-за пустяка.

Эмоции по нарастаю будут доходить до кипения, а на заднем плане мысли с кем это я живу! Может мне другую жену/мужа найти? Под ослепленностью эмоциями кажется, что жизнь не удалась. Вы чувствуете, как у вас на шею удавка затягивается оттого, что вас не понимают, и вы не можете донести свою справедливую точку зрения до него (нее). Кармические негативные семена ваших противоречий проросли – захватили эмоции, мысли, вас уже начинает нести, пульс бьется, дыхание сорвано, вы поглощены гневом, но вы вспомнили рекомендации Йоги Триады и сдержались.

Со временем эта совсем не разрешимая на первый взгляд ситуация с позиции обычного логического анализа и с позиции самых примитивных эмоций и чувств, начинает видеться с других ракурсов – вы научитесь уступать друг другу. Вы как бы сознательно будете идти даже где-то, как вам кажется, подавляя себя, в угоду своей жене (мужу). Но на самом деле, как потом выяснится, это только кажущее подавление, потом вы успокоитесь **и вся эта энергия, не потраченная на скандалы, вдруг конвертируется совершенно немыслимым всплеском интереса друг к другу.**

Вот так случится один раз, другой, третий ... один год другой третий у кого как в зависимости от кармы. Потом вы начнете осознавать, что вас держит что-то высшее, более высокое, чем мысли, эмоции, чувства, ощущения. Вслед за этим приходит мудрость, и осознание что выход есть. Опять-таки я перечислил примитивные противоречия. А если же в этот момент ваша жена начинает вас шантажировать сексом или если она начинает себя неадекватно вести, и вы начинаете пугать ее, что можете найти ей замену? То вы как бы рушите эту наработку и это очень-очень не рационально.

Друзья, хочу еще раз мысль до вас донести, собственно все люди, у которых я учился йоге, все **учителя и учительницы привили мне тот дух, который неотъемлем от нашей школы йоги – это очень серьезное и уважительное отношение к женщинам.**

В нашей школе Йоги считается, что если в настоящую эпоху не будут рождаться или не проснутся уже рожденные женщины учителя, то весь мир пойдет в тартарары. Перекос очень сильный, здесь очень долго женщин подавляли, за счет женщин решалось множество проблем, на плечах женщин выиграны все войны, все достижения и поэтому эти столетия, тысячелетия плохой жизни научили женщину сначала думать о плохом, а потом о хорошем.

**На подсознании женщина боится и опасается худшего, опасается подвоха, в том числе и от мужчин, по этой причине женщина очень скрытна,** она не склонна делиться своими чувствами, обсуждать свои проблемы и желания, но они у нее, безусловно, есть на едва осознаваемом фоне, она сама порой боится о них думать. Причем это ужасающее положение женщин по всему миру.

Если вы думаете, что такая страна как Индия с ее древней традицией йоги, Вед, знанием, демонстрирует что-то другое, то вы ошибаетесь. Получается, (с формальной точки зрения) за возможность сохранить знания йоги до наших дней была придумана очень жесткая кастовая система в Индии или система Варн, где опять же самые страдающие и самые подневольные люди – это женщины.

Чтобы мои слова не были голословными, я приведу вам одну цифру, которая меня в печаль повергла. Это современное состояние общества и отношения к женщинам. Так вот в Индии по данным детского фонда ООН ЮНИСЕФ ежегодно погибают или бывают убитыми более 5-ти тысяч невест и замужних женщин по причине того, что родственники мужа считают приданное недостаточным.

Друзья, если в году 365 дней это сколько в день убивают женщин? Можно спорить по поводу этих цифр, можно приводить какие-то доводы, но если бы даже это была одна женщина в 10 лет, это было бы страшно. Вы понимаете, даже если Индия смогла донести древнейшее знание, гуманистическое знание Вед, а собственные условия жизни такие чудовищные, что же можно говорить о тех странах, где нет такого знания. Стоит ли ожидать, что там будет лучше? Поэтому **женщины нуждаются в раскрытии, а раскрыть их могут только мужчины. Только лишь так они могут вернуть долги. В нашей школе Йоги на это делается очень серьезный акцент.**

Хотелось бы сразу уточнить, что мы далеки от слюнвявого феминизма. Иногда по телевизору показывают таких мужеподобных существ, которые кричат, что женщины задавлены. Если ты уступил ей место, то тем ты ее унижил, показав ей, что она слабый пол. Знаете, обычное галантное поведение мужчины по отношению к женщине, в нашей политкорректной стране, а также в Европе, иногда доходит до анекдотических ситуации - считается, что тем самым мужчина принижает женщину. Так вот мы далеки от такого бреда, мы далеки оттого, что женщина выше, чем мужчина. Нет, друзья, женщины, как и мужчины по сути дела в равных правах. В этой жизни вы можете родиться мужчиной в следующей жизни женщиной, оболочка может меняться, но Ваше Я не имеет пола. А вот то, что перекос этот есть от этого никуда не деться.

Следующее также не охотно признаваемое последствие этого фактора, **если в нашем мире заведомо условия для женщин хуже чем для мужчин, то высоко продвинутые женские души или высоко продвинутые души, которые могли бы родиться в телах Йогинь-учителей – не склонны здесь рождаться.** Это как бы 2-я волна этой трагедии. Рождаются соответственно такие женщины, которым все равно, т.е. они не замечают этой несправедливости, потому что у них образ мыслей, образ действий свой собственный, и мы как бы имеем двойную деградацию.

Изначально мы сознательно сделали условия жизни для женщин плохие, а когда здесь престали рождаться женщины с повышенным самосознанием, а стали рождаться с большей степенью неведения, то все это общество восприняло как доказательство первого шага. Ну, мы действительно не давали им прав принимать решения голосовать «ну так они дуры!», тем самым и породили ситуацию, что дуры и стали рождаться, потому что **ни одна умная женщина не станет рождаться в стране, где камнями забивают пять тысяч невест в год.**

Я иногда слышу от женщин-йогинь такую мысль крамольную «Как, мол, плохо, что мы родились в России. Для нас здесь нет никакой возможности изучать Йогу. Как плохо, что мы не индианки, родились мы где-нибудь в Индии, то мы бы с молоком матери впитали бы древнее йогическое знание, гуманистическое знание Вед!» И прочую чушь начинают лепетать до тех пор, пока кто-то из них не съездит в Индию, посмотрит на все это и потихонечку начинает доходить.

Так вот, если даже такие женщины и родились, нет никаких гарантий, что не попали в число этих 5-ти тысяч, которых просто убивают. Причем убивают по поводам совершенно чудовищным, что просто диву даёшься и самое чудовищное с согласия большей части общества. Так называемые убийства чести, когда чуть ли не родители могут убивать своих детей или там односельчане забить камнями какую-то молодую пару только потому, что они женились не по каким-то там законам, предначертанным кастой, а проявили своеволие.

То есть, во многом это иллюзия, что где-то там хорошо, а у нас тут плохо. Опять же, иной раз женщину могут убить за то, что ее изнасиловали или за то, что она не с тем поговорила. А за прямой сексуальный контакт, вас в лучшем случае изгонят из касты, что эквивалентно смерти, так как везде нищета, а на работу вы устроиться не сможете, потому что там клановость, и вы обречены.

