

Йога Триада .Лекция 22 от 08.11.11.

Итак, друзья, здравствуйте. Сегодня 8 ноября 2011 года. Меня зовут Вадим Запоржцев, я преподаю йогу, это у нас лекции по йоге Триаде, т.е. по йоге влюбленности, тантра йога, йога союза для площадки единомышленников, изучающих взаимодействие мужских и женских начал с помощью теории йоги. Вся информация находится на сайте yogatriada.ru. Предполагается, что каждый из вас стал уже на путь самостоятельного изучения йоги на сайте kurs.openyoga.ru, т.е. базу теоретическую вы будите брать с этих курсов, а здесь всего лишь, мы, если так образно говоря, то базовое теоретическое знание.

Ну ещё раз хочу так сказать озвучить, что это публичные лекции и если есть возможность слушать эти лекции вживую, то лучше слушать их в живую потому чем слушать через запись потому что при записи, что то неуловимое не передается.

Если вы считаете что это важная для вас тема, достаточно важная то тогда я приглашаю вас посещать наши лекции. Если же ваш интерес такой поверхностный, то лучше не приходите. Вы здесь не нужны, если вы здесь, между прочим.

Мы с вами должны продолжить рассматривать такую ключевую тему связки таких понятий как йога, как секс, как секс без потерь.

Но прежде чем продолжить я должен ответить на пришедшие вопросы. Поэтому прошу зачесть громким йоговским голосом.

Вопрос 1. На одной из лекций вы упоминали, что если мы не занимаемся сексуальной практикой вокруг нас должно быть как можно больше лиц противоположного пола. Предполагается ли какое-то взаимодействие с ними, если можно бывать в одной комнате даже не зная и не общаясь с ними,

Вадим. Хороший вопрос давайте я сейчас отвечу, а потом уже все остальные. Итак друзья , идеология взаимодействия мужского и женского несколько своеобразна.

Дело в том, что каждый из нас родился мужчиной или женщиной. Согласно глубинной аксиоматике йоги, которую я сейчас только лишь вскользь упомяну. Тот факт, что вы родились женщиной говорит о том, что весь окружающий мир вы были склонны в момент прихода в этот мир воспринимать как мужчину. Тот факт, что вы родились мужчиной говорит о том что в момент вхождения в этот мир вы были склонны воспринимать окружающую вселенную как женщину.

Действительно душа у каждого из вас или более строго - ваша атма или высшее Я, оно бесполо. В одной жизни вы можете родиться мужчиной, в другой жизни можете родиться женщиной. Но в то же самое время аксиоматика йоги говорит , что наша вселенная сбалансирована и поэтому тот фактор, что у вас явно выражено проявление женское, должен быть чем то скомпенсирован. И компенсацией, другим полюсом является не больше, не меньше вся, я подчеркиваю, вся окружающая вас вселенная.

Вот такая идеология того что мы с вами мужчина или женщина поэтому когда мы с вами рождаемся, когда мы достигаем половой зрелости, то наши мужские и женские качества проявляются в значительной степени и чтобы мы чувствовали себя комфортно в той вселенной в которой мы живем мы должны ощущать уравнивающее действие другого полюса. Или грубо говоря мы должны чувствовать окружающую нас вселенную.

Мы должны чувствовать окружающую нас вселенную в аспекте мужского, если мы женщина или женского, если мы мужчина. Если мы недополучаем этого уравнивающего действия, мы как бы смещаем свою внутреннюю жизнь восприятия вселенной. Смещаем, искажаем, перекашиваем. И как следствие этого мы начинаем страдать. Мы начинаем чувствовать, что нам чего-то не хватает. Знаете, иногда такое образное сравнение дается. Мы начинаем вести себя как рыба на берегу, открывая рот в попытке дышать. А дышать то нечем. Потому, что нас как бы вытащили из нашей такой гармоничной среды.

Поэтому друзья для того чтобы вернуть баланс мы должны всегда ощущать окружающую нас вселенную всегда помнить о ней, всегда уметь взаимодействовать с ней и более того ощущать и воспринимать её в том ключе, который объясняется этой вот теорией симметричности. То есть мы должны скажем мы женщина и являемся принципом вечного видоизменения. принципом Шапти, принципом энергии то нам крайне необходим вектор действия.

Мы как женщина можем сделать всё что угодно лишь бы было направляющее сознание. и если его нет этого направляющего сознания мы начинаем испытывать дискомфорт, мы путаемся в жизни, мы не понимаем, что надо делать, а что делать не надо.

И если мы скажем, воспринимаем окружающую нас вселенную - мужской принцип, то мы в гармоничном для себя состоянии, мы в комфортном для себя состоянии, живя в мире где всё сбалансировано. И симметричная ситуация в отношении мужчины, который является воплощением принципа вечной неизменности, а по сути дела принципа сознания и дабы скомпенсировать вот этот как бы один полюс ему нужен принцип вечного видоизменения себя ему нужна вселенная Шапти, вселенная энергии, которая подстраивалась бы под его лучи сознания.

Если это происходит, то опять мужчина начинает очень комфортно себя чувствовать. Но беда заключается в том, что мы пока не наделены ещё этой способностью один на один общаться со вселенной. Наш разум не достаточно развит, наши чувства, эмоции. и опять же вселенная в своей милости опять же в концентрированном виде помогает взаимодействовать с ней уже через тела лиц противоположного пола.

Или по другому. Если вы скажем девушка, но ещё не в состоянии ухватить вот этот мужской принцип окружающей нас вселенной, то любой юноша, который окажется рядом с вами, он будет как в концентрированном виде олицетворением всей вселенной. А так как он будет тоже представлять из себя так сказать человека и вы легче сможете сконцентрироваться на человеке, общаться с ним или о всяком случае наблюдать за ним.

Поэтому наличие рядом лица противоположного пола до известной степени облегчает нам эту гармонизацию. И я хочу подчеркнуть, что здесь пока нет ни одного слова про секс. Это всего лишь баланс. Это тот всего лишь баланс, который должен быть когда мы входили в этот мир, когда мы выросли и вот теперь он просто наблюдается когда мы достигли в общем то большого возраста и здесь нет абсолютно сексуальности, здесь есть всего лишь нейтральное, уравнивающее действие от лиц противоположного пола.

Сексуальность наступает, это когда нечто другое, это когда избыток как мужского так и женского. Тогда это сексуальность. А если это нулевой уровень то это обычный, комфортный, каждодневный для вас уровень. И вот получается следующая тогда вещь. Что если мы не склонны видеть во вселенной другой полюс с одной стороны, а с другой стороны жизнь в результате нашей дурной негативной кармы делает так, что в нашем окружении нет лица противоположного пола. То получается, что вселенной очень тяжело скомпенсировать эту ситуацию.

