

## 2011.12.13. Йога Триада. Лекция 25.

Культурный Центр «Просветление», г. Москва метро. Автозаводская

Итак, друзья, у нас сегодня 13 декабря 2011 года, меня зовут Вадим Запорожцев, я преподаю йогу. Это лекции для площадки единомышленников йоги Триады, то есть для тех людей, кто изучает йогу Влюбленности, Тантра йогу, Йогу сексуального Союза. Все наши архивные материалы находятся на сайтах [www.yogatriada.ru](http://www.yogatriada.ru), [www.yoatriada.narod.ru](http://www.yoatriada.narod.ru). Предполагается, что вы изучаете теорию йоги самостоятельно на курсах Международного Открытого Йога Университета, которые находятся на сайте [www.kurs.openyoga.ru](http://www.kurs.openyoga.ru).

Сегодня мы продолжим рассматривать тему Триады с того места, где завершили на предыдущей лекции. На предыдущей лекции был затронут один очень интересный момент, касающийся того, что если вы будете вовлекаться в практики Триады, в сексуальные практики, пойдут очень интересные процессы, у вас будет высвобождаться достаточно большое количество праны, эта прана моментально будет использоваться на перестройку ваших внутренних структур, а любая перестройка – весьма болезненная вещь. Особенно она болезненная для женщин. Поэтому такой фактор, как необходимые условия жизни, условия комфорта, отсутствия стрессов и прочих других моментов крайне необходимы, иначе вы просто перегреетесь. Вот почему эти практики сексуальные всегда так жестко были увязаны с практиками процветания. Многочисленные мантры дошли до нас из стран Востока, из той же Индии, многочисленные янтры, те или иные действия, медитации и тому подобное, которые так или иначе должны были увеличить благосостояние человека. Так вот, при более детальном рассмотрении мы увидим, что фактически все они уходят корнями в практики Триады. Это надо очень хорошо понимать, потому что сейчас, в современную эпоху, когда стали проникать на запад знания в отношении мантр, янтр и других таких моментов, иногда получается совершенно анекдотичная ситуация, что человек как бы одной рукой делает псевдопрактики Триады, а другой рукой неправильным отношением к сексу сметает все то, что он пытается сделать. То есть, сейчас полмира из тех людей, кто познакомился со знаниями йоги, практикуют мантры дабы накопить потенциал и увеличить свое благосостояние, и тут же в вопросах секса проявляют просто звериную неразборчивость и фактически теряют тут же этот потенциал. То есть, одной рукой прибавляют, другой рукой выкидывают. Но, еще раз говорю, так как эти вещи никогда не озвучивались, в западную ментальность они приходят в урезанном виде. Процветание - это необходимое условие для практик Триады. Если вы будете приходить домой очень усталый, голодный и злой, или ваша жена также будет измучена этими современными условиями жизни, то вы не сможете в полном объеме реализовать Триаду. То есть, нужны условия. Знаете, прежде чем запустить ракету в Космос, нужно много всего сделать для того, чтобы подготовить космодром Байконур, службы, обеспечивающие безопасность и комфорт, а потом можно уже и в Космос лететь. Так просто, знаете, во дворе поставить ракету, она там еще и упадет и взорвется.