Я к чему это все говорю, что в действительности существует такой диссонанс между древними знаниями Индии и всем тем, что демонстрирует большая прослойка Индии. К чести наших братьев и сестер, принимаются очень жесткие меры по недопущению таких сценариев, на законодательной базе проводятся разъяснительные работы, но до деревень глухих это не доходит, там до сих пор живут по тем совершенно устаревшим канонам тысячелетней давности.

Получается, что как ни странно, женщинам нужно больше усилий, им на порядок труднее войти в практику Тантра Йоги, Йоги Союза – надо эту ситуацию менять. Сначала нашлось бы какое-то количество людей, которое поняло бы этот прекокс, всеми усилиями они помогали любой женщине даже самой глупой немножко подняться выше. Дело даже не в этой женщине, которую вы раскрываете, а просто, **помогая раскрываться другим, вы создаете уважительную ауру к женщинам.** В таком случае в нашем мире станут рождаться высоко продвинутые женщины, а те из учительниц, которые уже родились, но еще спят, потому что в этом обществе унижения нельзя просыпаться, нельзя быть не такой как все, они проснуться и тогда ситуация значительно быстрее изменится к лучшему.

Поэтому, когда вы будете слышать в каких-то интеллектуальных спорах, что женщины по своей природе глупы, и будут приводиться множество всяких статистических фактов, что женщина не в состоянии принимать решение, что, мол, неинтересно ей все это и прочее, прочее, прочее, то это, на самом деле, и так и не так. Так – если вы на протяжении тысячелетий забивали женщин, то высоко продвинутые души склоны рождаться в других уголках вселенной или в других местах, где она больше будет уважаться, но с другой стороны, работать надо с теми, кто есть.

Что касается мужчин, то вы должны четко понимать, что на ваши плечи, как правило, выпадет двойная нагрузка. Это, во-первых, двигаться самому, а, во-вторых, возвращать кармические долги женщинам. Поэтому если ваша подружка / жена / любовница вдруг немножко начинает капризничать, то вы уж не ругайте ее очень сильно, даже если эти капризули будут не обоснованы,

даже если это будет с вашей точки зрения на ровном месте, помните, вы должны еще отдать ваши кармические долги женщине.

## Испытание свободой

Напомню идею, которая заключается в опасности того, что вы будете обретать свободу раньше, чем будете в состоянии грамотно ею воспользоваться. Когда вы находитесь в плохих условиях жизни, то многие проблемы вы просто не осознаете, их просто для вас нет, и, как ни странно, на фоне негатива легче выстроить отношения мужчины и женщины. Собственно говоря, на протяжении столетий так и происходило, не было времени заниматься какими-то там противоречиями или крючкотворным коварством проявлений закона 4 и 5, когда уровень продолжительности жизни был лет 40-50. Считалось, что это уже бывалый пожилой человек. Да и условия, то чума, то голод, то война, то еще что-нибудь, поэтому не доходило до таких неочевидных проблем.

Эта проблема так же неочевидна в развивающихся странах, в странах третьего мира, даже в развитых странах среди людей, у которых нет достаточно средств к существованию. Но, со временем, жизнь становится все лучше и лучше, нас заливают волна изобилия и, казалось бы, этому надо бы радоваться, а с этой волной изобилия приходят такие проблемы, к которым мы не готовы. Как следствие начинается распространение всякого рода допингов, наркотиков, потому что человеку чего-то не хватает, а вот чего он понять не может. Возможность есть, свобода есть, а вот как ею воспользоваться он не знает. И вот это **испытание свободой и испытание возможностью самое страшное.**

Я часто встречал разные традиции йоги (в частности Хатха йоги), где была очень жесткая палочная дисциплина, где культивировался дух казарменного положения. Считалось, что ты должен себя заставлять, во что бы то ни стало заниматься Хатха йогой. Даже невероятными усилиями ты должен себя заставлять, даже когда тебе плохо преодолевать нежелание и боль. То есть где-то внутри вырабатывается надсмотрщик, который тебя гоняет, этот надсмотрщик подпитывается внешним надсмотрщиком в виде устава этой школы Йоги или какого-то там главного гуру. Такая тоталитарная система как в советском союзе, где все работают из-под палки и действительно показывают какие-то чудеса мобильности, чудеса производительности труда и прочее.

И вот вдруг весь этот карточный домик рушится, как если бы куда-то этот внешний надсмотрщик делся и тут выясняется, что человек не способен жить без внешнего надсмотрщика. Ему не охота рано вставать, ему не охота шевелиться, работать, и он нехотя погружается в такую сонную одурь и ему уже тяжело заниматься не то что Хатха йогой, а просто хоть одно упражнение делать и в дальнейшем все тяжелее и тяжелей и человек вообще бросает заниматься йогой.

То есть наблюдается такая картина, человек не занимался йогой и вот он попал в жесткие, казарменные условия, где его гоняют. Он вдруг сделал колоссальный рывок, потом внешний надсмотрщик куда-то делся, а внутреннего стимула заниматься дальше, нет, человек скатывается и деградирует в ноль, а иногда еще и ниже. И все по той простой причине, что **самое трудное – это вырабатывать жизнь с позиции свободы, когда нет внешнего надсмотрщика, когда вы сами себе надсмотрщик, когда вы делаете все, не насилуя себя, так как насилуя себя, вы долго не сможете.**

Если вас кто-то извне сподвигает, т.е. всякое насилие, всякое давление извне какое-то время работает, а потом все разваливает. По этой же причине много чего развалилось. Вот почему во многих серьезных школах йоги считается, что, выполняя упражнения йоги или идя путем йоги, **вы должны испытывать радость, радость от преодоления себя, иногда радость от выполнения того или иного упражнения.** То есть, когда на заднем плане у вас нет надсмотрщика вы сами себе надсмотрщик. **Это гарантия того, что вы будете стабильно идти путем йоги.** Всякое насилие на время спасает ситуацию, а потом все разваливается.

Такая же аналогия в жизни мужчины и женщины – вы начинаете жить вместе, подавлять друг друга, выстраивать такие отношения, когда не даете друг другу свободы. С одной стороны, внешне смотришь на такую пару – все замечательно у них, дети растут, на работу ходят, вроде счастливы, как образцовая пара, но внешне не видно, что есть жесткие силы, которые принуждают их к такому

поведению. И вот в тот момент, когда эти жесткие причины исчезнут, и каждый член пары будет предоставлен сам себе, вдруг как из рога изобилия начнёт всплывать все насилие, которому вы себя подвергали, и вы начнете, фактически сами расшатывать и рушить систему ваших взаимоотношений и поэтому существует известная логика в Триаде.

## **Принципы, которые надо закладывать в совместную жизнь мужчины и женщины**

Какие базовые принципы закладывать в ваши взаимоотношения, чтобы в принципе не было этой бомбы замедленного действия? Что же это за принципы, которые надо закладывать в совместную жизнь мужчины и женщины? По сути, **самый главный принцип – это принцип свободы**. Если выстраиваете ваши взаимоотношения на принципе свободы друг друга, то тем самым автоматически устраняете насилие и устраняете внешнего надсмотрщика. С одной стороны, выстроить эти отношения достаточно сложно не подготовленному человеку, так как все общество демонстрирует другой сценарий, где есть внешние факторы, которые вас сдвигают вместе. Но, с другой стороны, если вы общаетесь по принципу свободы, то не существует во вселенной силы, которая смогла бы вам испортить жизнь, т.е. не существует такого риска, что в будущем приведет вас к страданиям.