То есть мало того, что вы не чувствуете вселенную, то ещё своими дурными поступками получили такую дурную карму, что распугали всех своих потенциальных мужчин (это для женщин). Да или наоборот всех своих потенциальных женщин, если вы мужчина. То есть это в общем то закон кармы.

И получается страшнейший перекося. Вы действительно как рыба выброшенная на берег. Открываете, закрываете рот, Вам дискомфортно, а вы понять не можете почему. Причем на дискомфортно на глубочайшем уровне причинного тела. Глубже чем какие-то структуры нашего разума, отчасти. Поэтому мы не можем осознать, почему нам плохо.

И опять же в качестве уравнивающего действия общая идеология как йоги вообще, так и йоги Триады в частности рекомендует нам все таки устранять этот перекося и стремиться общаться с лицами противоположного пола, дабы через них легче понять вселенную. А воспринимая компенсирующее действие вселенной выйти на более приятное комфортное и приятное состояние жизни, когда вы как рыба в воде уже.

И вот такая вещь и происходит, что если вы одиноки то много страданий. И не потому, что у вас нет сексуальности. Там даже о сексуальности речь не идет. А от того, что вы перекосяли в отрицательную сторону так сказать мир. И за каждую секунду перекося вы должны расплачиваться. А в качестве платы идет ваше страдание. Вы помните страдание – это ваше наслаждение, которое используется против вас же самих.

И вот рождаются такие практики, что сперва вам нужно вывести себя на нейтральный уровень, когда в вашем окружении достаточно много мужчин и женщин, с которыми вы можете ничего не делать, никак не взаимодействовать, а просто находиться рядом. И этого уже будет достаточно, чтобы отчасти выровнять вашу ситуацию в этом компенсационном взаимодействии сознания и энергии.

Как следствие вы будете меньше ощущать внутренний дискомфорт, боль беспричинную. И как следствие вы будете поступать в своей жизни более разумно по-доброму и без ошибок и глупостей.

Знаете когда вам ничего не угрожает, когда вы довольны, когда вы не испытываете боли вы делаете более осознанные шаги. Как в обычной жизни, так и при выборе мужчины или женщины которые могут стать вашими мужем или женой или партнерами в дальнейшем уже по сексу.

А вот если у вас в отрицательную сторону смещен этот баланс, то вам больно и вы склонны делать глупости, вы склонны делать какие то такие резкие поступки непродуманные. Вы склонны за первого встречного человека выходить замуж или жениться.

Или в обычной жизни вы не склонны продумывать ситуацию. И вы начинаете делать ошибки. Ошибку за ошибкой. Что в общем усугубляет вашу ситуацию. Так вот ни о какой сексуальности, ни о каком взаимодействии просто речи не идет. Это всего лишь когда вы находитесь вместе. Мужчина и женщина. Всё этого достаточно.

И какая-то более сильная степень взаимодействия это когда вы общаетесь с женщиной. Не просто смотрите на неё, а и разговариваете. А если вы ещё и пригласите на танец то это вообще предел мечтаний для уравновешивания. Ещё и тактильные ощущения , что это не мираж. Вот она из плоти и крови.

Это дает ещё один канал успокаивающий так сказать компенсационный, поэтому ни в танцах ни в том, что вы там вместе находитесь нет ни какой сексуальности, нет даже оснований для практики сексуальности. Это всего лишь возвращение баланса.

Ну и в качестве примера я могу привести у меня был один такой реальный случай, когда один дядечка. Ни дядечка – зав кафедры, где я учился. У нас был контингент в основном мужской.

При поступлении у него было правило - он приходил в приемную комиссию и говорил – «Вот набраны студенты. Как правило, это мужчины. А вот теперь идите на улицу и первых попавшихся девушек любыми посулами заставьте попасть и поступить в эту группу. Чтобы друг друга разбавляли. У него правда была несколько другая теория. Он эмпирически за много много лет воспитания специалистов, а специалисты достаточно серьезного класса и очень уровня такого высокого.

У него была статистика , что если в группе была одна или две девушки то и успеваемость выше и культура выше, и как то знаете такой порядок среди мужиков. А вот если женщин нет мужчины склонны скатываться в скотство. Матом начинают ругаться. Вести себя как то не очень хорошо. И вот он буквально требовал. Это реальный человек. реальная ситуация. Это всё происходило на моих глазах.

Так вот даже с этой стороны есть польза от балансировки. Поэтому если вы чувствуете одиночество, если вы чувствуете проблему в этой области перекошенности мира, то старайтесь искать людей и быть в обществе людей противоположного пола.

Собственно говоря, почему эта площадка и зарождалась. Здесь у вас есть возможность даже вот тем фактом, что вы здесь вместе все тем самым уже отчасти вот эта внутренняя

боль от перекоса уже начинает уходить. И здесь нет ещё раз хочу сказать – здесь нет ни грамма сексуальности.

Потому что я время от времени открываю умные книжки умных псевдопсихологов, которые начинают объяснять этот эффект якобы какой то там сексуальностью, сексуальными взаимодействиями. Нет здесь у вас сейчас сексуальности. Вы были в глубоком минусе, а здесь вы немножко приближаетесь к нулю. А сексуальность это ой ей ей как в плюс надо сколько, миллиард как в плюс надо, а вы даже до нуля еле, еле не доходите.

Понятно, что когда вы вовлечены в сексуальное взаимодействие даже со случайным человеком, то там происходит следующая вещь. Вот вы были на отрицательном уровне, но вот в какую-то долю секунды вы за счет секса поднялись на ноль, а потом поднялись ещё выше. И у вас ощущение, что да в этом во всем сексуальность работает. И более того вы готовы связать жизнь с человеком с которым вам не хорошо, а просто меньше больно чем быть одному. Это как вы понимаете не разумная вещь такие вот поступки делать.

Вот ответ на такой вопрос. Это что? Вопрос к вопросу?

Вопрос. Общение дочери с отцом, разнополых детей тоже выводит на баланс?

Ответ: Ну, вероятно да. Здесь нет никакой сексуальности. Меня всегда очень сильно угнетает, когда в Москву или на Запад те или иные религиозные учения под видом йоги проникают и начинают проводить там какие-то занятия или свои какие то действия. Меня так всегда добивало, что они так женщины сели слева, мужчины сели справа. И всячески как бы разделять. А принцип мужского, или женского это понимаете наш личный вход в эту вселенную.

Действительно той же девушке, чтобы когда она вырастет и чтобы быть счастливой в браке ей надо с детства видеть какие бывают мужчины, или там взаимоотношения в семье. Потому что как показывает практика, мы никогда не придумываем что-то новое. Мы копируем то, что видели в своей семье. Поэтому вероятно здесь тоже есть какой то элемент, в котором абсолютно нет сексуальности.

Потому что ещё раз хочу подчеркнуть. Эти умные книжки какую только бредятину они не начинают писать, что какое то там сексуальное влечение между родителями и детьми и прочее, прочее. Собственно говоря люди не разобрались в этом сложном вопросе и начинают делать такие скоропалительные выводы и в результате это приводит к каким то массовым психозам сломам сознания, восприятия.

