

Друзья, сегодня у нас 11 октября 2011 года, меня зовут Вадим Запорожцев, я преподаю йогу. Это лекции по йоге Триаде - йоге Влюбленности, Тантра йоге и йоге Союза для сайта площадки единомышленников, изучающих эти йоги. Вся информация находится по адресу www.yogatriada.ru, а также yogatriada.narod.ru.

Мы с вами продолжим рассматривать сложную тему- **тему секса и тему секса без потерь**. Вкратце я напомню вам основную мысль предыдущей лекции: согласно концепции йоги Триады, которая целиком и полностью опирается на положение древних Вед, есть следующая архиважная задача в жизни каждого человека, и, соответственно, реализация этой задачи. Архиважная задача заключается в том, чтобы достичь высшего состояния свободы, самадхи, недвойственности, счастья, просветления, освобождения, и так далее и тому подобное, много всяких слов для обозначения этого понятия. И вот, чтобы приблизиться к идеалам, провозглашенным в Ведах, требуется в первую очередь отдать священный долг или потратить часть своего сексуального потенциала на то, чтобы у вас родились дети. Если вы потратили часть своего сексуального потенциала на то, чтобы у вас родились дети, то автоматически многие тайные препятствия на пути вашего духовного роста совершенно незаметно исчезают для вас, и независимо от того, достигнете ли вы конечной цели, или достигнете ее, может быть, через много сотен жизней, это считается наиболее оптимальным и разумным вариантом использовать то чудо, которое называется сексуальность. То чудо, которое объединяет в себе для нас – обычных людей – способность создавать мост между бесконечно высоким духовным и обычным материальным и то, что доставляет нам сексуальное наслаждение. Именно по этой причине – чтобы дать возможность нам стать родителями – на протяжении всех миллионов жизней и был выработан механизм, когда проявление сексуальности, от которого рождаются дети, соединяется с проявлением, от которого мы получаем наслаждение. Поэтому если вы хотя бы несколько раз потратили этот потенциал, чтобы родились дети, считается, что даже все ваши последующие потери – когда вы занимаетесь сексом с потерями – они оправданы. Часть обязательно надо потратить на то, чтобы дать возможность родится другим, тогда даже если оставшуюся жизнь вы будете всё терять, то это будет не столь критично, а вот если вы эти импульсы, чтобы пришла Жизнь, не дадите, и будете растрчивать свой сексуальный потенциал, то это считается деградацией. Если же вопрос о продолжении Жизни не ставится, то тогда Триада (напомню вам предыдущую лекцию) призывает блюсти целомудрие, или по-другому: отделять ту часть, которая идет на продолжение Жизни от той части, которая идет на наслаждение. Поэтому, с позиции Триады, есть понятие Родовой йоги, то есть той йоги, которая регламентирует те наши действия, которые приводят к продолжению Жизни, а другая часть, которая идет на наслаждение, охватывается другим разделом, который называется Триада. Еще раз: то, **что мы называем «сексуальность» состоит из двух половинок: та, которая приводит к рождению и та, которая дает наслаждение**. Той частью, которая приводит к рождению, занимается Родовая йога. Той частью, которая идет на наслаждение, занимается Триада. Эти две йоги – Родовая йога и йога Триада – неотъемлемы друг от друга. Вы не можете заниматься Тριάдой, если вы не уважаете или не изучили Родовую йогу. Вы просто ничего не достигнете. Аналогичным образом, неразумно практиковать только лишь Родовую йогу, не будучи знакомым с Тριάдой. И получается, что Родовая йога и Йога Триада – это две стороны одной и той же медали, так или иначе связанной с тем проявлением, которое называется секс. И для того, чтобы, с одной стороны, в

максимальной степени убрать препятствия на своем духовном пути, надо придерживаться Родовой йоги, но, с другой стороны, чтобы это не превратилось для вас в непосильную ношу, следует, безусловно, знать еще и йогу Триаду. И все остальные йоги с точки зрения Триады – это производные, второстепенные или вспомогательные йоги. Много пишут книжек по Кундалини йоге, по Крия йоге, по Мантра йоге, по Ньяса йоге, Янтра йоге и так далее. И все эти йоги действительно чудесные, но с позиции йоги Триады они второстепенные или подчиненные, так как основная идеология такая: у вас есть ваша сексуальность, вы должны несколько раз проявить эту сексуальность, чтобы нарожать детей - то количество, которое вы планируете иметь в своей Жизни - а остальную часть потенциала на продолжение рода самым целомудреннейшим образом охранять и накапливать. И самым фактом накопления и сохранения целомудренного потенциала вы будете духовно расти, вам больше не понадобятся никакие йоги, если вы можете тот потенциал, который идет на продолжение Жизни, внутри себя накапливать. Но проблема заключается в том, что для нас – обычных людей – это недоступная вещь. **Даже если мы с вами не занимаемся сексом, все равно идет растрата незаметно для нас.** Поэтому в первую очередь, чтобы сохранить тот потенциал, который идет на продолжение Жизни, после того, как вы уже нарожали всех своих детишек или в процессе их рождения, вы должны поступать следующим образом: выбирать все наслаждение, связанное с сексом - **чем больше наслаждения вы выберете, тем легче вам будет удержать ту часть, которая идет на продолжение Жизни.** Выбирать самым простым образом можно через взаимодействие мужского и женского или через сексуальное взаимодействие мужчин и женщин. Отсюда рождается Триада. То есть, когда вы взаимодействуете на физическом уровне, то выбирается наслаждение на физическом уровне, когда вы на более тонком уровне, в области каких-то эмоций, влечений, то выбирается наслаждение на тонком уровне, ну и наконец, если вдруг вас посещает Влюбленность или вы стремитесь к этому состоянию, то вы выбираете самую тончайшую составляющую, самую мощную, самую трудноуловимую, и вот если вы ее выбираете, то получается, что на всех трех уровнях вы выбираете наслаждение, а выбрав наслаждение, очень легко в себе удержать потенциал, который идет на продолжение Жизни, чтобы его некритично не потерять. Напомню вам основную идею Триады: дело в том, что через сексуальное взаимодействие тоже бывает нам сложно все это осуществить: мы не готовы к взаимодействию с партнером, партнеры могут быть не готовы, мы чего-то не знаем, они чего-то не знают. Наши тела могут быть не готовы, наши чувства могут быть не готовы, наши каналы, центры могут быть не готовы, поэтому в качестве второстепенных йог или таких костылей до тех пор, пока вы не научились ходить, и были провозглашены все оставшиеся йоги, как учит йога Триада, такие, как Хатха йога, Крия йога, Мантра йога, пранаяма йога и все-все-все другие. То есть, брали состояние, которое естественным образом происходит во время занятий йогой Тριάдой, находили тот же самый режим поведения тела, ума, каких-то других своих проявлений, и делали как бы набор отдельных упражнений, который никак не связан с сексуальным взаимодействием, но по сути дела выполняет все те же функции, как во время сексуального взаимодействия. То есть, как бы скопировали из секса и получилась Хатха йога, скопировали, и получилась Крия, скопировали – получилась мантра, скопировали- пранаяма, янтра, ньяса, все, что хотите. Вот такая вот очень интересная идеология в Триаде. Согласитесь, она крайне необычна. Обычно считается, что базовыми йогами является Хатха йога и так далее, а только лишь потом высшие ступени – это какие-то сексуальные практики. Оказывается, древнее ведическое знание говорит нам о прямо