На предыдущих лекциях мы говорили, что мы должны выиграть битву задолго до того как в нее вступили, т.е. вы должны заранее продумать правила игры, которые принципиально исключали бы все опасности вашего совместного проживания. Или от обратного – пользуясь этим **принципом свободы, принципом от обратного вы можете вывести все рекомендации Триады**, которые мы уже напоминали. Некоторые мы будем еще с вами рассматривать.

Начнем по порядку. Скажем, юноша и девушка достигли половой зрелости. Безусловно, **механизм защиты продолжения рода будет требовать от них поиска партнера, мужа или жены**, голод общения с противоположным полом будет затмевать разум, и, скажем, для девушки любой юноша будет более привлекательный, чем есть на самом деле, и любая девушка для юноши будет более привлекательна, чем она есть на самом деле. Безусловно, можно сделать ошибку, связав свою судьбу с первым встречным, со всеми вытекающими последствиями.

Поэтому здесь идет фактор вашей личной свободы. Что вы можем сделать? Вы можете, во-первых, осознать природу вещей, природу того, что **по большому счету тянет не мужчину к женщине, не женщину к мужчине, а это тяга вашего высшего Я к Абсолюту. Если есть этот контакт между высшим Я и Абсолютом, то и есть влечение**.

Допустим, если мы говорим о влечении между мужчиной и женщиной, то оно облекается в формы сознания и энергии. Ваше высшее Я, которое бесполо, если вы мужчина проявляется через фактор сознания и ищет фактор энергии или по-другому ищет Абсолют, который проявляется через фактор энергии. Наиболее сильно он проявляется через женское тело, через женщину.

**Если вы с самого начала понимаете риск того, что если вы схватитесь за форму и забудете про содержание, то вы обречены на страдания. Вы изначально осознаете, что вам нужно ни больше, ни меньше как Абсолют**. Сама богиня вселенной вам нужна ни больше, ни меньше. Если у вас акцент смещается в правильную сторону, то тогда вы перестаете цепляться за форму. Скажем, женщина перестает очень болезненно реагировать на ее недостатки, которые, безусловно, в дальнейшем обнаружатся.

То есть если вы недавно вместе, то все в ореоле иллюзии. Вы не видите многих недоработок, так же как она не видит ваших, но потом вы становитесь все ближе и ближе и вы видите недостатки друг друга. Вы должны очень четко понимать, что в этом смысле это не какой-то закон природы, что у женщины этот недостаток какая-то неотъемлемая часть – нет – это кармический отпечаток, который может быть устранен. Это перестает быть для вас камнем преткновения, если вы чувствуете за женой Высшее, Абсолют, вы меньше концентрируетесь на том, что вам не нравится в ней, соответственно создаете маневр или площадку, чтоб она безболезненно это устранила.

Безусловно, следующий момент вашей свободы траектория Триады. **Траектория свободы заключается в том, что вы должны отдать священный долг и для этого, нужна жена**, чтобы она вам нарожала детей. **А как выбрать жену?** В тех моментах, где вы можете хоть что-то сделать, делайте, а также уповать на запредельные силы вселенной в тех моментах, где вы сделать ничего не можете. Так вы выстраиваете в дальнейшем свою политику поиска жены. **Начинаете общаться с единомышленниками и с людьми подобным себе.**

Затем, скажем, вы нашли себе жену и если вы помните, что конфликты запрограммированы на уровне того, что вы смотрите на вселенную одними глазами, а она смотрит другими, то это дает вам шанс, шанс понять, что конфликты будут. Если вы предупреждены – значит вооружены. Значит, когда эти конфликты будут разворачиваться, вы уже будете, философски относиться к ним. Они престанут для вас быть, как «свет клином сошелся» и вы сможете входить в состояние и отпускать ситуацию. А бывают такие жизненные ситуации, которые хоть немножко отпустить, они сами разрешаются, а бывают такие хитрые узлы, которые чем больше пытаешься развязать, тем больше затягиваешь.

Наконец, вообще для женщины твоя оболочка как мужчины это как оболочка, через которую светит Абсолют, и на меньшее она не согласна! Если ты понимаешь, что спустя время, этот Абсолют мелькнет через другого мужчину, то должен понимать, что в обоих случаях, как с тобой, так и с другим мужчиной, она хотела лишь одного Абсолюта. И если ты это понимаешь, то уже в принципе исключаешь ревность, потому что в противном случае с этим нужно что-то делать выкручивать руки, заставлять жену, чтоб она на других не смотрела, а смотрела только на тебя, со всеми вытекающими последствиями - а это проигрышный вариант и очень затратный. Не будете же вы сыщиком 24 часа в сутки, точно также в отношении женщин.

Если вы, будучи женщиной, относитесь к своему мужу как Абсолюту, то у вас и будет отношение не мелочное. У вас не будет всякого рода заглядываний в телефон и чтений всех смс в надежде определить, не появилось ли у него там кого-то на стороне. Вы не будете вскрывать почтовые ящики, и смотреть, нет ли там любовных посланий или следить за ним, куда он пошел туда или сюда.

Большое количество женщин не дают себе отчета, что они очень ревностно начинают хвататься за мужчину и следить за ним. Тут и ревность и страх потерять и самое обидное, что это делает жизнь самой женщины невыносимой и страшно тяжелой.

Так вот если вы изначально, будучи женщиной, не соглашаетесь ни на кого кроме Абсолюта, то вам нет надобности, читать смс на его телефоне, следить за ним, шпионить, Абсолют и так всегда с вами окажется.

**Если этот мужчина от вас уйдет, значит – это и не был ваш мужчина, т.е. если вы изначально закладываете правила игры, что все, что моё от меня никуда не денется, а все что мне не принадлежит я это не удержу. Очень много внутренних проблем у вас решится, гора с плеч спадет.**

Следующий момент: вы живете долго с мужем или женой и как мы помним, если нет влюбленности, то есть вы не видите всю вселенную целиком, а видите только кусочек, то другие фрагменты вы начинаете брать из окружающего вас пространства в надежде выстроить целое. И эти мысли начинают возникать бессознательно, что муж не возбуждает, что не хочется секса с ним. А вот случайный мужик прошел, и так вдохновил, и так завел, и так в тонус привел, хотя совершенно незнаком и вообще не понятно почему, а женщина ничего с собой поделаться не может, боится даже иной раз признаться в этом, прогоняет эти мысли. Заканчивается это тем, что эти мысли в бессознательном сне сняться, если не сны, то бессознательное влечение к одному и увядание влечения к другому – не хочется со своим мужем и все, нет чего-то и все.

Мы потом с вами поговорим, как перетереть это нежелание, на этом построены очень серьезные практики. Опять же, как к этому относится – можно рвать на себе волосы и говорить, что это был не мой муж и искать себе мужа. А можно подходить с концепции, по сути, мне нужен был не муж, а вся вселенная и тот факт, что какое-то время Вселенная не светит через форму моего мужа,

а блеснула через другую форму, другого человека – ну и хорошо. По сути то, что я вижу в другом, то и есть, то, что я видела до этого в моем муже. Таким образом, и решается проблема.