Так следующий вопрос, давайте обсудим. Постепенно будем отвечать на них.

Второй вопрос. В двадцатой лекции Вадим рассказал когда мужчина спит с одной или потом двумя партнершами в одной постели без секса. Или наоборот одна девушка и мужчина. В результате такая практика позволяет на какое то время сократить потери той части, которая идет на продолжение рода. У меня вопрос такой тоже самое происходит например если ты спишь с постоянным партнером, с мужем или женой? Или МЗПР

привыкает к одному партнеру и такой номер уже не пройдет? Возможно, в случае с другими партнерами включается элемент неведения МЗПР относительно других партнеров и поэтому эта практика срabатывает? Вот такой вопрос.

Ответ. Очень глубокий вопрос. Он показывает, что люди наконец-то стали разбираться в этих хитросплетениях. Да действительно друзья есть такое коварство. Я несколько слов скажу об этой практике которая была упомянута. Эта практика уже как раз когда мужчина спит с лицом противоположного пола обнаженным. А это действительно серьезная практика, как вам сказать, когда у вас есть неконтролируемое проявление сексуальности, а вы не можете его удержать.

А в результате что случается? У мужчин случаются ночные поллюции. Или когда он теряет семя во время сна, не отдавая себе в этом отчет. При этом, безусловно, теряется та часть, что идет на продолжение жизни, что собственно говоря, не оправдано. У женщин аналогичная ситуация. У женщин во сне может быть мощный оргазм от каких то снов, которые так же приводят к потере, которая даже не совсем воспринимается.

И бороться с этими потерями практически невозможно, потому что даже если во время бодрствования вы держите себя в узде, то в момент сна вы немножко расслабляетесь и всё равно теряете, даже не осознавая. Это серьезный такой фактор, очень серьезный и поэтому в йогах триады даются разные подходы, дабы сократить такую возможность неконтролируемой потери потенциала.

И вот в частности эта практика, когда вы начинаете обнаженным спать с лицом противоположного пола. Тогда ваша сексуальная энергия через МЗПР ощущает что если есть партнер с которым вы можете заняться сексом, то, безусловно, надо перекрывать другие каналы, по которым это может потратиться. И в результате легче сдержать ночное семяизвержение у мужчин или для женщины осознавать те сны в которых она может приближаться к таким неконтролируемым оргазмам и как бы отдаляться от них т.е контролировать.

Почему? Да потому что рядом есть живой претендент. Таким подходом мы обманываем внутренние структуры, которые нам не подвластны. Да действительно такая практика есть. Мы упоминали даже, что такой выдающийся человек как Махатма Ганди практиковал это.

Теперь вопрос следующий. Ну хорошо, вы муж и жена. Ну и понятно вы спите в одной постели обнаженными. А будет ли срabатывать эта практика в отношении мужа или жены. И здесь очень парадоксальный друзья ответ пока вы молоды полны энергии и проявляете интерес друг к другу да такой эффект будет наблюдаться.

Но как вы помните коварный эффект МЗПР, вы привыкаете к мужу или жене и вы как бы теряете к ним интерес. И они уже не будут вас так возбуждать как это было в самом начале м чем /больше вы лет проживете, тем сильнее это будет сказываться. И действительно наступает момент, когда рядом обнаженная жена или обнаженный муж и

вы не реагируете в этом отношении. А одна мысль мужа о соседке по лестничной клетке. Такой знаете. Мы обычно говорим о блондинке смазливой. Всё. Заставляет его трепетать.

Точно также и для женщины, какой-нибудь образ импозантного актера или там ещё кого-нибудь, футболиста, да (смех в зале), всё начинается уже другая реакция даже от одной мысли. Даже не говоря о том, чтобы они оказались рядышком голые.

То есть вот это действительно очень серьезная работа с МЗПР когда вдруг самые близкие для нас люди муж или жена в какой-то момент вдруг перестают нас возбуждать перестают приковывать наши какие-то эротические мечтания, или вызывать эротическую тягу.

После этого начинается ужасная череда лет супружеской жизни, этого остывания. А если ещё люди такие склонные не разбираться в ситуации и разводиться, то это серьезная база для разрыва и поиска кого-то на стороне. А это с точки зрения родовой йоги не рационально и не нужно. Потому что с этим новым повториться то же самое но только через какое-то количество лет

Так ещё там был вопрос.

Вопрос . Чем является импульс жизненности о котором мы говорили. Это и есть прана или это что-то другое.

Ответ. Да друзья с формальной точки зрения можно поставить знак равенства между понятием прана и понятием жизни. Не даром, когда переводили трактаты по пранаяме, переводчики никак не могли понять о чем же идет речь о дыхании, о жизни, о какой-то субстанции о какой-то тонкой энергии.

С такой формальной точки зрения у нас есть высшее Я. Наше высшее Я может в нашей вселенной (вспоминаем Аксиоматику) может проявиться в виде сознания или энергии. Это самая универсальная составляющая, которая отходит от нашего могущества в проявлении нашего Я.

Но в дальнейшем в других текстах потом уже в других текстах под словом прана иногда понимают более грубые аспекты этого проявления. Здесь тоже небольшое такое недопонимание. Первоначально прана это то, что производится нашим высшим Я или проявляется наше высшее Я через прану.

Но в дальнейшем эти проявления могут быть всё более и более грубыми и как бы прана становится в каких-то более грубых проявлениях и это вносит некую путаницу, когда в том или ином тексте говорится, что прана ответственна за то-то и то-то. Вроде и наша прана, но с другой стороны из контекста, что то совсем уж грубое.

Так, замечательно друзья. Теперь может быть у присутствующих в зале есть какие-нибудь вопросы.

Вопрос для беседы с Викторией. Организаторский .Надо ли делать ролик по Триаде?

Ответ. Конечно, нужно абсолютно всё делать. Вы помните так получается что основную часть знаний вы получаете в открытом йога университете. А так у нас есть очень жесткое требование по соблюдению двух принципов, принципа тайны и принципа открытости.

Принцип тайны говорит, что когда вы делаете какую то практику, чем меньше кто то будут знать об этом тем легче пойдет практика и лучше будет результат. А принцип открытости говорит что вы должны скомпенсировать принцип тайны и потом обнародовать эту практику и полученный результат, дабы другие люди могли как воспользоваться этой практикой в случае если вы получили положительный результат, или идти по другому пути в практике, если у вас что-то не получилось, а вы не можете понять почему не получилось .

Принцип открытости это краеугольный камень во всем знании, что касается сексуальности. Вообще говоря, тема сексуальной энергии она известна очень давно, но самым серьезнейшим образом всегда секретилась.