противоположном, что начинается все как раз с обратного, но так как мы с вами не готовы осознать сексуальность, работать с ней, то нам гораздо легче сначала изучить Хатха йогу, Крию, пранаяму и так далее, после чего у нас увеличится сексуальный потенциал, с которым мы можем уже работать, делать какие-то практики Триады, а они приведут нас, соответственно, к осознанию Родовой йоги и выведут на высшие высоты йоги Влюбленности, или, по сути дела, самадхи без объекта. И таким образом зародилась основа для всех остальных триадных практик - выбирать наслаждение из секса грамотным образом так, чтобы энергию наслаждения тратить как можно больше, и не тратить ту часть, которая идет на продолжение Жизни. Но еще раз я вам напомним предыдущую лекцию – сделать это чрезвычайно тяжело, потому что вот эта точка сверхлогична, мы ее не осознаем, мы ее не чувствуем, мы вообще даже не знаем как связана та часть, которая идет на наслаждение, с той частью, которая идет на продолжение Жизни. Оно, безусловно, как-то связано, где-то есть эта точка соединения. Фактически все сексуальные практики призывают нас к тому, чтобы мы целомудреннейшим образом научились распознавать или приближаться к этой точке, или целомудреннейшим образом выбирать потенциал наслаждения, связанного с сексуальностью, и самым серьезным образом хранить другую часть, которая идет на продолжение рода. Формально определить, где начинается одно и кончается другое невозможно – это высшая категория, высшие понятия и слова. Но даются определенные упражнения, с чего надо начинать. **Итак, с чего же надо начинать в той практике по приближению к тому идеалу, когда вы полностью сохраняете ту часть, которая идет на продолжение Жизни, и полностью тратите ту часть, которая идет на наслаждение?** В этом отношении идеология следующая: надо во-первых создать базу для того, чтобы у вас был этот сексуальный избыток. Если вы не ощущаете сексуальный избыток, не чувствуете, что тема секса вас интересует, если эта тема не является для вас в хорошем смысле проблемой, то это говорит всего лишь об одном: ваше тело, ваши структуры – физические, ментальные, тончайшие - находятся в плохом состоянии. **Сексуальность – это всегда избыток.** Если есть болезни, какие-то кармические загрязнения, даже физические загрязнения, загрязнения всех наших структур, то на поддержание нашего организма в нормальном жизнеспособном состоянии тратиться гораздо больше ресурса, и фактически происходит такая псевдосублимация. То есть, нам не до секса, иными словами. Действительно, если вы приходите уставший после дня, когда вы простояли в пробках на дороге, или у вас какие-то проблемы, или физическое недомогание, или у вас какая-то депрессия, или еще что-то, то на это тратится какой-то ваш жизненный потенциал, и в результате вопрос о сексе вообще не встает, вам просто не хочется им заниматься. И с одной стороны, это показатель того, что действительно есть с чем работать, а с другой стороны, о каких практиках Триады и приближении к точке разделения одного от другого мы можем говорить? Не можем. Вот поэтому здесь и выступают на передний план вот эти методы-кастыли, или вспомогательные йоги, такие, как Хатха йога, Крия йога, Мантра йога, Пранаяма йога и весь этот спектр. Вы начинаете ими заниматься, и начинаете спокойненько исправлять все те недоделки, которые у вас есть, от чего ваша жизненность рано или поздно начинает расти, и со временем вопросы сексуальности начинают все сильнее и сильнее проявляться, и поэтому есть такой показатель, что если **вы нормально и правильно занимаетесь разными видами йоги, то ваша сексуальная приподнятость начинает быть более явной, и это хороший знак.** Занимаетесь Хатха йогой дольше, и потом замечаете, что вас интересуют лица

противоположного пола, так вы бодренько на них смотрите – очень хорошо, значит, вы правильно занимаетесь. Или занимаетесь пранаямой, и есть потенциал интереса к лицам противоположного пола – очень хорошо, значит, есть избыток, есть с чем работать. Может быть, не до конца вы все эти недоделки убрали, но во всяком случае есть какой-то стартовый капитал для работы или какой-то фактор, о котором вообще можно говорить. Еще раз, гораздо хуже, когда у вас нет сексуального желания. Если у вас нет сексуального желания, то понятно, какая тут Триада, если вас просто не тянет к противоположному полу. Но опять же, как учит нас йога, если вас не тянет, то это всего лишь косвенный признак того, что что-то не в порядке с вами, где-то вы негармонично живете – толи устаете, толи больны, толи еще что-нибудь. Ну, или может быть это всего лишь период в вашей жизни, когда у вас какие-то внутренние процессы самосознания, самотрансформации идут. Это также бывает крайне полезно на несколько лет уединиться, вообще не думать о сексе и практиковать безбрачие, вообще не думать о сексе, если вам о нем думать не хочется. Так может пройти несколько лет, пока у вас так все устаканится, выровняется, наладится, а потом может возникнуть совершенно чудесный эффект: вы можете несколько лет вообще не взаимодействовать на сексуальном уровне и вам может даже не хотеться, но если вы в течение этих лет серьезно над собой работали, то рано или поздно вы устраняете все недоделки, и вдруг появляется вспышка эротизма. Иногда такая вспышка эротизма достаточно опасна, потому что, как правило, он неконтролируемый, и в нашей школе йоги, во многих других уважаемых школах йоги всегда предупреждают людей, которые делают только первые шаги в йоге, что, мол, вы смотрите, вы сейчас занимаетесь йогой, и вам секса не хочется, вообще для вас это может быть тема как с другой планеты, вроде как вас и не касается, но все может поменяться в долю секунды – один взгляд, один жест, одно прикосновение, и вас как током пробьет, и вас понесет на сексуальные приключения. Вот такая есть также опасность. В хорошем смысле опасность. Вы начинаете жить нормальной жизнью, вы из состояния рабства выходите в состояние нормального человека, но вы не готовы к этой свободе, у вас от этого осознания начинает голова кругом идти. Но, так или иначе, **все в Триаде начинается с личных индивидуальных практик, когда вы работаете сами над собой обычными йогой.** Поэтому если вы не изучили обычные йоги, вы не сможете более эффективно практиковать Триаду. Хотя еще раз подчеркиваю, обычные йоги вроде как второстепенные. Вот с этого начинается приближение к тому, чтобы разделить ту часть, которая идет на продолжение Жизни, от той части, которая идет на наслаждение. Также на предыдущей лекции я касался этого, что механизм действия этих второстепенных йог также завязан на сексуальности, просто выполняя те или иные упражнения Крия йоги, Хатха йоги и так далее, мы, во-первых перестраиваем внутренние структуры, а во-вторых, учимся выбирать то наслаждение, которое заложено внутри нас. Ведь не секрет, что если человек долго и успешно занимается Хатха йогой, он получает от нее массу удовольствия, такую массу удовольствия, что заставь его один день не позаниматься, пропустить йогу, он будет чувствовать себя не в своей тарелке, как будто чего-то он не добрал, как собака или кошка, которую не накормили, чего-то не хватает. Этот фактор нам косвенно говорит о том, что через Хатха йогу мы выбираем тот потенциал наслаждения, который присутствует в нашей сексуальности, но проявляется через физическое тело, и тем самым косвенно позволяет другой части, идущей на продолжение Жизни, также косвенно – мы даже этого не осознаем – сохраняться и накапливаться. Именно этим определяется эффективность тех же занятий Хатха йогой. Это секрет Хатха йоги, почему она работает.

Самое первое, с чего начинается, **вы должны чувствовать избыток**, а для этого вы должны быть в хорошей форме. Как только вы в хорошей форме, как только вы в приподнятом состоянии и эта тема начинает вас волновать, действительно имеет смысл более плотно приближаться уже к каким-то другим сексуальным практикам. **С чего начинаются сексуальные практики?** Ну, безусловно, вы можете самостоятельно исследовать свою сексуальность, так или иначе себя возбуждать, так или иначе определять границы своих ощущений, что и как может привести вас к оргазму, но мы уже касались этого на предыдущих лекциях, более оптимальный вариант – начать изучать свою сексуальность через другого партнера. То есть, **лучший способ познать свою сексуальность – взаимодействовать с лицом противоположного пола**. И здесь мы сталкиваемся с другой очень серьезной проблемой-задачей – где искать это лицо противоположного пола. Самый оптимальный и замечательный вариант – это если у вас есть муж или жена или постоянный партнер или партнерша, и, вступая в сексуальную связь, вы имеете такие надежные тылы, чтобы в полном объеме познать свои сексуальные реакции. А вот уже после того, как у вас появился постоянный партнер или партнерша, и вы более или менее начинаете двигаться в этом направлении, только тогда имеют смысл какие-то индивидуальные практики по познанию своей сексуальности. Обратите внимание, как правило, у обычных людей все наоборот: они сперва сами себя исследуют на предмет своего сексуального проявления, всячески возбуждают себя, а только потом у них дело доходит до сексуального контакта с противоположным полом. Но Триада считает, что это один из самых нерациональных и самых опасных методов. Мы касались на предыдущих лекциях этих вопросов, поднимите соответствующие лекции – это опасность быть асоциальным. А вот наоборот, если у вас есть уже партнер или партнерша, устойчивые, стабильные, с которыми вы в любой момент можете практиковать сексуальные практики, вот после этого можете и сами себя исследовать сколько вам захочется. И тогда не будет опасности, что вы замкнетесь сами на себе, так как у вас уже есть партнер или партнерша, такого не может быть в принципе.