Обратная ситуация – женщина занимается с мужем сексом, и надо было, мужу проговорится, что занимаясь сексом со своей женой, он представляет, что занимается сексом с кем-то другим. Это достаточно типичное проявление бессознательного поведения. Вообще все те мысли, которые связаны с сексом, приходят бессознательно и неконтролируемо и так же уходят. И, конечно же, состояние у женщины такое вот как ей казалось она лежит в объятиях любимого мужа, а тут как будто ее холодной водой облили, оказывается, мыслями муж был не со мной, а с той блондинкой с соседнего подъезда с третьего этажа. Для женщины шок!!! Внутри все зажалось: «Меня не хотят!». Сразу комплекс: «Я какая-то ущербная». «Я не возбуждаю». Тут же жутчайшая обида на своего мужа. «Как ты мог? Ты на меня смотри, ты обо мне думай, а не представляй ту блондинку» - а бедный мужик уже и не рад, что вообще такое взболтнул, потому что все бесконтрольно происходило, а он – дурак решил пооткровенничать со своей женой, думая, что она уже все понимает и принимает.

Он не учитывает, что столетия и тысячелетия женщин забивали камнями, дабы их поработить. Он думал, что он свою богиню раскрыл, что он с нею на равных, что она его с полуслова понимает, выкинув все темные века из истории как если их и не было, а ведь на самом деле ничего не делалось. Опять же для женщины ужасный шок. Как же так меня не хотят, а, занимаясь сексом, представляют блондинку с соседнего подъезда – это сразу же загнать себя в угол страданий, причем, неразрешимых. **Ведь вы не сможете контролировать мысли мужа, поэтому вы должны выстраивать отношения со своим мужем - "победить, не вступая в схватку".**

И если вы понимаете, что по сути дела ему та блондинка с соседнего подъезда с третьего этажа совершенно до фонаря, мужу нужна его единственная жена – Абсолют! И если до этого он видел проблески Абсолюта в жене, то теперь он увидел в этой блондинке, то следующий разумный шаг – это не зажаться и замкнуться, а наоборот отпустить и расшириться и медитировать – да, я Богиня Шри, да я во всех женщинах одновременно! И все мужчины, которые хотят других женщин на самом деле хотят меня. Так как я везде! А вот мой муж молодец разглядел Богиню не только во мне, но еще и в той блондинке.

То, что я сейчас говорю легко декларировать, но когда вы с этим столкнетесь в жизни, вы будете по инерции зажиматься, страдать, ревновать, пугаться. Потому что тысячелетия были на это заточены - удержать хоть какое-то время мужа или жену, любыми средствами, вплоть до избивения камнями, а там глядишь и смерть недалеко. Так как средняя продолжительность жизни 30-40 лет была, 40 лет – это уже старость ужасная. Пушкин А.С. считал себя в 30 лет бывалым, усталым от жизни и таким потертым калачом. Почитайте произведения совсем недавней эпохи.

Поэтому, если же вы изначально закладываете, будучи женщиной, свободу вашего мужа, т.е. он свободен, видеть вас в любом теле, потому что он стремится к богине Шри или богине Вселенной, а вы и есть она. А почему вы есть она, а потому что вам нужен ни больше, ни меньше как Абсолют - мужчина олицетворение всей Вселенной.

Случается очень интересный эффект, инстинктивно вы все равно будете сжиматься, но эта правильная мысль будет делать эти страдания сначала не очень острыми, и вы будете склонны быстрее разжиматься и забывать до следующего раза, а со временем вам вообще надоест сжиматься. Начнут уходить иллюзии в отношении себя – для женщин это наиболее важно, женщины страшно комплексуют. А как им не комплексовать? Если много лет за меньшее женщин убивали, за приданное убивали. Женщина начинает комплексовать по поводу своей фигуры, а вот я слишком толстая, а вот я слишком худая, а вот у меня груди слишком маленькие, а вот у меня груди слишком большие и вот прочая чушь прет.

Причем, каждая мысль это не просто мысль – это сжигающая мысль. После таких мыслей женщина как комочек, и каждое такое слово мужчины может ее заставить сжаться, за этим идет страдание и усиление комплексов. А **если женщина в себя не верит, испытывает комплексы, то возникает ревность**. Она старается любыми способами мужика удержать, тем самым порождает фактор внешнего усилия, то есть действительно, пока она его держит за причинное тело он никуда не рыпнется, у нее все телефоны, адреса – все под контролем, она и на работе уже побывала, узнала

всех соблазнительных секретарш. Все под контролем, но она превращается в тюремщика, она лишает его свободы, т.е. как только будет у мужчины малейшая возможность увильнуть от этого контроля он, безусловно, увильнёт. А воспоминания обо всех годах, когда его вот так держали, вызовет бурю протеста. И такой мужчина если расхочется, то он бежит куда угодно.

**Этого всего вы будете избегать, если изначально будете закладывать в своих отношениях принцип свободы и уважения другого.**

Это же касается практики с другими партнерами или партнершами. Что если ваш муж ритуально с вашего согласия сделал несколько сексуальных практик с другими женщинами, то это как прививка женщине. Всё вроде есть и муж никуда не убежал, и хватать его не надо, и вообще пускай этот муж найдет себе другую такую же жену, которая давала бы ему столько же свободы, как и я. И это самым волшебным образом действует на мужчин, ведь в мужчину природа заложила черты самца. Ему страшна сама мысль, как это так его свободу ограничили, а когда его жена ему говорит, да я тебя не ревную, если соблюдаются три принципа йоги, то вперед, случается абсолютно удивительная вещь – вдруг мужчине самому не хочется.

А если зажимать его, то каждая женщина как запретный плод будет вызывать желание. Аналогичная ситуация со стороны мужчины, т.е. если мужчина дает свободу женщине, ей не надо ему врать, изворачиваться и прочее. Тогда ваша пара становится неразрывной, просто нет такой силы, которая смогла бы вас разорвать, **потому что вы уважаете свободу друг друга и вы вместе, потому что от совместной жизни ваша свобода больше, чем по отдельности.**

Вы будете всеми силами стремиться сохранить свободу, то есть семью, тем более, если вы устойчивая пара, которая живет очень долго друг с другом, знает характер друг друга, знает слабые стороны, помогает друг другу. Это, не говоря о Триаде, у которой в арсенале есть ряд сексуальных практик, которые предназначены для них.

## **К чему приводит правильное занятие сексом**

В сексуальных практиках заложен огромный потенциал. Если правильным образом заниматься сексом, то, как ни странно, вы будете достигать таких высот или, выражаясь словами триады, приближаться к точке Йоги.

Вы реально будете в своей постели со своим мужем или женой достигать настолько высокие экстатические состояния по расплавлению и очищению внутренних структур, что в момент занятия таким сексом теряется грань, где заканчивается физически ваша жена и начинается окружающая вселенная со всеми женщинами мира или наоборот где заканчивается ваш муж и где начинается окружающая вселенная со всеми мужчинами мира. Это странный интуитивный уровень, на который мы можем выпрыгнуть за счет сексуальных практик.

Когда вы вдруг будете ловить себя на состоянии, что сейчас вы осознаете весь земной шар и любая пара людей, занимающаяся сексом это вы. То есть вы как Абсолют внутри каждого человека, то есть исчезла ваша жена, она как бы стала воротами во всех женщин мира, исчез ваш муж – это ворота во всех мужчин мира. И этим значительно ослабляется действием закона 4 и 5, значительно, но не полностью, полностью не устраняется.