Отголоски этого знания мы можем найти в самых в иной раз неожиданных религиях культурах философских течениях начиная от алхимии и кончая какими то заклинаниями в тех или иных каких то культах. И везде если вы начинаете в глубь копать вы понимаете что они использовали сексуальность. Но вы понимаете тема достаточно пикантная. О ней вообще тяжело было говорить в средние века в той же Европе. Или в более поздние века.

Поэтому она во-первых не обсуждалась во вторых секретилась. В результате что получилось? А знания потерялись. И мне не хотелось бы что бы то же самое произошло с Тριάдой. Поэтому если вы имеете хоть какое-то знание и вы убедились, вы поняли что это действительно ваше. То ваш долг дать так же другим людям возможность об этом узнать.

Поэтому так же всякого рода рекламные ролики или распространение знания чтобы вы могли сделать его доступным, эти шаги приветствуются. Но в тоже самое время вы должны четко определиться с сегментом людей, для которых вы будете делать этот ролик или эту рекламу. Это вам не стиральный порошок продавать, это совсем другой сегмент. Можно сделать рекламу так что завтра здесь набьется народу столько что яблоку упасть будет негде , но это будут не нужные люди.

Как мы уже касались в сериях лекций, мне не нужны представители биомассы, мне не нужны люди которые мечутся, то они в биомассе, то они не в биомассе. Мне не нужны люди безответственные. Или что меня умиляет адепты тайных наук, а в этих науках сказано, что сексуальностью заниматься нельзя и вообще этой темой интересоваться нельзя, а они начинают мои лекции слушать и мне потом всякие гадости говорить по их поводу. Я хочу спросить, а если тебе запрещено даже интересоваться, зачем ты приходишь к нам?

И безусловно, если вы будете на такую публику распространять действия своих клипов или там так далее, то они законным образом скажут: «Ну как же вы же пропагандировали это на каждом углу». Так вот не хочу пропагандировать это на каждом углу . но с другой

стороны я хочу сделать так чтобы эта тема была доступна. Чтобы вам не пришлось 20 лет путешествовать по Тибету, обивать там пороги всех ашрамов, монастырей и прочего прочего.

Нет в этом необходимости. Поэтому делать надо, но надо очень четко для себя определить на какой контингент людей. А как определить на какой контингент людей? Я например для вас вижу выход. Это определиться, а кто вы сами? Вот вы должны друг с другом поговорить и составить себе портрет человека, который вменяемо интересуется Тριάдой и хочет всё это внедрить в свою жизнь. То есть рекламировать для таких как и вы.

Вот представьте себя самого, но только не знающего каких то вещей которые кажутся важными и попытайтесь представить себе, а как бы надо сказать какие бы выбрать термины или там образы. Это очень тяжело сделать. Почему? Да по той простой причине, что вот даже я сижу, преподаю вам здесь Триаду, но хочу я или не хочу, я мужчина и вижу Триаду мужскими глазами и в этом очень большие проблемы. Почему?

Потому что были у меня и сейчас я знаю, многие не понимают меня, в частности женщины. Я все равно с позиции сознания начинаю излагать, а если бы на моем месте сидела Виктория и читала бы те же самые лекции, но только своими словами своими образами и я уверяю вас на порядок был бы лучше эффект.

То есть вы могли бы посмотреть с двух сторон глазами мужчины и глазами женщины. То есть то что я неправильно донес она бы сгладила то, что она видит со своей специфической женской стороны вы бы скомпенсировали тем что я говорю. Так что я хочу, чтобы и она начала хотя бы несколько лекций по этой теме надо прочесть, но глядя женскими глазами на это на всё.

И вот здесь также известная будет трудность, на чем делать акцент. Для мужчин притягательно, что то одно, для женщин, что то другое. Или как сказано в Триаде, мы об этом чуть попозже ещё поговорим я не раз уже упоминал этот афоризм, что мужчинам в первую очередь надо изучать йогу Влюбленности, а они стремятся изучать йогу Союза, а женщинам наоборот надо изучать йогу Союза, а они стремятся изучать йогу Влюбленности.

Вот так мы сделаны. Компенсация некоторая. И вам надо всё это осмыслить, чтобы правильно подать. Я знаю прекрасно, что ни одни мои лекции даже самые теоретические не вдохновляли ни одну женщину до тех пор пока я не касался моментов родовой йоги. Но как только они понимали, что это все по-доброму, что это идеал семьи. Они диаметрально пересматривали свои взгляды.

Или наоборот, я знаю мужчин, для которых та же родовая йога была чем то абстрактным. Допустим, молодой человек лет 25-27, он уже планирует свою жизнь, что он сделает одну практику, потом другую практику, каналы чистит, потом пранаяму. И так далее и так далее. Он уже видит свою жизнь как такую внутреннюю работу над собой.

Подойди к нему скажи, что там дети, семья, жена. Да он посмотрит на тебя как на идиота, скажет: «Какие дети, какая жена, какая семья? В Гималаи». В Индию ехать надо, там в просветление, в самадхи выходить. И очень тяжело его бывает убедить, но когда ты уже с такой позиции мужской, очень серьезно обосновывая, что до тех пор пока ты вопросы сексуальности не разрешишь, то не видать тебе самадхи как своих собственных ушей.

Во всяком случае с той стороны с которой ты пытаешься достигнуть их. Для этого тебе как минимум придется общаться с женским полом. Как минимум. А если ты будешь общаться ты должен грамотно с ним общаться. Более того ты должен вспомнить, что есть такое понятие как родовая йога. Есть такое понятие как предки. И до тех пор пока предки недовольны, опять же не видать тебе в жизни личной счастья.

Потому что получается, знаете ты примерно следующим образом поступаешь. Все сидят в большом концентрационном лагере, ты взял у всех назанимал денег, подкупил охрану, вышел на свободу и начал там наслаждаться жизнью. А те люди, которые тебе в долг дали чтобы ты вышел на свободу до сих пор сидят и ждут от тебя когда ж ты вернешься и поможешь им выйти на свободу. А ты значит, по городу Парижу разгуливаешь всякие удовольствия вкушая, уже думать забыл кто был к тебе добр, кто на своих плечах на этот уровень поднял. Ну и как вы думаете, каково отношение этих людей к такому зазнавшемуся человеку.

Вы можете сколько угодно рассуждать о своем личном просветлении. Но до тех пор пока вы не осознаете ту громадную роль, которую сделали ваши бабушки, дедушки, прабабушки, прадедушки. Что вообще импульс жизни донесли, что вы вообще оказались в состоянии получить тело человека. Пока вы это не осознаете, вы не осознаете очень много чего чтобы достичь просветления.

И вот когда начинаешь с этой стороны подавать информацию, смотришь, уже и мужчина начинает понимать. Уже без такого фанатического блеска в глазах, а уже так по живому. Вот в этом известная трудность есть. Ещё вопросы есть друзья?

Вопрос , Басим гр.эко. Мне кажется всё равно для того чтобы правильно ориентироваться в йоге Триаде, продвигать её придется изучать всё.