Следующие рекомендации по сохранению целомудрия: как правило, первый шаг в этом отношении во всех йоговских триадных текстах приписывается делать мужчине. Самое первое, с чего все начинается – **мужчина должен контролировать свое семяизвержение** в том плане, чтобы оно было только тогда, когда он этого хочет, а не в том случае, когда это случается спонтанно, неконтролируемо. Безусловно, когда мужчина очень молод, сделать это тяжело, тяжелее, но можно. Смысл заключается в том, чтобы научиться заниматься сексом с женщиной, при этом приближаться к состоянию оргазма, и как только вы чувствуете, что вы к нему приблизились, проявлять аскетизм и отступить. Каким образом? Делать меньше движений, которые в йоге Триады называются Криями. Собственно говоря, термин Крия значит движение. Движение мужчины и женщины. И всячески не допускать потери семени. В этом отношении есть такая более грубая зацепка для мужчины, отправная точка, но, безусловно, не стопроцентная по связке той части, которая идет на наслаждение с той частью, которая идет на продолжение Жизни. Итак, методология в общих словах следующая: мужчина со своей постоянной партнершей, желательно, друзья, с постоянной – со своей женой или с девушкой, с которой вас связывают долгие и доверительные отношения, начинает приближаться к состоянию оргазма, но как только чувствует, что вот-вот дойдет до точки невозврата, когда он потеряет контроль над собой и произойдет семяизвержение - оно, как правило,

происходит в результате серии достаточно мощных сокращения мышц, а также очень интересных структур, таких, как семявыводящие потоки, семенные пузырьки, простаты, там целая гамма таких мышц, которые при оргазме сокращаются. Так вот, если мужчина приближается к этому, и он чувствует, что его тянет еще сильнее усилить сексуальное взаимодействие, но он останавливается и отходит, то это с одной стороны, высочайший аскетизм – это по-настоящему высочайший аскетизм, когда вы отказываетесь от наслаждения. И предписывается таким образом в течение вашего занятия сексом делать несколько раз. Мужчина приближается-отдаляется, приближается-отдаляется. Идеал заключается в том, чтобы таким образом мужчина мог заниматься сексом большое количество времени. Это время, как правило, измеряется часами. Но, безусловно, если вы будете делать первые шаги, надо начинать с минут, постепенно прибавлять. Сейчас я буду в более грубых чертах обрисовывать практики, а более тонкие разъяснения-пояснения как вступать, которые очень важные, обсудим чуть позже. Но еще раз, друзья, если вы не можете со своей девушкой и пяти минут продержаться, как у вас наступает семяизвержение, ничего страшного, все начинали с этого. Будете практиковать, со временем будет все в порядке. Триада на то и Триада. Триада не нужна небожителям. Триада нужна самым обычным мужчинам и женщинам, поэтому это вопрос практики, и в некотором смысле это тяжелые практики, это практики, сопоставимые с тяжелыми практиками Хатха йоги, где вы и физически напрягаетесь, и эмоционально напрягаетесь, потому что так сладостно сделать последний шаг и свалиться в оргазм, а вы говорите себе: аскетизм, нет, назад. И это очень сильно закаляет характер мужчины, очень сильно раскрывает его сознание и делает его чрезвычайно притягательным для женщин. **Умение властвовать над собой в сексуальном плане делает мужчину неотразимым в глазах женщины.** Так вот, первый шаг начинается с того, что мужчина должен полностью овладеть процессом неконтролируемого оргазма или семяизвержения – напоминаю, что бывают оргазмы, когда внешне нет семяизвержения, но от этого оргазм не перестает быть оргазмом с потерей. В дальнейшем мы коснемся более подробно в том числе и физиологической стороны этого вопроса. В момент приближения к этому состоянию, когда мужчина может заниматься сексом сколь угодно долго, приближаясь и отдаляясь, существуют разного рода советы на случай того, что делать, если все-таки мужчина сорвался, и произошло семяизвержение. Ну, самое первое, с чего начинается – это **контрацепция. Контрацепция неабортальная!** Если от этих ваших экспериментов рождается Жизнь, и вы идете путем Триады, то забудьте про все аборты. Исключение – только лишь показания врачей. Иногда бывает, что женщина не готова, вообще, масса разных моментов. А вообще говоря, если встали на путь Триады, всё, забудьте про слово аборт по своей инициативе. Еще раз, я не исключая медицинские показатели, но это, как вы понимаете, совсем из другой области. Если же все-таки вы сорвались, то самое главное – это обеспечение контрацепцией. В этом отношении, друзья, **любите презервативы!** Вообще говоря, мы как-то разговаривали на тему, какой логотип Триады сделать, и я предложил презерватив. Я объясню почему. Когда-то у очень уважаемого ламы спросили, что у него ассоциируется с понятием Тантры. Лама ответил: «Реактивный самолет». Потому что он очень быстро соединяет людей на разных расстояниях. Это очень известный и уважаемый лама, кстати сказать, тоже носитель этих сексуальных практик, но только уже по традиции тантрического буддизма. Я бы, друзья, сказал, не самолет, а презерватив. Он приближает нас к идеалам владения телом, таким, каким обладают высочайшие йоги и йогини при всех наших кармических недоработках, при всех

наших опасностях кожно-венерических заболеваний, незапланированной беременности и прочих-прочих-прочих. Плюс, если вы молоды и достаточно чувствительны, то презерватив снижает чувствительность полового органа мужчины, что позволяет ему легче научиться практиковать приближение к оргазму и отход от него. Поэтому, для всех людей, которые решат когда-либо практически изучать Триаду, первое практическое занятие будет начинаться с того, чтобы научиться пользоваться презервативом. А это не такое простое занятие, друзья, на самом деле. Мужчины, это вам только кажется, что вы умеете это делать. Вы должны будете делать это виртуозно и очень быстро, чтобы не потерять время, когда счет идет по секундам, а когда там вы полчаса с этим возитесь, конечно же, вся новизна, весь этот тонкий момент исчезает. Поэтому, начинается все с того, что попытайтесь хотя бы на что-нибудь его надеть, прежде чем, прошу прощения, на свое достоинство. А потом научитесь на свое достоинство одевать и снимать очень быстро. И тут я вас сразу же предупреждаю, вас ждет серия таких сюрпризов. Ну, во-первых, то, что вы не сможете это сделать очень быстро. Потом вы вдруг поймете, что они бывают разные по размеру, разные по действию, разных производителей. Какие-то хорошие, какие-то откровенное дерьмо. Он до половины раскрутится, и все, ни вперед, ни назад, не снять его, не одеть. Эти все физиологические подробности мы, безусловно, с вами будем в дальнейшем рассматривать в мельчайших деталях. Почему? **Без презерватива вы не получите ни одной практики из Триады.** Ни один уважающий себя человек, так или иначе знающий сексуальные практики, под страхом смерти не даст вам ни одной сексуальной практики. А не дай Бог вы заразите кого-нибудь или сами заразитесь. А не дай Бог будут аборт. Знаете, все хорошо так начиналось, а потом девушка скажет, что не готова иметь ребенка, или юноша скажет, я тоже не готов. И что? Аборт идём делать? Такое не проходит. В момент, когда вы все-таки срываетесь, самое чудесное – это презерватив. Всегда везде с собой носите презервативы. Это эмблема Триады. Такая, знаете, откровенная. Я понимаю, что в кругах древних практиков не было презерватива. Их, собственно, физически изобрели недавно. Ну, были какие-то аналоги, исхитрялись их из чего-то делать, но в таком массовом масштабе, причем в безопасном – вы если из чего-то другого презерватив сделаете, вы или себе свое достоинство натрете, либо женщине натрете очень-очень больно. То есть, вы не сможете практиковать йогу Союза, где количество движений измеряется тысячами. Там, три раза сделать, испытать оргазм – да, хоть туалетной бумагой обвернись. А вот так, чтобы по-настоящему, - нет. **Поэтому, друзья, любите и цените презервативы!** Это шанс для вас при всей вашей глупости, при всем вашем скотстве, при всех ваших кармических недоработках все-таки получить практики Триады. Это как бы компенсация вашей глупости, вашей звериной кармы – презерватив. Так вот, самое главное – это чтобы не наступила незапланированная беременность.

Другой вариант – мужчинам не терять вовне семя. Считается, что если вы даже после оргазма удержите какую-то часть времени семя внутри себя, то оно как бы расщепится на ту часть, которая идет на продолжение Жизни и ту часть, которая идет на наслаждение. И вы ту часть, которая идет на продолжение Жизни, опять как бы всосете в себя, и она опять вернется. Это очень непонятная для нас вещь, неуловимая, не спрашивайте меня, что там происходит, я не знаю. Я знаю только лишь, что это происходит. Правда, не на 100%, но какой-то процент вы вернете обратно. Так вот, если происходит все-таки неконтролируемое семяизвержение, в практиках Триады дают кое-какие советы или