У вас уже нет такого жесткого голода в других аспектах, из-за которого вы могли пойти на приключения, то есть вести какие-то случайные сексуальные связи. Более того, жена говорит мужу: «Практикуй с достойными женщинами, не с первыми встречными смазливими девчушками, которые тебя уведут, а с другими, от которых не будет проблем. Мне все равно, потому что это тот уровень, на котором нет разницы между мной и другой женщиной».

Тут мы подходим к **фундаментальному скачку в практиках Йоги Триады, к принципу, когда вы приближаетесь к осознанию своего Я и через это окно своего Я начинаете понимать мантру-формулу, которая по-русски звучит: «Ты есть Все».** То есть создается очень четкое ощущение в жизни, которое отличается от обычного.

В обычном состоянии мы с вами живем и у нас есть как бы точка наблюдения она, где-то внутри нас, мы все видим через призму своего тела, воспринимаем сначала свое тело затем

окружающий мир. Есть жесткая привязка, как если бы мы были птичка, а наше тело клетка, представьте, что такими практиками, когда ваша жена сознательно дает вам свободу и расширяет себя до всех женщин, создается очень странный перенос акцента в восприятии мира.

Такой эффект иногда наблюдается у спортсменов, перед стартом вдруг спортсмен видит себя со стороны, видит всю ситуацию изнутри наружу и как бы со стороны себя же. Иногда говорят, что у людей в состоянии клинической смерти бывает, что он себя видит со стороны, а по сути дела вы начинаете приближаться к своему высшему Я, а для вашего понятия Высшего Я нет пространства. Любая точка пространства может быть точкой вашего Я. Тот факт, что вы привязываете это к своему телу всего лишь привычка.

Занимаясь, таким образом, сексуальными практиками вы как бы понемногу отвыкаете, от этой привычки и возникает ощущение, что вы сразу везде, во всех телах. У женщин-йогинок, после этого не возникает ревности в принципе, она не может ревновать сама себя к самой себе. Она вдруг понимает, что все женщины это она – это странное состояние и на нем построены очень многие сверхспособности, которые в йоге не очень любят, потому что они очень отвлекают.

Но, когда вы перестаете цепляться за свое представление о себе, когда тот факт что вы видите в своем муже только Абсолюта и позволяете ему видеть в себе только лишь Абсолюта, как через свое тело, так и через тела других женщин, то вы как женщина расширяетесь до всех женщин.

И, во-первых, исчезают все комплексы о своем теле, вам становится все равно, какая у вас фигура, какие у вас груди, какой у вас вес, вообще, все. Так как вы вдруг понимаете, что тело это одно из окошек, через которое вы можете смотреть на мир, но вы можете взглянуть на мир через тело другой женщины. А когда вы отпускаете тело, это оно, на первый взгляд такое твердое, на самом деле оно податливое, оно невольно начинает трансформироваться под тот образ, который вы хотите видеть, и женщина мгновенно преображается.

Все женщины, которые занимались серьезно йогой, демонстрировали удивительные метаморфозы. Они были безумно красивыми. Такое впечатление, что внутри них какой-то источник света, они буквально светились, они просто притягательны, от них глаз нельзя оторвать. Причем знаете это в истинном смысле красота. Без макияжа и одежды с прической или без, но в каждом жесте в ее теле открывается богиня.

Я вам скажу, когда с этим сталкиваешься, крышу рвет даже у таких йогов, бывалых аскетов. Вы просто не в состоянии больше ни о ком думать, как только об этой женщине, у тебя все мысли к ней притягиваются. Так вот состояние очень открытое – антиревность. **Да и ревновать не к кому – я везде, а вслед за этим совсем другая точка восприятия мира.**

**Друзья, бойтесь хорошей жизни, вы можете быть не готовы к ней, это может быть не хорошая жизнь, а утонченная карма.** Как бы мы не выстраивали свои взаимоотношения, помните, что если из-за этих взаимоотношений свобода увеличивается, то эти отношения в принципе неразрывные и все кармические недоработки вы перетрете достаточно быстро.

**Помните, если ваши отношения построены не на жесткой палочной дисциплине, оттого, что вы в безвыходном положении, а на том, что ваш выбор осознанный, то это гарантия того, что у вас есть предпосылки для счастья.**

Вот поэтому следует помнить, что вы находитесь в состоянии, когда вы очень хотите секса, то это достаточно опасное состояние, если вы одиноки. Вы можете связать свою жизнь с первым встречным, поэтому рекомендуются сексуальные практики, дабы сублимировать эту энергию, чтоб у вас выработалось время для поиска настоящего мужа или жены, партнера или партнерши. **Не переживайте по поводу того, что вы одиноки, может тот факт, что вы сейчас одиноки это самая ваша благая карма, которую вы можете получить в этой вселенной, потому что у вас есть время подготовиться к встрече.**

Если вы встретитесь неподготовленными, то вы можете связать свою жизнь с первым встречным. Опять-таки с «первым встречным» в кавычках, так как это может быть ваша негативная карма, и вы можете изначально выстраивать свою жизнь по принципу, в котором заложена бомба замедленного действия, отсутствия свободы.

Если вы уже живете с человеком, не спешите разрывать с ним отношения, сделайте максимально от вас зависимое чтобы их гармонизировать, помните, что ни секунды лишней вы не проживете с человеком, если ваша негативная карма исчерпалась. Если вы живете с человеком и вас с ним что-то связывает, это говорит о том, что у вас с ним есть негативная карма, которая вас спрессовывает вместе, но в тот момент, когда она переработается, вы останетесь в состоянии свободы.

Вы будете предоставлены сами себе, повернутся невидимые шестерёнки вселенной и все само собой станет. **Самое главное вы должны помнить, что основа всего – это Родовая Йога. Как ни странно наличие детей очень стабилизирует ситуацию в отношениях между мужчиной и женщиной. Дети – это очень положительный фактор.**

**Вопросы:**

**Басим:**

Могут ли быть отработаны некоторые сексуальные фантазии во сне?

**Вадим Запорожцев:**

Да. По сути, так и происходит, при помощи Йоги сновидения можно отрабатывать. На самом деле в арсенале Йога Триады есть еще множество таких вещей, о которых я еще не упоминал. Дело в том, что если у вас будет устойчивая пара, то со временем вы научитесь очень странным вещам в сексе.

Физический уровень абсолютно необходим для людей, так как у нас есть тела людей. Но если вы отработали на физическом уровне, как со своей женой, так и с другими партнершами, то есть вас не держит зацепка противоречий со своей женой, а также зацепки противоречий соответственно закона 4 и 5, подчеркиваю, на физическом уровне, то везде галочки проставляются. Вы выходите на более тонкий уровень. Если на тонком уровне все галочки проставлены, то идет секс на причинном уровне.

**По степени наслаждения каждый следующий уровень в десятки раз сильнее предыдущего.** Грубо говоря, если вы будете умело пользоваться своим физическим телом, то вы можете выжать из своих тел такие духовные высоты, что среднестатистическому человеку, при его коротком занятии сексом, даже не снились. Среднестатистические люди даже не знают, что они обладатели таких возможностей, но по причине образования культурной среды и прочего они просто не догадываются об этих скрытых горизонтах наслаждения. Достигнув их, включается второй уровень тонкого тела, потом причинного.