Ответ. Абсолютно правильно Басим. Дело в том, что вы не сможете практиковать некоторых упражнений Триады, если у вас физическое тело в плохой форме. Вот сейчас в частности я время от времени смотрю на мужчин. Я понимаю рыхлые мужики, не работают над собой. А если они не работают над собой они не привлекательные. В том числе и для женщин. То же самое и в отношении женщин.

И, конечно же общим фоном должна быть работа над собой, внутренняя практика. Когда вы каждый день делаете то, что называется в йоге такая внутренняя невидимая садхана. Такая духовная работа. когда вы из множества упражнений известных вам выбираете набор тех упражнений, которые с известной периодичностью каждый день выполняете. Чтобы обязательно у вас в рационе было какое-то количество мантр , которые вы произносите.

Ну и всех остальных упражнений по возможности для вас. Чтобы внутри вас был такой островок незатронутости. Чтобы внутри вы были личностями само достаточными. А это только лишь обычные виды йоги помогут приобрести. Хатха йога , крия йога, мантра йога, пранаяма йога. И вот когда вы станете самодостаточными практиками, станете внутри себя аскетами. Вот тогда у вас во первых все практики Триады на ура пойдут, а во вторых к вам начнут тянуться лица противоположного пола. Потому что практики Триады надо практиковать с живыми людьми.

И безусловно в этом отношении...Знаете Триада не для таких людей знаете тусовщиков. Что вот сейчас мы придем, нас как торкнет. Делать ничего не надо, главное чтоб был драйв, как бы тусовка. Такие люди ничего не достигают. Я сколько интересуюсь. Я постоянно отслеживаю. В нашей стране мне как то даже не хочется знать, кто чем занимается. А вот на Западе я отслеживаю эти все тусовки где так или иначе претендуют на то В одной группе практикуют Тантра йогу В другой какие то другие практики.

И я вижу как все они пробуксовывают, как знаете машина, которая по самое брюхо в грязи колеса вертятся, а вот из этой скотской лужи ни на сантиметр они не сдвигаются. Хотя все очень знаете, воодушевляет, мотор ревет, колеса крутятся, брызги в разные стороны. Он там сидит за рычагами, рулем туда сюда, то есть имитация. А надо ехать, а не имитировать. Так ладно друзья еще вопросы есть? Мы идем далее.

Итак, мы с вами все ближе и ближе подходим к этой идее, о том, что в нас есть гигантский потенциал. Этот потенциал идет на продолжение жизни. И с другой стороны этот потенциал невидимым для нас образом, куда-то утекает, лишая нас сил. И мы рассматриваем те методы, которые позволили бы нам переоткрыть то йоговское знание, которое в свою очередь помогло бы нам перестроить наши внутренние структуры осмысления, как мы сделаны. И тем самым как бы вот по-другому заставить работать свой организм.

И ситуация, напомним вам предыдущую лекцию, мы обрисовывали так сказать состояние секса без потерь. Какие составляющие должны быть для того, чтобы всё ближе и ближе приближаться к этому идеалу. Чтобы не было утекающей энергии сексуальной вне зависимости от того занимаемся мы сексом или нет.

И я напомним ещё раз основную мысль, идеологию, что одним из самых надежных инструментов сделать сексуальную энергию менее текучей и менее жидкой, чтобы мы её не теряли. Заключается в том, что мы должны практиковать секс с лицом противоположного пола, но таким образом, чтобы выбирать или получать максимум наслаждения от занятий сексом, но в какие-то моменты применять такой очень серьезный аскетизм и заставлять себя как бы остывать.

Одно из таких образных, философских объяснений основного метода йоги звучит следующим образом – йога это наука того, когда и где надо себя заставить, и того когда и где можно себе позволить.

Или по-другому, когда мы внутри себя интуитивно должны нащупывать эту грань при занятиях сексом, когда позволять вовлекаться в наслаждение всё сильнее и сильнее, но в то же самое время, начиная с какого-то момента останавливаться и проявляя аскетизм высочайший, заставлять себя не идти дальше в сторону наслаждения.

И вот в результате вот этих как бы зигзагообразных движений. С каждым этим подходом туда обратно мы с каждым подходом на более высокий, высокий уровень, как в наслаждении, так и в способности контролировать ту часть, которая может потеряться. И мы с вами коснулись того факта, что эта связка совершенно неочевидна между наслаждением от секса и его способностью другой частью утек, когда мы не осознаем его.

И в связи с этим возникают рекомендации, относиться комплексно ко всему своему организму. И здесь мы подходим к такому важнейшему фактору как соблюдение режима дня, друзья и правильного сбалансированного питания.

Оказывается, что соблюдение режима дня и правильного сбалансированного питания косвенно заставляют внутренние структуры устройства нашего тела вращаться, с какой то такой определенной периодичностью. И тем самым облегчают нам контроль над потерей той части, которая идет на продолжение жизни. Этот фактор нельзя сбрасывать ни за что на свете друзья если вы стремитесь заняться серьезно практическими упражнениями йоги Триады.

Я знаю прекрасно, что современный человек живет несбалансированной жизнью. Он в разное время встает, в разное время ложится спать. Кушает не всегда в одно и то же время, не всегда в одном и том же месте иногда очень сомнительную еду. В результате такой дисгармоничности внутренние циклы переваривания, внутренние циклы того как у нас сознание и энергия внутри нашего организма начинают вовлекать те или иные структуры, оно начинает сбиваться.

И вот иногда получается, что накладывается несколько таких факторов и невольно идет потеря. в частности для мужчины я уже упоминал что если ... Перед началом допустим тех или иных сексуальных практик с женщиной требуется, чтобы он сходил в туалет и чтобы не было в прямой кишке продуктов жизнедеятельности, чтобы они не давили на мочеполовую сферу и не создавали разнонаправленные сигналы – то ли вам в туалет хочется то ли это у вас эротический момент, когда вы занимаетесь сексом там это близко и даже физическое давление как раз на те зоны чувствительные, которые запускают механизм оргазма и тот механизм когда потеря идет.

Ситуация следующая, что если вы придерживаетесь сбалансированного питания . что у вас в одно и то же время завтрак обед, ужин. Едите вы соответствующую пищу. легко перевариваемую полезную для йоги. То есть которая должна быть нормальной пищей, там должны быть каши, злаковые. овсяная, рисовая каша и так далее так далее. Там должны быть супы, салаты. То, что обычно едят здоровые люди в вашем окружении.

Понятно что если вы живете в Индии можно есть бананы, но если вы живете здесь то понятно, что если их сюда никто не привезет здесь они не растут. Если для России мы говорим раньше были достойные заменители всякие репы тыквы, коренья всякие вкуснейшие.

Понятно что нам тяжелее всё это выращивать, а легче тонну бананов из Африки. Так вот легче тонну бананов привести, чем здесь что то выращивать. Но не всегда бывает так, что еда привезенная отвечает какому-то образу жизни, климату массе микроэлементов. В результате мы от своей природной еды отказываемся и начинаем есть, что другое и этот бич для всех практикующих йогов и йогов, который я из года год наблюдаю.