методы для таких случаев. Самый волшебный и чудесный способ, который годился для йогов древности, совершенно не подходит для нас с вами – это при помощи определенных всасывающих движений всосать обратно семя себе в мочевой пузырь. Некоторые могут даже с ужасом слушать мои слова и думать, собственно, о чём это он говорит? Друзья, это не сказки, это вполне реальные упражнения, и если их делать, то со временем достигается способность действительно частично семя в себя всасывать, во всяком случае, ту часть, которая еще не совсем покинула Лингам мужчины. Вот такими действиями оно попадает в мочевой пузырь и там какое-то время остается, и, безусловно, потом с мочеиспусканием теряется. Но в древности йоги достигали такого владения своим Лингамом – под словом Лингам я подразумеваю пенис или мужской половой орган – что они могли непосредственно извне всасывать вовнутрь все, что угодно, будь то семя, вода или еще что-то. Для этого предписывались разного рода упражнения, достаточно зверские, надо сказать. Насколько мне известно, современные адепты тайных наук пытаются их воспроизвести при помощи разных катетров и прочего-прочего. Сразу вам скажу, друзья, не надо этим заниматься. Не причиняйте вред себе. Мы отдельно поговорим на эту тему. Вы получите больше вреда, чем пользы. Даже потеряли, ну и Бог с ним, в следующий раз не теряйте. Но вот такой вот метод, когда вы какими-то посторонними предметами вырабатываете в себе умение всасывать посторонними предметами семя после семяизвержения, для нас с вами – современных людей не оптимален. Существует масса побочных отрицательных эффектов, мы со временем поговорим о них. Но кроме этого способа, есть щадящие способы, которые могут быть приемлемы, могут быть неприемлемы. Трудно сказать. Один из самых классических и самых легко осуществимых для человека, который занимается йогой – это поза, которая называется сидхасана, но здесь подразумевается, что и в сексуальный контакт со своей девушкой вы входите сидя. Или по-другому. Сейчас я попытаюсь изобразить, что я имею в виду. Это когда мужчина таким образом располагает пятку своей ноги, что надавливает на область в районе простаты, другую же ногу он может расположить поверх, и у него здесь все его мужское достоинство, на которое опирается его любимая йогиня. И вот в такой позе достаточно большое количество упражнений практикуется, причем пяткой ноги мужчина может полностью контролировать свою эрекцию, а если все-таки начинается непроизвольное семяизвержение, то просто пяткой йогин пережимает эту точку, причем часть семени с гармоном, безусловно, попадает в мочевой пузырь, другой часть более затруднительно покинуть область простаты и семявыводящих пузырьков. Это более щадящий, более, если угодно, красивый способ, но также насилие над организмом. Также есть масса побочных эффектов отрицательных, о которых мы поговорим, поэтому я здесь эти упражнения озвучиваю - Боже вас упаси их повторять - только лишь для того, чтобы вы примерно представляли, какой набор инструментов есть с их плюсами и минусами. Еще раз и еще раз, друзья: это все суррогаты, не суррогат – это когда вы приближаетесь к состоянию оргазма и отдаляетесь от него без всяких там механических пережиманий или всасываний, или еще чего-то. Наконец, есть следующий способ, способов много, я некоторые из них упамяну. Когда вы чувствуете, что у вас уже есть точка невозврата, вы, будучи мужчиной, выходите из женщины, и определенным достаточно волевым движением руки опускаете свое достоинство вниз, и по сути дела, оно тоже пережимает область простаты, и точно также способствует замедлению выброса семени, а та часть, которая все-таки выбрасывается, попадает вовнутрь мочевого пузыря. То есть, плюсы от этого только один, как и от сидхасаны, что, конечно же, при этом,

вероятность беременности женщины незапланированная практически нулевая. Есть способ, когда некоторые йоги умудряются до того развить эти интимные мышцы, что в момент оргазма, сжимая промежность, пережимают этот канал и не дают вырваться семени. Этому тоже можно научиться. Но это также, друзья, грубо. И еще раз, с возможными медицинскими неприятными последствиями. Вот почему я вас предупреждаю против этого всего. Почему я об этом вообще говорю? Потому что сейчас много по всякой желтой прессе этих советов ходит-бродит, и все думают, что это генеральная линия работы с сексуальностью. Нет, друзья, это достаточно такие грубые варианты, неприемлемые.

Наконец, одно время была распространена по всему миру волной прошла серия так называемых якобы даосских практик. Это такие же даосские практики, как и йоговские, как и буддистские, ну это же общее ментальное поле, где предлагалось то же самое: пережимать область в районе простаты, но уже пальцами рук. То есть, мужчина, когда он чувствует, что доходит до оргазма, находит соответствующую точку где-то в районе простаты, в районе заднего прохода, пережимает ее, и точно так же оргазм продолжается спонтанный, спазматическое сокращение происходит, но за счет того, что пережимается этот проход, семя не выбрасывается вовне, частично уходит в мочевой пузырь, частично этим препятствуется его покидание области семенных пузырьков. Друзья, задание: всем, кто входит в Триаду, давайте-ка большие-большие красивые фотографии устройства гениталий, как мужских, так и женских, чтобы мы все это увидели наглядно. В разрезе, со всеми делами. Это полезно знать. Есть еще масса всяких других ухищрений, что делать, если начался оргазм, но, друзья, еще раз и еще раз, это способ, который минимизирует потери, то есть минимизирует потерю той части, которая идет на продолжение Жизни, причем достаточно грубым образом, не всегда достаточно приемлемым образом. Иногда с очень ужасными последствиями в том плане, что у вас после этого то цистит может какой-то начаться, то у вас начинает простата болеть жутко, что вы на стену будете карабкаться, то еще что-то, в особенности, если вы живете не на природе. Но мы об этом еще отдельно поговорим, для современного человека это достаточно опасно, и если действительно кто-то из вас уже подсел на это, помните, чтобы успешно сделать такую практику, в сидхасане ли вы, пережимаете или пальцами давите или еще что-то делаете. **Перед началом полового акта со своей подружкой в обязательном порядке очистите кишечник, сходите в туалет по большому и по малому, желательно.** Если у вас будут остатки продуктов жизнедеятельности, которые не успели вас покинуть, то эффективность этих практик снижается драматически, травматичность возрастает драматически. То есть, все очень плохо. Поэтому, также есть такое положение, что перед тем, как начать заниматься практиками Триады, обязательно надо как мужчине, так и женщине, опорожнить прямую кишку, то есть сходить в туалет по большому. Тогда вам и легче будет удержаться и не скатиться в оргазм, и если что-то там уже пошло, то с минимальными потерями. Почему? Потому что продукты нашей жизнедеятельности со стороны заднего прохода начинают давить как раз на все те участки нашей мочеполовой системы, которые во многом ответственны за оргазм, вносить значительный такой диссонанс по управлению. Поэтому если у вас в этом плане какие-то затруднения, то осваиваете то, что называется клизма. Это важная вещь. Это технологическая мелочь, но на ней столько все всего потеряли, я ведь тоже все читаю, я и даосов читаю, и нанайских мальчиков, прошу прощения, читаю. Кого я только не читаю, что мне попадается в области сексуальности, мне просто

интересно, а вдруг какая-то крупица знания там сохранилась лучше. Но, как показывает практика, только вот даосы молодцы, конечно, в этом отношении есть чему поучиться, безусловно, но у них не прослеживается целостный подход к сексу, он какой-то такой фрагментарный несколько, что сбивает с толку.

Итак, смысл в том, чтобы мужчина научился контролировать свой оргазм и семяизвержение. На этих ранних стадиях про женщину не сказано ничего по той простой причине, что если мужчина не научится заниматься сексом дольше определенного количества времени или будет не в состоянии сделать хотя бы тысячу-две тысячи движений, то женщине, как правило, очень тяжело достичь оргазма. Интернет переполнен всякого рода чудо-рассказами о чудо-девушках, до которых только дотронься, и у них уже начинается бурный оргазм. Друзья, мой вам совет: очень скептически относитесь ко всему, что написано в интернете, очень скептически. Девушки, особенно это касается вас, никогда не пытайтесь быть похожими на какие-то рассказы из интернета. Во-первых, это может быть просто выдаваемое желаемое за действительное. Во-вторых, может быть масса факторов, о которых вы не знаете. А некоторые девушки начинают комплексовать. Самые разные бывают поводы. Одна девушка может комплексовать, мол, у меня половые губы маленькие, другая, мол, у меня мало смазки выделяется во время секса, третья наоборот, что много выделяется и губы большие. А вот на той картинке на том порно сайте как раз наоборот все, и восторженные отклики пользователей. Друзья, к сожалению, с одной стороны, интернет хорошую службу сыграл, он где-то нас раскрепостил, он с одной стороны раскрепощает нас, а с другой навязывает клише какие-то такие несусветные. Поэтому, помните, шаблонов быть не может быть ни реакций, ни устройства ваших гениталий, это целиком творческий процесс, это целиком ваша Свобода, спонтанность. Забудьте все истории, забудьте все поучения. Вот есть вы и больше ничего кроме вас нет. Вот любая девушка должна – в первую очередь я девушкам это говорю – никогда не пытайтесь быть похожими на кого-то, никогда не ссылайтесь на кого-то, пусть они будут похожи на вас. Все, во Вселенной вы одна. Вы – богиня Шри. Вот такая есть ваша сексуальная реакция – это эталон. Только не пытайтесь его навязывать другим. Но для себя это все, точка. Я – Богиня. Как у меня, так предел мечтаний для любого мужчины. Так вот, на ранних стадиях от женщины мало что требуется, от женщины требуется всего лишь одно: **гарантировано достигать оргазма от мужчины**. Друзья, это очень долго, когда гарантировано. Очень долго, когда без помощи своих рук или фаллоиметатора, или еще чего-нибудь. Как правило, только лишь пары, которые достаточно долго друг с другом практикуют, а по сути, это те пары, которые являются мужем и женой, рано или поздно гарантировано выходят на этот уровень. Если у вас эпизодические встречи, если у вас какие-то мимолетные контакты, женщине очень тяжело приспособится, понять себя, как-то так сродниться с ситуацией, раскрыться, перестать стесняться мужчины, перестать пытаться понравиться ему в постеле. Или пытаться изобразить, что ей приятно, когда она вообще ничего не чувствует или наоборот, чувствует что-то отрицательное. Так вот, здесь нужна **честность со стороны женщины**, а эта честность приобретается очень и очень долгими практиками, **терпением и мужеством со стороны мужчины**. Если найдется такой мужчина, он рано или поздно раскроет любую женщину, друзья. Говорят, что есть женщины фригидные. Нет, это есть мужчины, которые не нашли ключик к женщине. А ключик, он иногда ласковое слово на ушко шепнешь, женщина и растаяла. Тут ее оргазм и накрыл. Там надо отпустить немножко.