Есть такая аналогия - Сергей Павлович Королев запустил в космос ракету. В устройстве ракеты три ступени: первая от земли оторвалась, подняла ракету до какой-то высоты, потом ступень отвалилась. Включилась вторая ступень и еще выше подняла ракету и также отвалилась. Включилась третья ступень и вывела вас в космос абсолютных наслаждений. Примерно та же ситуация здесь.

Уровень наслаждения на уровне физического тела очень высок, настолько высок, что среднестатистический человек даже не предполагает, но он все равно ничто по сравнению с вашим следующим шагом на уровне тонкого тела, а те в свою очередь ничто по сравнению с уровнем причинного тела. Поэтому женщина, которая победила в себе ревность, начинает осознавать, что она во всех женщинах, и невольно побеждает все ограничения физического уровня. Она склонна выходить на уровень тонкого тела, когда она во всех женщинах. А там еще выше до причинного уровня, но об этом пока говорить не будем.

Это чрезвычайно высокие состояния – состояния приближения к Самадхи, высшему состоянию в йоге через сексуальность, т.е. **наслаждение в сексуальности можно использовать как способ достижения высшего состояния в йоге.** Словами Йога сутр Патанджали на поверхности вашего будхи или, грубо говоря, разума, есть всего лишь одна мыслеформа - переживание сексуального союза. Затем, достигнув высоты, эта последняя мыслеформа исчезает и у вас наблюдается самадхи без объекта. Когда ваше высшее Я и Абсолют начинают сливаться, как если бы это было слияние

через сексуальную связь. В свое время это были достаточно закрытые Йоги, поэтому с этой точки зрения Йога Триада ни в коем случае не отходит от общей линии Йоги вообще.

Общая линия йоги – это ваше конечное освобождение или достижения высочайшего состояния Самадхи, другими словами – достижение вами высочайшего состояния свободы. Ваше освобождение, если вы взаимодействуете как мужчина и женщина с позиции свободы, т.е. когда вы вместе ваша свобода больше, чем по отдельности, то вы становитесь трамплином друг для друга. От относительной свободы ваших тел эмоций мыслей до абсолютной ничем не обусловленной свободы. С точки зрения логической обоснованности Йога Триада очень красиво попадает в общую схему, например, Йога сутр Патанджали или быстрых методов. Фактически Триада – это то же самое, но с задействованием сексуальности.

### **Вопрос:**

Скажите, а вот если во время йоги союза исчезает ощущение тела партнера можно ли это как-то связать с Ритой?

### **Вадим Запорожцев:**

Есть в ведических знаниях понятие гармонии – Риты. Если вы живете со своим мужем или женой таким образом, что уважаете и расширяете свободу друг друга, если ваша свобода вместе больше чем свобода по отдельности, то это может быть, только в одном случае если вы уловили Риту. Риту семейной жизни или закон целесообразности Вселенной – почему у нас две руки, две ноги, голова, почему мы в принципе занимаемся сексом и т.д.

### **Вопрос:**

На прошлой лекции прозвучал вопрос. Касался он того, что женщине предписывается или рекомендуется никогда не отказывать мужчине в сексе. А есть ли симметричное положение для мужчин? Что бы мужчина никогда не отказывал в сексе женщине?

### **Вадим Запорожцев:**

Это достаточно серьезная проблема для многих женщин. По той простой причине, что тысячелетия и столетия игнорирования женских предпочтений сформировало такую соответствующую культуру поведения мужчин, точнее сказать, не культуру, а бескультурие. Современные мужчины по своей природе занимаются сексом мало и очень быстро с потерей семени, после чего мужчине требуется значительное время, что бы он восстановил силы.

У молодых на это может уходить несколько минут, у мужчин средних лет пару часов, у мужчин пожилого возраста на это может уходить несколько дней, если не недель, но все также еще усугубляется многими такими факторами как время года, физическое состояние, образ жизни, и прочим.

Поэтому если мы рассматриваем мужчину, у которого секс длится пару минут, после чего мужчина просто физически не в состоянии заниматься сексом по той простой причине, что у него нет эрекции, а без эрекции собственно секс относителен для женщины, поэтому требовать от такого мужчины что-либо бессмысленно. Он и рад вам все это предоставить, но не может.

В древних текстах встречаются упоминания, некий обет для мужчин, в частности Йогов, которые ведут одинокий образ жизни, у которых нет жены и семьи, не отказывать женщине в детях. Если женщина увидела странствующего Йогина и захотела от него ребенка, то предписывалось мужчине никогда не отказывать ей в этом, хотя, там есть не совсем понятные описания, в каком случае могут быть исключения, а в каком нельзя делать исключения.

Подразумевалось не просто секс для удовлетворения женщины и получения женщиной наслаждения, а подразумевалось возможность для женщины забеременеть. Такой обет встречается довольно часто в древней литературе, а просто, чтобы мужчина не отказывал женщине для простого

физического удовлетворения желаний и испытания оргазма, мне не попадалось, но, вы понимаете, что я не сто процентный знаток всего.

Идея следующая - если мужчина приближается к осознанию занятием сексом без потерь, то, как ни странно, такой проблемы для женщины никогда не возникает, так как мужчина всегда готов и всегда это сделает с близкой ему женщиной. Безусловно, есть много факторов, которые могут влиять на эрекцию даже у мужчин, которые занимаются йогой, сексом без потерь, в частности, это определенного плана сексуальные практики в Триаде, где просто исторически об этом предупреждают, что в принципе у мужчины может не наблюдаться эрекции, хотя предполагается, что он будет заниматься сексуальной практикой. Это отдельный очень серьезный раздел. Мы, может быть, коснёмся его.

### **Вопрос:**

Складывается такое впечатление, что партнеры недобирают до ста процентов, нет никакой гармонии в отношении. Вы сказали, что женщина никогда не должна отказывать мужчине в сексе.

### **Вадим Запорожцев:**

Я такого не говорил. Я говорил, что одна из самых разумных рекомендаций которую вы можете получить в Йоге Триаде для женщины, это никогда не отказывать мужчине. И это рекомендация, во-первых, не для обычных людей с улицы, а только лишь для тех, кто идет путем Триады, мы сразу разделяем. Взять и всех заставить нельзя.

**Вы помните, что йога это система не предписания, а рекомендаций.** Самое хорошее, что может сделать женщина, она должна понимать, что у мужчины есть кнопка, очень серьезная кнопка, кармически обусловленная, запрограммированная, то есть зависимость мужчины от женщины в сексе очень сильная. И понятно, что **когда ты понимаешь, что от тебя кто-то зависит, то никогда не злоупотребляй этим, не делай человека рабом.**

### **Вопрос:**

Мне кажется, что если у женщины нет желаний, то не получится сто процентной гармонии.