Как семинар приезжают и вот такенные баулы привозят каких то орешек каких то сухариков, в общем самое разное такое на что я смотреть даже не могу. Вы этим разбавить можете свой рацион орешками сухофруктами, но если вы каждый день это едите ... Да лучше б вы кусок мяса съели. Друзья меньше было бы вреда и вам самим и человечеству.

Не рассчитаны мы на такое питание, поэтому питаться надо нормальной пищей. Суп, какая -нибудь каша забудьте вы про эти сухарики и сухофрукты. Слава богу сейчас соей перестали увлекаться, а раньше помню всё сою везли. И жареная соя и вареная соя и сублимированная соя и шашлык из сои. Ну хочется тебе шашлыка пойдя обычный съешь, что ты начинаешь обманывать себя и всю вселенную.

В Индии одно время... А надо сказать мы с вами не первые так сказать такие в отношении еды, ну как сказать придурки (смех в зале) в отношении еды. В Индии конец 19 начало 20 века у них другой был бич - сладости. На базаре, у них вся жизнь на базаре происходит и вот на базаре многочисленные сладости жареные патоки там в этом отношении большой выбор, та же самая идеология. Когда бедному йогину хочется кушать слава богу не как в Сибири, не так часто надо, а вроде как мяса нельзя, готовить долго и вот он на эти рынки закупает там многочисленные сладкие блюда. Вроде как по канонам можно по древним текстам там тоже запретов нет. Тоже они в свое время перегнули палку.

Так вот друзья вы понимаете, что вы покушали, но это ничтожная часть того что вы покушали. Напомню друзья, хоть это не моя задача, а физиологии, так вот удовольствие от того что вы покушали и сытость, то это вовсе не значит что удовольствие и сытость вы получили от только, что съеденной пищи.

Ваша пища ещё очень, очень долго будет перевариваться, собственно для организма все равно внутри вас или снаружи, а удовольствие вы получаете за счет скрытых внутренних механизмов. Известные гормоны выбрасываются в кровь и приносят чувство насыщения, когда вам хорошо. И даже тот факт, что вы преисполнены сил, друзья вы эти силы взяли не из этой еды она ещё не успела перевариться даже, а за счет каких то внутренних запасников нашего организма. Всё замысловато.

Но вопрос в другом, что вот вы удовольствие получили пошли какойнибудь как это называется - глютоминат натрия. Вот такая дрянь по всему миру расплодилась – берешь

какоенибудь несъедобное, чтонибудь посыпашь и вкус как будто ты ешь вкусную сытную пищу. А это химия.

Так вот потом вся эта еда начинает у вас перевариваться. Ну во первых часть идет для того чтобы восполнить действительно ваши потери физические. Все проверенные и не проверенные консерванты, которые там были они ровным слоем будут у вас откладываться, вы будете превращаться в мумию постепенно.

Но самое обидно другое, вы понимаете, что продукты жизнедеятельности они должны формировать как бы вам сказать, каловые массы, чтобы вы пошли в туалет и с чувством опорожнились. Чтобы это не превратилось в какое-то болезненное действие, а что бы получили соответствующее удовольствие, а для этого всё должно быть соответствующей консистенции, кондиции и проч.

Так вот в момент, когда вы ходите в туалет задействуются те же спектры ваших внутренних пран, которые также работают при потере той сексуальной составляющей, которая идет на продолжение жизни друзья. И вот можете себе теперь представить какое коварство от того как вы питаетесь и что вы кушаете. Всё коварство заключается не только в том что токсины, Токсины ладно, вымоете какнибудь. Или гормоны , переварите вы гормоны. Эти все современные эти курицы, как их там выращивают, накачивают гормонами.

Проблема в другом, что если у вас неправильная каловая масса, то она заставляет ваш кишечник работать не в режиме и резко возникает вероятность того, что вы также случайно задействуете те механизмы, которые приводят к неосознанному утеканию той части, которая идет на продолжение жизни. Вот это коварство друзья.

Поэтому конечно же идеал, чтобы вы в туалет по большому ходили в одно и то же время очень часто с утра. С утра встал зубы почистил , в туалет сходил. всё кишечник свободный . Можешь прыгать можешь заниматься можешь что угодно делать. А вот если у вас там что-то непонятное, то вот эти каловые массы начинают сбивать вам весь спектр внутренних ощущений. В результате первое, вы очень легко срываетесь в оргазм, когда этого можно было бы и не делать в особенности мужчины. Проблема потери семени. При малейшем занятии сексом, бац мужчина никакой, а женщина мучается.

Она только собралась сексом заняться, а мужчина уже всё не в состоянии . И это проблема. И мужчина взял себя в кулак, уж на этот раз ни боже мой никаких оплошностей. А не уделяя внимания вопросам питания и спектру ощущений, привели к тому... Вы должны это почувствовать. Для нас это как в тумане,. мы иногда плохо чувствуем все сто связано с основанием нашего тела. Мы иногда путаем импульсы.

Импульс на то чтобы сходить в туалет и импульс на то чтобы потерять семя или запустить этот механизм оргазма, когда вот эта часть теряется. Ещё раз более детальный механизм как одно с другим связано. То что мы сейчас обсуждаем это как с разных сторон косвенные методы которые дошли до нас с древних времен в которых сказано делай так

то и так то и вероятность потери будет меньше, а если и будет потеря, то она будет меньше по объему.

И вот известная трудность для практики сексуальных йог, в частности для йоги союза, где вы должны входить в сексуальный контакт, доходить до какого-то уровня, а потом отступать. Давать телу немножко отдохнуть, потом опять вступать, ещё выше подниматься в своем уровне наслаждения. Так вот для людей неподготовленных, которые делают первые шаги на этом пути крайне важны, щадящие условия во всем остальном. А именно знаете, как в санатории образ жизни есть или в доме отдыха. Приезжаешь, у тебя по расписанию завтрак обед ужин, ты об этом не думаешь в одно и то же время.

Всё проверено ни какие-нибудь там орешки и печенюшки, сушеные, а первое, второе, третье и компот (смех в зале) и компот. Тогда рано или поздно вы выведете свой организм на ритм. Когда вы в одно и то же время ходите в туалет, когда вы об этом перестаете думать. Организм начинает радоваться при этом, я вам даже передать не могу.

Вообще у меня какое-то таинственно мистическое ощущение, что вот я помню все годы, которые были до этого меня страшно возмущало то, что переводят время на час то туда на час вперед то туда на час вперед. Такое ощущение. Что какие-то силы в принципе не давали даже возможности подойти к такому ритму жизни, который бы вывел на осознание сексуальности.