По-разному бывает, но **основная тенденция в том, чтобы женщина гарантированно научилась получать оргазм, занимаясь сексом с мужчиной, со своим партнером без привлечения внешних каких-то стимуляторов** – своих рук, фалоиметаторов или еще чего-нибудь, много всяких прибабасов. Знаете, сейчас секшопы везде, там чего только нет. Так вот, без этих всех штук, друзья. У мужчины есть прекрасный инструмент, его, вообще говоря, достаточно. Как только женщина научилась гарантированно получать оргазм в любой момент, когда она его захочет, вот тут начинается симметричная практика, как и у мужчины по приближению к оргазму. То есть, вот женщина приближается-приближается-приближается, потом чувствует, что скоро наступит оргазм, начинает останавливаться, отдаляться. Опять, когда чувствует, что в состоянии вновь приблизиться, начинает приближаться, затем останавливается и отдаляется, и так может сделать несколько раз в течение занятия сексом. Только лишь, друзья, еще раз и еще раз я хочу предупредить, мужчины, вам надо заниматься с женщиной может быть несколько лет иной раз, чтобы она раскрылась. Вы можете сами уже чувствовать давным-давно как вы приближаетесь к оргазму и отступаете, приближаетесь еще ближе и отступаете, и уже начать практиковать, но это будет всего лишь платформа, на которой женщина будет делать свои первые шаги. И ваша задача в том, чтобы женщина вам поверила, доверилась, открылась. Тогда действительно возможно достижение ею оргазма в любой момент, когда она этого захочет.

Мы продолжим эту тему на следующей лекции, так или иначе, я хочу вам напомнить, что то, что я вам сейчас говорю, это не новая камасутра, это не новый способ увеселения сексуального, проявления своей сексуальности или каких-то непотребств сексуальных, нет, друзья, еще раз – это способ практического целомудрия. **Основа йоги Триады – это Родовая йога**. Поэтому какую-то часть вашей сексуальности вам предписывается тратить на продолжение Жизни, чтобы у вас рождались дети. Если у вас будут рождаться дети, то все ваши неудачные эксперименты по сохранению той части, которая идет на продолжение Жизни, вам будут прощаться Вселенной. Еще раз – это практическое целомудрие.

Друзья, вот некоторые **вопросы**, которые пришли с площадки йоги Триады, на которые хорошо бы ответить. Давайте-ка мы с вами вместе поразмышляем и подумаем, как ответить на все эти вопросы.

Вопрос: **«По каким критериям можно определить, что ты готов иметь детей и что для этого пришло время?»** Кто хочет поразмышлять на эту тему? Вы уже знаете достаточно много из Родовой йоги, из Йоги Триады, из наших лекций. Кто бы ответил?

Голос из зала: «Есть такой тест американский: надо взять по яйцу мужчине и женщине, и месяц проносить, чтобы не разбить».

Вадим: «Друзья, я боюсь, что род людской вымрет, если будут все таким тестом пользоваться. У кого ещё какие мысли?»

Голос из зала: «В субботу на лекции поднималась эта тема, и вы сказали, что человек, который занимается йогой, у него развивается эта чувствительность, и человек почувствует, что ребенок сам стучится к нему, у него появится вот это ощущение, что пора».

Вадим: «Хорошо, давайте я обобщу: первое было мнение – это предложение от наших друзей-американцев себя на выносливость. Второе мнение – уповать на интуицию. Еще у кого какие мнения?»

Голос из зала: «Мне реально захотелось детей, когда я реально осознала, что я готова воспитать нового человека, что я сама уже самодостаточная».

Вадим: «То есть, чувство ответственности внутри, ощущение самодостаточности и желание уже что-то привнести. Хорошо, еще у кого мнения, пожалуйста».

Голос из зала: «Если есть партнер, от которого можно было бы иметь детей и с которым можно было бы проходить аскетизм совместный».

Вадим: «Следующая точка зрения: хоть родить ребенка – дело достаточно своеобразное, но это всего лишь первый шаг, а затем идет вся жизнь – ребенок должен вырасти и вырасти в атмосфере любви, заботы, в семье, где нет скандалов и криков, где мама и папа друг друга чувствуют, понимают, поэтому вот такое мнение добавилось – наличие соответствующего партнера, мужа или жены. Еще у кого какое мнение?»

Голос из зала: «Я считаю, что главное – это желание иметь детей, если оно есть, и ребенок появится на свет, то все остальное Вселенная нам даст».

Вадим: «Вот такая точка зрения: действительно, что мы можем в этом мире? Что, друзья, от нас зависит? Ничего, по сути дела, кроме того, что дано нам на откуп. Кто-нибудь может завтра управлять погодой? Вряд ли кто-нибудь из вас. А курсом доллара? А еще чем-нибудь? Вряд ли. Поэтому, когда приходит какая-то задача, приходит и возможность, чтобы эту задачу выполнить. Знаете, есть люди, которые всю жизнь прожили в квартире и ни разу в палатках никуда не выходили на природу. Им кажется, что они там замерзнут, что им там будет плохо, потом бывают страшно удивлены, когда на третий-четвертый день вдруг генетическая память предков просыпается и они вдруг начинают адаптироваться к природе, им вдруг и не скучно, и не холодно, а достаточно комфортно. Вот точно также и в отношении детей, что **с приходом ребенка приходят также и силы**, и действительно, от нас требуется просто желание, собственно говоря, иметь детей, а все остальное, **уповая на Вселенную, уповая на Абсолюта**, уповая на макрокосмос, но подстроится.

Друзья, я вас еще раз хочу на правильный лад настроить: мы сейчас здесь все – среда единомышленников, изучающих Триаду. Сейчас получается, что я читаю вам лекции, и их внимательно или невнимательно вы все слушаете. Но поверьте мне, **придет время, когда мы столкнемся с той неизведанной областью, где ни я ни ух, ни рыла, ни все прогрессивное человечество не понимает, и нам придется вместе с вами коллективным мозговым штурмом усилием воли, усилием интеллекта переоткрывать древние знания**. И в этом смысле каждый из вас сравнивается с древними мудрецами Риши, которые впервые провозгласили это знания. И вот лучше уже сейчас к этому готовиться, **не в качестве такого пассивного человека быть, который воспринимает знания, а в качестве человека, который готовится быть активным** в том плане, что **придет время, и мы столкнемся с теми моментами в тех же Ведах**,

которые мы не понимаем, поэтому я призываю вас: **у каждого должно быть свое мнение**.

Голос из зала: «Это не необходимое условие, но желательное: когда мы хотим иметь детей, социум нужно либо иметь, либо создать для того, чтобы детям было хорошо в нем расти».

Вадим: «То есть, еще нужно позаботиться о том, где же ваши дети будут расти. Родите вы их, и куда они потом пойдут? Пойдут в какой-нибудь детский сад или начальную школу, попадут в какую-нибудь криминальную или полукриминальную среду каких-нибудь малолетних преступников, которую даже отследить невозможно. Это взрослых дядечек-рецидивистов легко там по тюрьмам пересажать, а маленьких отпрысков.. А вы понимаете, что в этом смысле такие кармические отпечатки очень серьезные. Если в прошлой жизни человек был какой-то рецидивист-убийца, он и в этой жизни начинает демонстрировать некоторые отрицательные качества уже с самого раннего детства, и требуется серьезнейшее иной раз вмешательство и усилие, чтобы помочь такой душе, чем, конечно же, сейчас никто не занимается. И вот в такую среду попадет ваш ребенок. То есть, надо позаботится еще о некоем круге единомышленников, о некоем месте, где, во всяком случае, ваши дети будут в безопасности. Это тоже очень важный фактор. Если обобщить все наши ответы, то можно вывести следующую формулу: безусловно, **нужно сделать все от себя зависящее, и в то же время уповать на Вселенную, что она сделает все зависящее от себя**. Больше нам ничего не дано. Исходя из каждой конкретной ситуации, каждой личной ситуации, уже для себя решать. Правда, для этой ситуации есть еще более формальный и простой ответ, когда человек готов иметь детей? Безусловно, по достижению половой зрелости. Никак уж не раньше.

Следующий вопрос, который пришел к нам: **«Что делать, если возникает Влюбленность к Учителю, Учительнице?»** Как правильно использовать возникающий при этом энергетический потенциал? Что делать, если влюбился в коллегу? В студента, с которым учишься в одной группе? Если влюбился в студента, с которым учишься в разных группах? Если влюбился в прохожего на улице? Что делать, если влюбился в ученика или ученицу?