### **Вадим Запорожцев:**

Речь тут не идет о сто процентной гармонии. Здесь идет такой сценарий – у мужчины всплеск безумствующего желания и обусловлен он может быть множеством явных и скрытых причин. Во-первых, физиологическим устройством, во-вторых, механизмом защиты продолжения рода, который требует от него сексуальной приподнятости. Он как самец должен оплодотворять как можно больше самок. И многие другие факторы, о которых мы сейчас говорить не будем. **Получается, что бывают такие моменты обусловленности как кризис на уровне всех его структур. Если в этот момент женщина не продемонстрирует деликатность в понимании, то фактически она сама подтолкнет его к поиску других партнерш,** поэтому говорить здесь о гармонии не приходится.

Это выбор между плохим и очень плохим. Именно поэтому это и идет как рекомендация, именно поэтому эта рекомендация для людей, отвечающих за себя, отвечающих за своих родных и близких, за своего мужа. Это для женщины, которая с пониманием и уважением относится к своему мужу. Еще раз это не от хорошей жизни. Нет, об этом речь даже не идет.

Речь идет об обратном. Если этого не сделать, то это нанесет страшнейший удар по мужчине. Страшнейший. Самое недалёковидное, что может сделать женщина, это шантажировать мужчину сексом. Это самое большое безумие, которое может демонстрировать женщина, хуже даже придумать трудно для совместных отношений.

Но вы помните, что дается симметричная рекомендация для мужчин, тоже не самая приятная на самом деле. Потому что даже сами женщины очень часто отдают себе отчет, что они парой бывают, мягко говоря, несправедливы. Иногда они сознательно «пилят» или придираются, или выказывают не удовольствие или губки надувают и так далее и так далее. Порой их такая волна захватывает, они сами не могут ничего поделать, просто несет и все. В этом отношении мужчине крайне тяжело

терпеть такое поведение от женщины, чрезвычайно тяжело. Во-первых, мужчина не может понять. Мужчины пытаются в первую очередь логически понять, они начинают искать причину, почему у тебя плохое настроение, может он что-то неправильно сказал или сделал. Т.е. мужчина будет пытаться, во-первых, логически осмыслить, в чем причина, никак не догадываясь о том, что причины может и не быть. Т.е. причина может быть совсем не он, а много других факторов. Откуда это берется? **Точно также как природа заставляет его быть активным и зависеть от женщины, от секса, точно так же природа заставляет женщину иногда проверять на прочность мужчину.** Это также входит в правила игры, немножко отравлять ему жизнь. Так сделана женщина и ничего, с собой, сделать не может.

Если вы видите рядом с собой мужчину, который прощает вам все ваши капризульки, плохое настроение, и ведет себя, так как будто ничего не случилось. То, во-первых, вы заужаете такого мужчину как стабильное сознание, то есть того человека, на которого всегда можно положиться, какое бы у вас не было настроение. Во-вторых, как ни странно вот этой своей невозмутимостью он поможет вам стабилизировать ваше внутреннее состояние, потому что женщины сами мучаются от такого своего поведения. Ведь даже замечено, что женщина на определенном этапе совместной жизни, начинает своими руками рушить совместную жизнь.

У О'Генри был рассказ «Персики». Когда женщина захотела персик, прочитайте, что сделал главный герой для этого. Почитайте, рекомендую.

Поэтому это не железные правила, а только лишь рекомендации для людей, собирающихся идти этим путем. Для обычных людей мы вообще ничего не можем сказать. Помним, что все люди свободны и живут, так как они хотят и могут принимать те или иные правила игры. Другое дело, что они потом будут получать последствия от каких-то неправильных поступков, дел. Никто не может подменить их свободу делать глупости, никто.

### **Вопрос:**

Мне кажется, что люди, идущие путем Триады, как-то учатся управлять своими чувствами, эмоциями, амбициями?

### **Вадим Запорожцев:**

Вопрос не стоит в том, что мужчина должен умирающую жену на последнем издыхании сексуально использовать. Вы тоже отдаете себе отчет в том, что все, безусловно, всё понимают – и состояние мужчины и состояние женщины, но при прочих равных и при прочих условиях. Да, это тяжело для женщины также как и тяжело, для мужчины терпеть заскоки женщины.

Вы должны понять, что многие вопросы в Триаде должны решаться от обратного, вы в принципе не придумаете другой механизм, который разрешил бы эту ситуацию. Если бы можно было бы обойтись без этого – этого бы не было. Еще раз, это не от хорошей жизни. Вы помните, что совершенным Йогам и Йогиням Триада не нужна. Они уже и так совершенны. Нужны все эти рекомендации для нас с вами, пока мы еще подвержены всякого рода вспышкам, эмоциям и так далее.

Здесь есть такая разумная стратегия жизни при минимуме потерь. Есть такое слово очень популярное, и звучит оно как Дефолт. Одним из возможных переводов на русский язык это как «по умолчанию». Или по-другому не хотите по-хорошему, будет так, как будет. Т.е. до первой подвернувшейся девчушки и вашего мужа понесет. Аналогичная ситуация в отношении женщин – попадетс первый попавшийся донжуан, который сделает комплимент вашей жене, и у вашей жены «крыша поедет» со всеми вытекающими последствиями. И проблем от этого будет гораздо больше. А так как это будут новые отношения, когда еще партнеры не успели наесться друг другом, будет и новизна и аура совместно влечения друг к другу и какая-то романтика. Грубо говоря, муж или жена все больше будут к вам охладевать.

Вы понимаете, что эти рекомендации больше от обратного. **Идеал любых отношений, когда вы все делаете в гармонии**, но не забывайте, что у вас есть кармические отпечатки, образ жизни, масса еще всего, что может сделать ваше поведение не управляемым.

## Вопрос:

На одной из лекций мы говорили, что если мы одного из партнеров представляем, как Абсолюта то если есть потеря, то это не считается потерей. Я правильно понял?

## Вадим Запорожцев:

Нет. Достаточно тяжелый вопрос, касающийся потери в сексе. Один из самых не очевидных. На всех наших предыдущих лекциях мы так лихо с вами делили секс на секс с потерями и без потерь. И на каждый ваш вопрос, а как это? А что это? Я всегда уходил от этого вопроса и говорил потом, потом. По той простой причине, что это действительно очень сложный вопрос, он неочевидный. Поэтому, если с формальной точки зрения проанализировать или с чисто математической позиции взглянуть на ситуацию, что такое потеря? У вас, что-то было, а затем не стало – тогда можем говорить о потере. Если же Вы и Абсолют единое целое и что-то было у вас и переместилось в Абсолют, можем ли мы говорить о потере? Нет. Вы из одного кармана переложили в другой, какая же это потеря?

И вот в этом заключалась логика, что на определенном уровне духовного развития, на определенном уровне вашей жизни начинает вдруг постепенно стираться, а потом и вовсе исчезает понятие потерь. Случиться это не раньше, чем вы приблизитесь к концепции Абсолюта и к концепции, чем вы являетесь на самом деле, т.е. своим собственным высшим Я. **До тех же пор пока вы сами прочерчиваете границу, мы можем говорить о потерях.**

Опять же, если вы взяли, одну вещь и переложили, из одного кармана в другой вы ее не потеряли. Вы можете воспользоваться ею в любой момент. А если вы вытащили из своего кармана и переложили в карман кого-то неизвестного, а он ушел. Вы можете воспользоваться этой вещью? Нет. Тогда мы говорим о потере. Здесь та же самая логика, но здесь я как бы общий скелет прочертил. На самом деле мы еще будем в дальнейшем говорить на эту тему.