То есть представьте два раза в год, у вас ба бах всё сместилось в одну сторону, потом бабах в другую сторону. Почему я до сих пор не могу понять. Они там электроэнергию по моему сэкономили или там деньги как то хитро отмывали. А тоже знаете друзья, представьте у вас там есть на счету какие-то миллиарды. На час перевести и прокрутить его на другой части земного и потом за этот неучтенный час положить прибыль себе в карман. Это же вполне реальные деньги, что можно любую лоббистскую деятельность потом профинансировать там на сотню лет вперед. Мы же этого не знаем и я не хочу чтобы мы это знали.

Слава богу, что вот в этом году это отменили. Тот человек, который будет обратно вводить, знайте это враг человеческий. Причем знаете, что меня очень потрясло я как-то грешил на деятелей советского периода, оказалось нет. Оказалось, скопировали с Запада, сами бы мы до такого не додумались. Но вернемся мы. Время сколько у нас?

И, друзья фактор по работе с сексуальностью, по приближению к тем упражнениям затрагивающим сексуальность требуют вот таких щадящих условий в области, графика жизни, образа жизни, ритма жизни. И безусловно в тех группах йогов и йогинь, где практиковались эти практики такой проблемы не было ранее потому что если это тот или иной ашрам, тот или иной монастырь, то как правило очень жесткий устав. Встать должны во столько то, есть должны во столько то, спать должны во столько то. Всё.

И там конечно же не было этих проблем и только после того как практики начали проникать в среду вольных йогов и йогинь не отягощенных такими жесткими

требованиями по режиму жизни. Вот тут начали во всё более возрастающем объеме наблюдаться и фиксироваться трудности и поэтому до нас дошли эти поучения.

Понятно, что с этой проблемой столкнулись ещё тогда. А мы со своей современной цивилизацией с широким применением электричества, освещения ночного, только лишь усугубили ситуацию. Та же ситуация с использованием фальсифицированной пищи, которой мы питаемся.

Итак, на первый взгляд мелочь, когда ты ложишься спать и встаешь, когда и что ты кушаешь. Какое это имеет отношение к сексуальности? В нашем представлении сексуальность сама по себе, а еда, сон, сходили мы или нет в туалет сами по себе.

Но вы помните, что согласно учению йоги у нас внутри нет двух сознаний, двух энергий у нас всё переплетено и невозможно пренебрегать одной составляющей нашего организма в то время как в другой шестеренки не вращались в другую сторону.

Поэтому в частности, забегаю вперед я хочу сказать, что в дальнейшем даже преодолев все трудности изучения теории Триады, в частности йоги Союза. И даже те у кого будет достаточно партнеров и партнерш для практики как не странно могут споткнуться на этом факторе. Какой у вас образ жизни на момент вхождения в практику?

Безусловно самое ответственное, болезненное это когда вы никогда не занимались, а потом начинаете вовлекаться. Это самый болезненный период. Потом когда вы почувствуете вкус к практике внутренние ощущения, то вы уже интуитивно легче переносите даже тот факт, что вы и покушали не то и ритм жизни у вас сбился. Но это тогда когда, что то там внутри начало проясняться, а до этого очень тяжело на самом деле делать первые шаги без соблюдения режима питания и режима сна.

Есть ли по этой части вопросы?

Куликов Андрей группа 4. Вопрос по питанию. Понятно, что в нашем положении приоритет каши.

Вадим. Почему? А борщик, чем вам не нравится? А супчик чем плох?

Андрей. Ну понятно, борщ, суп, каши. Вопрос такой. Я где то читал, что мужчине нужно мясо для того так как там есть определенное количество белков необходимых для сексуальности. Это действительно необходимо? Или это можно как то опустить

Вадим. Я могу сослаться на опыт мужчин, которые практиковали вегетарианство десятилетия и при этом так же были вхожи в практики Триады. Я могу с их слов подтвердить, а ещё и от себя добавить, потому что одно время очень жестко практиковал вегетарианство, фактически вот так себя в узде держал. Так вот друзья у меня такое впечатление создавалось, что на потенцию это не просто никак не влияет, а наоборот положительно. То есть проблемы с мужской потенцией нет если вы не едите мяса.

Андрей. Ну и соответственно просто с физической силой?

Вадим. И просто с физической силой. В этом отношении вегетарианство оно не просто не вредит. Оно просто очень сильно помогает. Хотя бы по той простой причине, что прана которая идет на переваривание мяса, а мясо достаточно затратная еда. Так вот она идет немножко по-другому. Даже наоборот, экономятся какие-то силы на переваривание. Поэтому если вы вегетарианствуете, не пугайтесь, всё у вас будет в порядке. Ещё вопросы. Пожалуйста.

Вопрос. Наш организм в принципе знает, что он хочет и у нас возникают по питанию какие-то предпочтения. В этот момент может хотеться один продукт в другой, другой. Как это взаимосвязано, что выделяются, что вот эти продукты полезные, а эти вредные? Быть может, именно в этот момент нам нужны не те продукты как каша. А кусок мяса, например. Кому то там что-то другое.

Давайте будем корректными. Наш организм часто не знает, что ему надо, что ему не надо. Для подтверждения посмотрите на маленьких детишек, которые вечно кланчут у родителей, то чипсов им купить то это, то это. Это не организм требует, это другие факторы. В частности, что там добавлены всякие усилители вкуса и прочая, прочая.

Я бы согласился, что мы хотим то и полезно если бы питались исключительно дикой необработанной пищей. Без соли, без сахара, как вероятно дикие племена в джунглях живут. Вот ему захотелось тот или иной корень съесть. То да может организм и требует. Или там листик пожевать. То что он уже имел и то что не было искажено искусственно с помощью во первых обработки еды. Потому что если вы её обрабатываете даже на огне безусловно какие то немножко смещаются вкусовые моменты. Или даже применяя соль вы ведь значительно смещаете вкусовой баланс.

Не говоря о каких то там специях и так далее. Поэтому если бы вели такой естественный образ питания как животные или дикие люди я может быть согласился с этим. Что же касается современного человека то опасно доверять своим вкусовым рецепторам, очень опасно. Ну и наконец другая составляющая вопроса это вегетарианство. То есть, следует ли быть строгим вегетарианцем? Или допускается употребление мяса в пищу?

На самом деле однозначного здесь ответа нет. Ответ следующий. Безусловно, есть мясо варварство, как вы понимаете, но в плане жесткого ограничения если вы встали на путь Триады есть мясо или нет, такого нет в текстах.

Ещё раз. Мне иной раз кажется, что более вредно есть ту сублимированную, фальсифицированную пищу, которую мы едим. Чем действительно, какой-нибудь кусок мяса съесть, если так хочется. Поэтому в Триаде я не встречал напрямую таких упоминаний, что мяса ни-ни. Или наоборот, что надо питаться исключительно мясом с кровью.