Очень хороший вопрос. Когда вы будете проходить Йогу преподавания, отчасти будут рассматриваться эти вопросы, что делать, если вы преподаете йогу, а в вас влюбляются те, кому вы преподаете. Или наоборот, вы влюбляетесь в кого-нибудь, кому преподаете йогу. Вот на эти два вопроса для студентов Открытого йога есть правила учебы Открытого Йога Университета, поэтому, надо было бы начинать именно с них. Что же касается того, что делать, если вы влюбляетесь в прохожего с улицы, то Бог его знает, может, бежать за ним, а он, может быть, испугается, подумает, что вы маньяк какой-нибудь или маньячка. И вот здесь уже давайте мы совместными усилиями поразмыслим. Ну, и так же достаточно просто ответить, что делать, если один студент влюбляется в другого студента вне зависимости от того, одной группы или разной. Это, друзья, также прописано в правилах обучения Открытого Йога Университета (ОЙУ), а вот в отношении того, что делать, если вы влюбились в коллегу на работе, вот тут уж сложный вопрос, хотя народная мудрость говорит нам, что не живи там, где работаешь, и не работай там, где живешь – ничего хорошего из этого, как правило, не получается. Вероятно, здесь по

умолчанию подразумевается, что это вопрос от студента ОЙУ. Поэтому, если вы студент ОЙУ и влюбились в студентку ОЙУ, то вы помните, что взаимно это у вас или не взаимно, вы не имеете право это демонстрировать в стенах ОЙУ, если действительно это страсть как у Ромео и Джульетты, то где-то там, в других местах тусуйте, проявляйте свои чувства, чтобы у нас здесь никто не видел, не слышал и не догадывался. Если же у вас все это переросло в то состояние, когда вы решили пожениться друг на друге, это другой разговор, это уже совсем по другой статье идет. Это мы очень поощряем. Нам очень нравится и очень нужны устойчивые пары, особенно те, которые планируют иметь детей. Потому что если эта пара вроде как и вместе, но вопрос о детях не стоит, то на самом деле для нас это не интересно. Можно прикрыться просто названием, что вы муж и жена, а на самом деле это у вас междусобойчик. Вы помните, что муж и жена – это те люди, которые, в общем-то, рожают детей. А все остальное – это ваш партнер-партнерша, бойфренд-бойфренша и так далее. Поэтому, скрываем самым тщательным образом, не вздыхаем, не показываем на каждом углу: ой, как я влюбился, ой, как я влюблена. У нас, к сожалению, был такой печальный опыт, когда студенты влюблялись, и вся Вселенная знала, что они влюбились. А потом они также разлюбливались. Эти атмосферные волны всех будоражили. Поэтому, скрывать.

Что касается, **если вы преподаватель, и в вас влюбились или вы влюбились**, помните, что есть такое очень хорошее положение: **встречаться только на равных**. До тех пор, пока вы преподаватель, а у вас есть вроде как ученик, или наоборот, вы ученик и у вас есть преподаватель, вы не на равных, поэтому ничего хорошего, как правило, из таких союзов может не произойти. Почему? Потому что, конечно же, ученик смотрит на преподавателя как на божество. Он кажется ему совершенным. Он кажется ему воплощением всех достоинств. И действительно, так и есть, потому что он в момент преподавания всего лишь канал школы, потому что через него действуют Учителя, а Учителя действительно совершенны. Но сам по себе он отнюдь не совершенный, он всего лишь окошко или труба, по которой течет это все. И тот же самый человек, увидели бы вы его дома, да вы бы разочаровались в нем в миг. Это я говорю про себя. Мне говорят: «Ой, Вадим Валерьевич, вы такой вдохновенный». Видели бы вы меня дома, когда я дома разъяренный кулаком по столу, вы бы ко мне так не относились. Но работа на то и работа – я прихожу и выполняю работу. Я как человек при исполнении служебных обязанностей. Приходит офицер, весь по стойке смирно, в форме. Он при исполнении служебных обязанностей. Он – олицетворение силы, власти, порядка. Но для своей жены или для своих близких он предстает совсем в другом виде. И на этом очень многие попадаются. Они думают, что если Учитель такой вот сидит и лекции читает, то он и в жизни такой. Я вот могу про себя сказать и про остальных, потому что знаю: это очень опасное заблуждение, очень опасное. Не надо идеализировать. Но ведь сердцу не прикажешь. Бывают очень разные моменты, бывают случаи, когда самые разные любовные благополучные результаты развивались из этого, но они развивались, друзья, благополучно, только после того, когда ученик, доучившись до какого-то уровня, оканчивает свое обучение, удаляется куда-то, а потом возвращается на равных. Вот тогда да, это равные весовые категории со всеми сильными и слабыми сторонами. Идеал поиска себе партнера по жизни - это равенство. Любое неравенство, как то финансовое, социальное, имиджевое слишком много майи наводит, и в результате иногда ослепляет нас, и мы делаем неправильный выбор. А все-таки связывать свою жизнь с другим

человеком, друзья, это очень серьезно. Поэтому все, что касается того, что если в вас кто-то влюбился, а вы преподаватель, - **не давайте никому авансов**, потому что человек начнет потом страдать после этого, а дождитесь момента, когда человек выйдет на один с вами уровень, вот тогда и говорите. Аналогичная ситуация – если вы - будущий преподаватель и в кого-то влюбились. Вот пришла к вам на занятие девушка вашей мечты, а вы уже давно ищите себе подругу жизни, - та же самая ситуация. Пока вы не встретитесь на равных, есть большой риск, что это всего лишь игра майи, что либо вас воспринимают неправильно, либо вы воспринимаете неправильно. Потому что та же девушка, которая пришла к юноше на занятие, она, конечно же на него восторженно смотрит, она, конечно же, готова жить его жизнью, но ее запала может хватить совсем не надолго, и в обычной семейной жизни она превратится в самую обычную женщину и будет разочарована и раздражена: ну как же так, был такой вот гуру, а тут вот дома такой вот непонятно кто. Поэтому этот вопрос прописывается для студентов очень четко.

Что же касается коллег на работе, друзья, та же самая ситуация - всегда возникают самые ненужные проблемы, когда твой подчиненный связан с тобой какими-то другими узами: у тебя там неприятности, ты должен дисциплину железной рукой навести, а тут какой-то человеческий фактор, ты не можешь наказать, ты не можешь даже как-то отчитать, ты не можешь выполнять работу. Это моментально весь коллектив начинает чувствовать, все же не дураки. То есть, разлагает атмосферу, как правило, фирма или организация проваливается, неэффективно начинает работать. Та же самая ситуация поэтому. Что же касается вопроса, что вы на улице кого-то увидели и влюбились, вот тут я от вас хочу услышать мнения. У кого какие предложения?

Голос из зала: «Мне кажется, что если возникла такое желание, то лучше один раз познакомится, чтобы не было страха перед этим».

Вадим: «Я так понимаю, что здесь не вопрос страха, не о том, чтобы просто так подойти и с первым встречным познакомиться, вопрос здесь не стоит. Здесь вопрос в том, что с этим делать, если ты влюбился?»

Голос из зала: «Мне кажется, надо познакомиться, потому что это, может быть, твой шанс, который ты упустишь».

Вадим: «Вот такое мнение – познакомится. Еще мнение?»

Голос из зала: «Это вообще и к тем, кого мы случайно встречаем на улице, и к коллегам относится: чтобы понять формат, вот, допустим, она идет в магазине и не может что-то выбрать, можно это взять за формат и начать общаться в этом ключе».

Вадим: «Нет, это уже способ, как кадрить девушек красивых, а здесь вопрос несколько другой».

Голос из зала: «Использовать энергию влюбленности для качественно более сильной реализации дела: можно также подойти помочь человеку, невзирая на Влюбленность, но это меня не очень сильно разовьет, ее не очень сильно разовьет, а если вот студенты, влюбленные друг в друга, возьмутся за одну карма йогу, да они сделают эту карма йогу..»

Вадим: «А потом кто их из постели выцарапывать будет? Был у нас и такой опыт в ОЙУ, к сожалению, после чего один из этих постельщиков исчезал. Все очень замечательно начинается: празднование совместное Нового года, 8 марта, 23 февраля, обмытие новой машины или еще чего-нибудь. Все совершенно замечательно, прилично начинается. Заканчивается утром в постели, помните, как там было: Ваня, я ваша навеки. А Ваня, вообще-то, и не готов навеки-то. А потом начинаются трения, претензии, всяческие разборки. Друзья, между мужчиной и женщиной – самым тем фактом, что они мужчина и женщина – есть некая точка невозврата, если вы ее переедете, вы как в воронку свалитесь. Вот точно также и здесь: перейдете какую-то грань, и сами не заметите как вас понесет. В йоге Влюбленности, открою вам секрет, этот эффект используется. Но так это ж ведь в йоге Влюбленности. Там выстраивается огромный арсенал нейтрализующих факторов, и так далее, и тому подобное. И более того, чем больше о тебе знают, чем менее знакомый человек в хорошем смысле этого слова – не в том, что это первый попавшийся человек с улицы какой-то там забулдыга, а знаете, там мужчина-загадка или женщина-загадка, тем мощнее практики. Но то ж практики. А здесь, я так понимаю, не о практиках идет речь. Еще какое-то было мнение...»