**Или следующий момент, когда не бывает потерь в принципе. Например, когда от вашего занятия сексом рождаются дети или ваше занятие сексом, предполагает, что от него будут рождаться дети.** Вы понимаете, это мы сейчас знаем, что у женщины есть определенные циклы, что в одно время возможно оплодотворение, а в какие-то другие моменты просто физиологически не возможно. Это мы сейчас такие умные знаем, еще сто лет назад об этом смутно догадывались. Еще в более ранней период истории никто этого не понимал, поэтому с определенной регулярностью занимались сексом для продолжения жизни. Если от этого к вам приходила жизнь, какая тут потеря? Ничего вы не потеряли, а скорее приобрели. А с формальной точки зрения для этого вы должны были стать не больше и не меньше как Абсолют. Ваша жена тоже не больше и не меньше как Абсолют, тогда нет потерь. Вот такая логика.

Зарождение жизни невозможно, если вы хотя бы в доли секунды не олицетворяли бы собой Абсолюта в женской и мужской форме, даже если вы сами не догадываетесь об этом. Вот почему в Родовой Йоге такое священное отношение к родителям. Если вы живы, значит, хоть в какой-то момент они олицетворяли собой Абсолют, иначе вы бы просто на свет не появились. Все проблемы человечества в том, что мы не растрчиваем энергию наслаждения и испытываем дискомфорт, ищем случайных или не разумных сексуальных связей и в результате тратим и энергию наслаждения, и энергию продолжения рода. В этом собственно опасность секса.

Почему все религии как ополчились против секса, почему все системы, начиная от коммунистической и заканчивая любой другой, так же были против секса. Именно по этой причине, что это всегда шанс не правильно воспользоваться. **Поэтому в Йоге Триаде и делается такой серьезный акцент, что бы выбрать как можно больше энергии наслаждения и потратить как можно меньше энергии на продолжение жизни, хотя бы в каких-то грубых приближениях.** То есть если вы сэкономили энергии наслаждения, к примеру, у вас сто процентов того и другого и если во время занятия сексом вы выбрали восемьдесят процентов энергии наслаждения, но потратили всего двадцать на продолжения рода то это баланс приемлемый. Баланс всегда приемлемый, если вы отходите от животного способа заниматься сексом.

**Чем больше вы в себе перерастаете животное, тем больше вы становитесь людьми, тем лучше в эволюционном плане.**

Сейчас я попрошу прочесть медитацию о первом, втором и третьем принципе йоги. Потому что все, что я говорил на этой лекции или вообще все, что относится к Йоге Триады – рабочее и имеет смысл только при условии, что человек принял три принципа йоги. Если человек еще в раздумье или вообще не знает, что это за принципы, то, по сути дела, все рекомендации, которые прозвучали, носят только ознакомительный вариант.

## **Медитация**

Садимся прямо, выпрямляем спину, шею, голову. Закрываем глаза.

### **Вспоминаем первый принцип Йоги.**

Не причинения вреда ни одному живому существу без крайней на то необходимости. Принцип нас призывает, если у нас есть возможность не причинять вред, то не причинять вред. Если же такой возможности нет, то принцип призывает нас поступать, так как велит нам наш долг.

Это самый главный принцип любой йоги. Жизнь полна сюрпризов и бывают ситуации, когда нас несет и именно в этих ситуациях должен срабатывать этот принцип, иначе, набравшись сил от йоги, человек превращается в страшный разрушительный фактор. Первый принцип называется принципом доброты.

Поэтому если мы хотим идти путем Йоги, то про себя повторяем:

**«Я хочу быть добрым! И Я буду добрым!»**

### **Вспоминаем второй принцип Йоги.**

Принцип не растрачивания себя по мелочам. Йога утверждает, что времени, знаний и сил нам хватит на достижение всех наших целей, но, если мы будем тратить, время и силы жизни, направляя свое внимание на дела неприоритетные, не приближающие нас к поставленным целям, то нас может не хватить. Поэтому, когда перед нами возникает любая деятельность, то второй принцип призывает нас, себя спросить, а ведет ли нас эта деятельность к нашим целям. Если не ведет, то безжалостно отбросить ее, как уводящую в сторону. Второй принцип часто называют принципом логики, принципом здравого смысла. Про себя повторяем:

**«Я хочу быть логичным и последовательным в своих делах! И Я буду логичным и последовательным!»**

### **Вспоминаем третий принцип Йоги.**

Принцип отказа от страданий. Никто и ничто не имеет права навязывать мне страдания. Так же принцип призывает не быть сухим и не быть безучастным к страданиям окружающих и активно помогать всем живым существам в обретении ими счастья. Если они этого хотят, если они приглашают нас помочь им. Если мы идем быстрыми методами йоги, если мы хотим быстро развиваться духовно, то мысленно про себя произносим:

**«Я хочу отказаться от страданий и хочу активно делать все от себя зависящее, что бы помогать всем живым существам по мере возможности в обретении ими счастья! И Я отказываюсь от страданий, и я буду помогать, всем живым существам обрести счастье!»**

**Так же вспоминаем, что надежным фундаментом для практики Йоги является ситуация, когда все вокруг счастливы.**

Поэтому переносим внимание в центр груди и в этой области представляем или видим большой красивый цветок.

Про себя произносим:

**«Да будут все живые существа счастливы!»**

И желаем счастья всем своим близким, родным, всем кого мы любим и всем кто любит нас.

Видим или представляем, как это пожелание в виде волны света выходит из центра груди и распространяется во все стороны и по всей Вселенной.

Еще раз мысленно произносим:

**«Да будут все живые существа счастливы!»**

И желаем счастья всем, кого мы не знаем и всем кто не знает нас. Всем кому мы безразличны и всем кто безразличен нам. Их бесчисленное множество и всем им мы желаем счастья.

Медитируем, как это пожелание выходит из центра груди и распространяется по всей вселенной.

И в третий раз мысленно произносим:

**«Да будут все живые существа счастливы!»**

И желаем счастья всем своим врагам явным и скрытым, всем недоброжелателям. Все они нам желают несчастья, мы же желаем им счастья.

Медитируем, как это пожелание выходит из центра груди и распространяется по всей вселенной. Достигает самых мрачных ее уголков.

Как самые тяжелые для нас ситуации изменяется на лучшие ситуации, а мы тем самым развязываем узелки своей негативной кармы.

Переносим внимание в область над макушкой головы и в этой области представляем образы Йогов и Йогинь древних учителей. Всех тех, кто донес до нас это древнейшее знание Йоги.

Если тяжело представить их образы можно представить образы своих родителей - маму и папу, а так же их родителей бабушек и дедушек и так далее и среди них обязательно будут учителя Йоги, которые дали нам импульс жизни в телах людей.

Все вместе они называются облаком школы.

И нам нужно установить с ними личную связь без посредников.

Им от нас ничего не нужно кроме одного, что бы мы были счастливы.

Также они крайне ненавязчивы и никогда не будут вмешиваться в нашу жизнь, если мы не пригласим их.

Принцип свободы воли священен.

Поэтому если нам нужно их внимание их присутствие их помощь, то активно приглашаем их войти в нашу жизнь, в нашу практику. Мысленно благодарим их.

Возвращаем внимание на дыхание.

Опускаем подбородок к груди.

Мягко открываем глаза.

На этом медитация закончена.