Упоминания есть косвенные. Для того чтобы усилить скажем сексуальную практику, вам нужна сексуальная приподнятость, а она достигается в первую очередь за счет дыхательных упражнений в пранаяме. То есть как ни странно усилить свой сексуальный потенциал в очень значительной степени можно только лишь если вы владеете практикой пранаямы.

А вот практики пранаямы на ранней стадии овладения ими, все-таки, предписывают воздерживаться от такой грубой пищи в частности как мясо, до того уровня пока вы не выйдете на какие то промежуточные стадии в овладении пранаямы йоги, когда пища перестает уже играть такую большую роль.

Вот посмотрите тоже такая ситуация образа жизни ведь пранаямой, чтобы эффективно заниматься тоже ведь надо согласно предписаниям выстроить свой баланс или режим дня согласно четкой такой схеме: завтрак, обед, ужин в одно и тоже время и ложиться спать в одно и тоже время. Тогда пранаяма идет по нарастающей. То есть даже с этой стороны видите, как важен такой момент ритма в личной жизни. Вот так бы я ответил. Ещё друзья вопросы.

Вопрос. Как йога относится к голоданию?

Ответ. Йога или Триада?. Мы всё таки здесь Тριάдой занимаемся поэтому хотелось бы услышать в первую очередь вопросы по Тριάде.

Йога относится к голоданию чрезвычайно хорошо. Это один из мощнейших методов, как самоисцеления так и духовной практики самопознания. Если вы не тратите пранический ресурс на переваривание пищи он безусловно направляется на увеличение вашей восприимчивости и работе ваших ментальных структур. Люди которые голодают, знают, что на определенный день голодания очень ясные мозги становятся. Поэтому йога, что называется всеми руками за использование голодания как серьезный инструмент.

Что же касается йоги Тριάды, то подход здесь как вы понимаете здесь несколько другой. Собственно от вас требуется ритм. А любое нарушение ритма, собственно как голодание, не приветствуется. Потому что и без того слишком большая нагрузка. Во всяком случае, в момент пока вы осваиваете упражнения, где используете так или иначе свою сексуальность.

Вам не нужны отвлекающие факторы. Потому что если вы будете в состоянии голодания то там по своему начинают некоторые такие моменты работать ваших внутренних структур и после занятий (сексом) практикой движений мужчины с женщиной. Так называемые крии союза то может наступить чуть ли не обморочное состояние.

Это никому не нужно. Поэтому никакого экстремизма. Никакой экстремизм не приветствуется. И отношения к практикам Йоги Союза, вернее как, требования в практиках Йоги Союза в отношении голодания и приема пищи такие же как в пранаяма йоге. Вот как в пранаяме есть набор указаний, что ты не должен начинать практику, когда ты очень хочешь есть. Чуть, чуть скушай чего-нибудь, перекуси.

Или ты не должен начинать практику, когда ты уже объелся вот такенное пузо круглое и вот так болтается с лева на право и ты не знаешь чем заняться. Вот, этого надо избегать. Избегать крайностей. Но если у вас есть режим дня, режим питания, в этом как правило нет трудностей. Трудности начинаются если вы живете не в режиме и пытаетесь сочетать практики Йоги Тριάды.

Голос из зала. Можно добавить. Это касается мяса. Я не доктор, но человек приближенный к врачам. Когда человек употребляет мясо, у него на стенках сосудов откладываются частицы холестерина. У вегетарианцев сосуды более чистые. И есть ещё один минус особенно для женатых. Хочется всегда и всех. (Смех в зале).

Нет действительно вегетарианство, оно до известной степени очищает действительно организм и более тонкие составляющие восприятия, придающие силы, но ещё раз хочу подчеркнуть здесь нет вот такой жесткой рекомендации, что всё, все вегетарианцы. Нет, этого нет.

Более того некоторые практики даже, они правда косвенно относятся к тантрическим. Допустим, известная из некоторых тантр так называемая практика 5 М. Она построена как практика ритуального осквернения для там правоверного брахмана. Так как от него требуется сделать пять действий, которые являются нарушением ортодоксальных канонов поведения, а именно употребления в пищу. Не в пищу, а действия пять составляющих, которые начинаются на санскрите на букву М.

А именно мясо, рыба, вино, потом очень сложные в интерпретации знаковые переводится как мудра. Ой, господи, что я несу, к Басиму все вопросы. Последняя составляющая сексуальная маритхуна, звучит она на санскрите. То есть читаешь эту практику. А это средневековая практика. Она дошла до нас в лучших описаниях со времен средневековья, хотя вероятно практиковалась задолго, задолго до этого.

И вот я читаю и представляю вот это поход современного человека в ресторан: взял девушку, пошел в ресторан, заказал себе мясное блюдо, блюдо из рыбы, гарнирчик какойнибудь – злаковые, винца себе фужерчик, который они опрокинули, выпили. Ну а после ресторана занялись сексом.

То есть в этих практиках 5М там наоборот упор делается на то что ингредиенты мясо, рыба, вино, секс, это же не допустимо. Вы не понимаете друзья насколько же ортодоксально индийское общество до сих пор. Насколько оно в жестких традициях. У многих людей создается впечатление, что раз Индия родина Камасутры и всех вот этих знаний связанных с сексуальностью, то там каждый второй просвещенный йогин или просвещенный практик. А жизнь там очень суровая. Очень, очень в этом отношении. Так вопросы ещё есть друзья

Басим. Насколько я помню там понимался секс с потерями. Просто обычный секс.

Вадим. Давайте не будем об этом. Это тема отдельной лекции. Она описана в много численных тантрах. Она не только в Маханирване. Она во многих тантрах. Но наиболее известна на Западе она стала благодаря Маханирвана тантре., которую впервые перевел на английский язык Джон Джордж Вудруф известный как Артур Авалон. И вот после этого на Западе стали представлять эти все моменты. Ещё вопросы есть друзья?

Вопрос. Вы сказали на семинаре, что когда мы делали упражнения из лайя это имитация кундалини йоги. Так вот если продолжить такую аналогию, получается, что в той части

которую мы расходует на наслаждение, не дается ли нам как своего рода побуждение к тому как двигаться к просветлению. То есть нам даются эти крошки, чтобы мы могли понять, что нас ждет в самадхи.

Ответ. Ну да, в некоторых тантрических текстах так и сказано, что то наслаждение, которое мы получаем занимаясь сексом, это жалкий ничтожный отблеск от того колоссальнейшего наслаждения, которое получает человек, когда достигает самадхи.

То есть и в этом отношении вселенная действительно дает нам авансом попробовать, чтобы хотя бы понять. Тяжело стремиться к тому, о чем ты вообще ничего не знаешь. А то некоторые говорят, хочу вообще говоря в самадхи если будет не больно. Если не больно пусть будет самадхи с просветлением. Но если просветление болючее, то лучше пускай его и не будет. Всё друзья. Все мои слова имеют смысл только лишь в случае, если мы практикуем йогу, если придерживаемся первого, второго и третьего принципов йоги.