Голос из зала: «Не важно, как развернулась эта ситуация – познакомились вы или нет – важно сохранить вот это чувство бхавы, Влюбленности, и продержаться в нем как можно дольше».

Вадим: «Ага, вот Сергей уже начинает выходить к некоторым советам йоги Влюбленности. Вы помните положение йоги Влюбленности, что если через кого-то сверкнуло, по сути дела сверкнул Абсолют через тело человека, и уже этого одного достаточно по большому счету. Одного этого. Вот Абсолют проявился, значит, через окно – тело другого человека. С этим можно работать. С этим нужно работать. **Если же цепляться за форму, друзья, к сожалению, неизбежны проблемы, разочарования.** Вот правильно было первое мнение: первый раз так познакомился, второй раз так познакомился, а потом ловишь себя на мысли, что все идет по одному сценарию: вот оно было чудо, и вот в какой-то момент оно растаяло, и стались черепки, остался обычный человек. Была Богиня, но схватился за нее, смотришь, а это не Богиня, а баба обычная -дура. Или был сам Абсолют, хватаешься, а это такой эгоист туповатый, больше интересуется чем-то посторонним, чем женщинами. И это сплошь и рядом. Это такое проклятье Дон Жуана, который вечно влюбляется, вечно добивается объекта своей Влюбленности и вечно разочаровывается.

Следующий вопрос характеризует, насколько слабо еще вообще осознается вся тема Триады. Я это считаю иллюстрацией того, насколько никто ничего толком до сих пор не понимает. И поэтому я начинаю сомневаться, насколько судьба Триады будет успешная у нас, потому что если задаются такие вопросы, значит, нет самого глубинного понимания **идеи Триады, как то свободы, радости, счастья, отсутствия насилия, отсутствие всего такого, что вам не нравится.**

Вопрос следующий: «Как быть, если во время практик Триады какие-то партнеры окажутся физически неприятными – преодолеть себя или вообще отказаться от практики?»

Ответ (Вадим): «Друзья, если есть какие-то неприятные партнеры, то с ними практику лучше и не начинать. А вообще говоря, в практиках Триады это очень оговаривается, вы, знаете, не kota в мешке покупаете, знаете, заходите в темную комнату, не зная, кто там окажется. Русская рулетка. Другой разговор, здесь я уже немножко выправлю этот вопрос: есть ситуации, когда для практики самых безобидных упражнений, как то пригласить девушку на танец, иногда девушке или юноше кажется, что как-то я не могу понять, нравится мне эта девушка или не нравится, нравится мне этот юноша или не нравится, ну какой-то он обычный, какой-то он серый, непонятный. И вот в таком раздумии человек может находиться очень-очень долго. Но если практикуется практика соответствующей йоги, в том числе и йоги Влюбленности, и все делается правильно – магия сближения. Как только вы оказались чуть ближе определенной точки, как вдруг вы преодолели наслоение чего-то иллюзорного, отвлекающего, мираж, и вы начинаете воспринимать другого человека совсем в другом свете. И вот тут, о чудо, на первый взгляд был совсем неприметненький человек, вы можете его даже очень долго знать до этого, но если вы правильно начинаете сближаться, вы вдруг начинаете видеть в нем проблески его высшего Я. Вы становитесь зачарованы, и вопрос неприятия, нежелания или нехотения каким-то самым волшебным образом отпадает. Это магия мужского и женского. Потому что **каждая женщина, знает она о том или не знает, Она - сама Богиня красоты. Каждый мужчина, знает он о том или не знает, Он – олицетворение сознания всей Вселенной.** Мы все сделаны по одному образу и подобию, и иногда надо чуть-чуть приблизиться друг к другу, чтобы рассмотреть. Поэтому иногда, потихонечку вовлекаясь в практику Триады, вы вдруг начинаете открывать в людях такие фантастические красоты, о которых вы в обычной жизни и не догадывались даже до тех пор, пока не начинали практиковать. И это касается практически всех аспектов, начиная от физического влечения – сексуального влечения и интеллектуального интереса к другому человеку. И это действительно волшебство, магия мужчины и женщины.

Вопрос: **«Можно ли в качестве подготовки начинать практиковать сексуальные практики со своим основным партнером без привлечения других партнеров?»**

Вадим: «Друзья, не просто можно, но и нужно. Допустим, такой раздел йоги Триады, как йога сексуального Союза вы по-настоящему, в полном объеме с другим партнером-то и не отработаете. Почему? Ответ очень простой: потому что для этого требуется очень много времени, вы должны жить вместе, спать вместе, вы должны быть очень рядом, потому что у вас физически времени не будет встречаться и практиковать с той частотой и с той интенсивностью. Кроме того, прежде, чем приблизится к практике с другими партнерами или партнершами имеет смысл познать свой собственный потенциал, а, как показывает практика, только те люди, которые достаточно долго друг с другом живут и которые изучили друг друга – что одному нравится, что другому, что одного заводит, что другого – они в этом смысле идут таким самым быстрым способом, чтобы выйти на уровень качественных сексуальных взаимодействий. Надо другое тело просто чувствовать, как и другое тело – тело твоего партнера – мужа или жены чувствует тебя. И это на самом деле основная линия по приближению к точке йоги. **Основную дорогу по приближению к точке йоги, как правило, вы будете проходить со своим мужем и женой,** потому что это долгие изнурительные упражнения. И даже если потом вы будете практиковать йогу Союза, может быть, с другими партнерами или партнершами, если посчитаете, что в

вашей жизни это должно быть, то вы во всяком случае уже будете знать, чего ожидать от своего тела. Это очень-очень важный момент, но это момент больше технический, поэтому **идеал Триады – это в первую очередь устойчивая семья, которая нарожала бы детишек, воспитывала детишек, и оставшийся сексуальный потенциал выбирает в первую очередь друг из друга**, а потом уже, если необходимо, использовала какие-то другие конфигурации сознания и энергии, проявляющиеся через других партнеров или партнерш. То есть, я еще раз об этом говорю, в этом отношении не ждите каких-то чудес, как я читаю, какие-то немислимые образования. В этом отношении **йога Триада чрезвычайно консервативна: муж, жена, дети**. Если это выполнено, все, тогда веселись, отработай что хочешь, с кем хочешь, когда хочешь. А без этого никак, хотя бы по той простой причине, что технология не позволяет. Вы можете с другими партнерами отработать Влюбленность внезапную, потому что вы не знаете их, они не знают вас, вы больше домысливаете, чем есть на самом деле, открывается канал в Абсолюта, все у вас замечательно-чудесно, но это как воздушный шарик, он летает. Он крайне нужен, но он должен опираться на землю реальных физических ощущений. Когда вы опираетесь на свое физическое тело, на те состояния, которые очень часто возникают, когда очень хорошо позанимаешься Хатха йогой, Крия йогой, йогой простираания, Мантра йогой или другими йогой. Когда все тело вибрирует, и вы чувствуете, что это не просто какие-то ваши галлюцинации или ваши воображаемые процессы, это реальные физические процессы. И вот если есть это, если к этому еще добавляется что-то тонкое и неуловимое, что действительно иногда легче отработать с другими партнерами или партнершами, тогда да, магия Триады идет гораздо сильнее. А если просто витать от одной влюбленности к другой, от одного интереса к другому без жесткого физического ощущения, то на самом деле это очень опасная такая тенденция, человек превращается в асоциальный элемент, он начинает пархать от одного к другому, нигде не останавливаясь, нигде не будучи готовым работать, воплощать это в материю. **Если нам дано физическое тело, оно абсолютно необходимо**. Отработать сексуальные практики на уровне физического тела легче со своим постоянным партнером или партнершей в первую очередь».

Вопрос: **«Как поступить девушке, если у нее возникает желание иметь детей то от одного своего партнера, то от другого?»**

Вадим: «Ну и замечательно. Продолжайте желать. На самом деле, это тоже очень такая волшебная тема, мы коснемся ее чуть попозже. Ну, во-первых, что говорит по этому поводу Триада? Триада говорит, что **самый разумный способ – это все-таки иметь детей от одного партнера**. Почему? Потому что, если у вас будет несколько семей, вы будете метаться между ними, и в этом отношении дети будут страдать. Поэтому, если мы говорим о Родовой йогой, то наиболее приемлемый, наиболее такой основной вариант – это когда у вас есть муж или жена, и вы рожаете физически детей только лишь от них. Но, друзья, здесь все не так просто. На самом деле, даже если вы имеете детей от своей жены или своего мужа, это вам только кажется, что это ваша заслуга, на самом деле, через вас как в фокусе собираются все мысли, все желания, все стремления всей Вселенной. По сути дела, в момент, когда вы даете новую Жизнь, вы не больше, не меньше как сам Абсолют и сама Богиня. Вот в этот момент девушка является всеми девушками, юноша является всеми юношами. И в большей степени через них светят те, кто им симпатичен, кто их

желает, хочет, любит, кто им интересен, и так далее. Поэтому и говорится, что не бывает чужих детей. Любой ребенок, когда-либо и где-либо рожденный – это и ваш ребенок. По-другому не бывает, друзья. **Если бы из этой Вселенной можно было что-либо вырезать, к чему бы вообще не имели бы отношение, вы бы об этом даже не узнали, это было бы в какой-то другой Вселенной. Если знаете, значит есть часть и ваша.** Поэтому, если есть такое желание, благословите вашего партнера, чтобы у него были дети. В том плане, что ваш фактор пускай поддерживает детей вообще. Но это достаточно закрытая тема, я не хочу ее развивать, на этом построены достаточно интересные медитации и практики, как помогать многим и многим. Об этом, может быть, попозже мы поговорим. Поэтому желание спонтанное иметь детей у девушки, которая не влюблена – вы понимаете, что если девушка влюблена, то для нее есть только один – Он, нет больше других. Если же есть просто любовь, желание, влечение, то оно может скользить. Но надо понимать, что на самом деле вы все равно за многими видите одного или одну. И если это правильно понимать, то любой ваш эмоциональный или эротический даже всплеск пойдет на то, чтобы сделать этот мир лучше, сильнее. Но и, конечно же, вы помните, что, безусловно, Жизнь очень сложная, бывают самые разные моменты, мы не знаем всей своей кармы, мы не знаем всей своей предыстории, и вообще всего расклада. Бывают самые разные вещи, которые творятся в этом мире, и здесь я хочу привести такой пример, такой образ жизни, который, как говорят, наблюдался в Спарте. Было такое государство древнее – Спарта. Так вот, там якобы бытовали такие нравы, что один мужчина мог попросить своего товарища дать ему жену, чтобы она родила ему сына, если у него не было детей. То есть, взять жену взаймы. Насколько это все правдоподобно, насколько это было все жизнеспособно во времена древних Спартанцев, я не знаю. Но я не исключаю, что все могло быть и так, потому что сама структура государства Спарты предполагала постоянное ведение войн, а постоянное ведение войн – там было не до семей, и вполне может быть, что и такое было. Насколько же это приемлемо или применимо с нашей точки зрения, когда мы не находимся в состоянии такой открытой войны, не знаю, видите ли, в каждую эпоху, при каждом определенном стечении жизненных обстоятельств могут вырабатываться самые разные способы взаимного сосуществования. Я не исключаю, что возможен и этот. Но все-таки **генеральная линия Триады, то есть для основной массы людей – это когда у вас есть муж, жена и дети от одного партнера или партнерши.**

Все мои слова имеют смысл, если вы занимаетесь йогой и помните принципы, на которых йога построена. Чтобы нас еще раз вспомнить эти принципы, мы сейчас проведем **медитацию.**

Садимся прямо. Выпрямляем спину, шею, голову, закрываем глаза.

Вспоминаем **первый принцип йоги – принцип непричинения вреда ни одному живому существу без крайней на то необходимости,** если есть возможность не причинять вред, принцип призывает не причинять вред, если такой возможности нет, принцип призывает поступать так, как велит долг. Это главный принцип любой йоги, жизнь полна сюрпризов, и бывают ситуации, когда нас несёт. Несёт на волне эмоций, или заблуждение запеленало нам глаза, и мы подменили где-то понятия, и теперь в праведном гневе начинаем рубить головы направо и налево. Вот именно в эти моменты должен срабатывать первый принцип, иначе, набравшись сил от йоги, человек превращается в страшный разрушительный фактор. Первый принцип также называется принципом

применения **доброты**, принципом применения сверхлогики в личной жизни. У вас может совсем не быть аргументов, чтобы делать добро, поступать по-доброму, и наоборот, быть масса аргументов, чтобы позволить человеку страдать, причинить ему вред, и **первый принцип призывает поступать по-доброму без «почему»**, просто потому, что вы хотите жить во вселенной, в которой есть добро, в которой вы поступаете по-доброму.

Вспоминаем **второй принцип йоги – принцип нерастрачивания себя по мелочам**.

Принцип утверждает, что времени, сил вашей жизни хватит на достижение всех ваших целей, но если вы будете тратить свою жизнь, время, направлять своё внимание на дела, которые вам не приоритетны, не нужны, которые не приближают вас к вашим целям, то жизни может не хватить. Может не хватить сил, времени или знаний. И поэтому, когда перед нами возникает очередная деятельность, принцип призывает спросить себя: а ведет ли эта деятельность нас к нашим целям? И если не ведет, то безжалостно отбросить ее как уведящую в сторону. Второй принцип называется принципом здравого смысла или принципом применения логики в личной жизни. И вот если мы хотим себя как-то проявить, и хотим, чтобы это проявление, эта деятельность стала для нас йогой, расширила нашу свободу, повысила степень самоосознанности, тогда перед тем, как проявлять себя, нужно оглядеться по сторонам: а не причинит ли это проявление кому-нибудь боль, а потом посмотреть, а будет ли это разумно проявлять себя так, тратить время на эту деятельность, приблизит ли это проявление нас к нашим целям. И если да, если никому не будет больно, если это будет разумно, логично, то каким бы ни было это проявление, это будет йога, и оно будет расширять нашу свободу.

Если мы хотим идти путем йоги и расширять свою свободу быстрее, тогда йога призывает вспомнить **третий принцип йоги – принцип отказа от страданий**. Никто и ничто не имеет права навязывать нам страдания. Наше естественное состояние – это состояние радости, счастья и наслаждения. В то же самое время принцип призывает не быть безучастным к страданиям окружающих, и в меру возможностей вовлечься в помощь всем живым существам в обретении ими счастья, если они этого пожелают.

Также вспоминаем, что надежным фундаментом для практики йоги является ситуация, когда все вокруг счастливы. Когда есть страдания, несчастья, нужно помогать людям, и уже не до практик. Нужно выживать, нужно помогать выживать другим. А когда все вокруг счастливы, есть время, есть ресурс, который можно потратить на увеличение своей свободы. И поэтому **переносим внимание в центр груди**, и в этой области видим или представляем большой красивый цветок. Про себя произносим: **«Да будут все живые существа счастливы»** и желаем счастья всем своим близким, родным, всем тем, кого мы любим и кто любит нас. Видим или представляем как это пожелание выходит из центра нашей груди в виде волны света, и распространяется по всей Вселенной.

И еще раз мысленно произносим: **«Да будут все живые существа счастливы»** и желаем счастья всем, кого мы не знаем и кто не знает нас, всем, кто нам безразличен и всем, кому безразличны мы. Их бесчисленное множество, и мы всем им желаем счастья. Нейтрализуем в себе тенденцию поступать так, как если бы после нас был потоп. Нет, после нас будут жить другие живые существа, они ничего не будут знать о нас, мы ничего не будем знать о них, но мы желаем им счастья. Медитируем, как это пожелание выходит из центра нашей груди и распространяется по всей Вселенной.

И в третий раз мы мысленно произносим: «**Да будут все живые существа счастливы**», и желаем счастья всем своим врагам, явным и скрытым, всем недоброжелателям. Все они желают нам несчастья, в силу нашей глупости мы причиняем им вред, встали на их пути, между ними и их целями, или в силу их неведения они почему-то посчитали, что мы мешаем им в их жизни, в любом случае, они желают нам несчастья. Мы же желаем им счастья. Помним, что йога не столько призывает бояться негативного воздействия на себя, сколько своей реакции на это негативное воздействие. И не нужно раскачивать лодку агрессии, насилия. Это пожелание счастья позволит нам изменить ситуацию к лучшему, убрать неведение у нас, у наших врагов. Медитируем, как это пожелание выходит из центра нашей груди, распространяется по всей Вселенной, достигает самых мрачных ее уголков и меняет там ситуацию к лучшему, мы же тем самым развязываем узелки своей негативной кармы.

Переносим внимание в область над макушкой головы, и в этой области видим или представляем образы йогов и йогов, Учителей и Учительниц йоги, всех тех, кто донес до нас это древнее знание. Если тяжело представить их образы, можно представить образы своих родителей - маму и папу, а также их родителей, бабушек и дедушек, и так далее. Как утверждает Родовая йога, среди наших предков обязательно встретятся Учителя и Учительницы йоги, все вместе Учителя и Учительницы называются Облаком Школы, и нам нужно установить с ними личную связь, без посредников. Им от нас ничего не нужно, кроме одного – чтобы мы были счастливы, но также они крайне ненавязчивы, и никогда не будут вмешиваться в нашу жизнь, если мы не пригласим их. Свобода воли священна. Поэтому если нам нужно их участие, их присутствие, их помощь в нашей практике, то активно приглашаем их войти в нашу жизнь и в нашу практику. Мысленно благодарим их за готовность помочь, или если уже ощущаем их помощь, благодарим их за эту помощь.

Просматриваем свое дыхание, опускаем подбородок к груди, мягко открываем глаза.