Друзья, я еще раз хочу сделать упор на теорию этого вопроса. Теория этого вопроса следующая: безусловно, **все упирается в Родовую йогу**. И если не выполнены все каноны Родовой йоги, все требования Родовой йоги – йоги предков, как то ваше правильное отношение к детям, ваше желание самим иметь детей или поддерживать их, ваше осознание того, что, собственно говоря, если вы сейчас возвышаетесь в своем видении мира, то это только лишь потому, что вы стоите на плечах, или, еще хуже, на горбе своих родителей, или других своих более ранних предков. Пока вы не поймете вот эту вот родовую преемственность, ничего хорошего из практик Триады не получится, потому что вы не сможете определить, до какой степени можно использовать свою сексуальную энергию, а в каких моментах это уже невыносимо, то есть не приведет к нужному результату. Еще раз я хочу здесь подчеркнуть эту мысль, что сюда, на Запад пришли практики сексуальные из той же Тантра йоги, и вы там и слова не услышите о Родовой йоге. Это парадокс какой-то. А **все практики Триады могут работать лишь на том поле, которое осталось неохваченным Родовой йогой**. То есть, вот есть у вас ваша жизнь – ваша энергия, ваше сознание, ваша прана. Скажем, это такой вот пирог, большой такой пирог на день рождения, который пекут, и вот обязательно вы должны определенную дольку от этого пирога отрезать, и, что называется, пожертвовать предкам. И оставшаяся часть пирога,  $3/4$ ,  $2/3$  – это та часть пирога, которую вы можете использовать как угодно. И вот все практики Триады – йоги Влюбленности, йоги Союза, Тантра йоги, они совершенно безопасны, если они в поле вот этой вот оставшейся части пирога. Но если вы не дай Бог по своей глупости, неосторожности или еще по какой-то причине залезли на ту часть пирога, которую вы должны пожертвовать предкам, на ту часть пирога, которая предназначается исключительно Родовой йоге, то вы породите силу во Вселенной, которая очень быстро, доходчиво, а иногда и очень грубо прекратят ваши эксперименты с сексуальностью в области Тантра йоги, йоги сексуального Союза или йоги Влюбленности. Если проанализировать историю многочисленных попыток на западе, в первую очередь, начиная с 60-ых годов. Со времен хиппи, как-то использовать дошедшие до нас из древних знаний сексуальные практики, мы видим череду провалов: все замечательно начинается: хиппи, цветы жизни, «лучше заниматься сексом, чем воевать», свободная любовь, все замечательно. Это нарастает-нарастает-нарастает, доходит до какого-то своего пика, а потом бесславно куда-то исчезает. За редким исключением, это судьба всех западных последователей, которые пытались «приручить» сексуальные практики, в частности, Тантра йоги. Поэтому, вы должны обезопасить себя, предельно обезопасить себя. Обезопасить себя – это понимать Родовую йогу, это понимать все то, что связано с механизмом защиты продолжения рода и всячески блюсти границы, не переходить дозволенное. И если вы будете соблюдать эти правила игры, то есть не переходить ту границу, которую нельзя переходить, то в остальной части вы сможете реализовать какие угодно практики процветания, какие угодно экстатические практики, связанные с вашим наслаждением от сексуального взаимодействия, будь это непосредственное занятие сексом, будь это моменты какого-то интереса к лицам противоположного пола, либо когда вы будете замахиваться на высший раздел Триады – йогу Влюбленности. Это надо помнить, помнить и еще раз помнить. К сожалению, это почему-то всегда вылетает из головы. **Маленькие детишки – это приоритет, друзья, устойчивые семьи – это приоритет**.

Если это есть, вы в безопасности. Если же вы об этом вообще не думали, то лучше вам держаться от Триады подальше.

Следующий такой момент – он концептуальный. Как ни странно, с другой стороны, Триада вытаскивает Родовую йогу по той простой причине, что, интересуясь тематикой Триады, вы, безусловно, начинаете лучше понимать противоположный пол. Вы начинаете уметь избегать все конфликтные ситуации, связанные с противоположным полом, и если вы находите себе мужа или жену для того, чтобы создать семью и иметь детей, то у вас в жизни будет гораздо меньше непреодолимых противоречий, скандалов и прочих препятствий. И это способствует тому, что у вас в семье гармония и вам легче иметь детей и совместно их воспитывать. То есть, здесь обратная сторона. Собственно говоря, друзья, если проанализировать жизнь обычного человека, то все, что я вам сейчас говорю – это самоочевидные вещи на самом деле. Если вы просто проанализируете жизнь нормального человека. Самой Вселенной запрограммировано такое поведение, самой Вселенной запрограммировано, что вы выбираете себе партнера по жизни, и крайне желательно, если вы в него влюблены. Вы начинаете с ним совместно жить, вы начинаете понимать, что ваше личное просветление или освобождение находятся в руках вашего мужа или вашей жены. По сути говоря, ваш муж, если вы женщина, вытаскивает вас на новый уровень духовности, и жена вытаскивает вас, если вы мужчина. Почему? Да хотя бы по той простой причине, что муж или жена – это ни больше, ни меньше как сам Абсолют, который по своей милости пришел в вашу жизнь. И здесь, как ни странно, косвенно срабатывает такое плохо понимаемое теоретическое положение, принятое в некоторых школах йоги, которое утверждает, что ты достигнешь освобождения, если внешние силы тебя освободят. То есть, если Абсолют тебя захочет освободить, он тебя тут же освободит. А тут как бы прикладное продолжение этой мысли: вот он Абсолют пришел в виде твоей жены, и все ее недостатки – это всего лишь способ указать на твои недостатки. А это всегда очень тяжело – смотреть на свои недостатки. И, по сути дела, **твое духовное развитие находится в руках твоей жены, точно так же, как и ее в твоих руках**. И вот эта вот истина присутствует в йоге Триаде на всех уровнях, начиная от каких-то физических упражнений, и заканчивая тем, обеспечит ли ваш муж вам возможность прожить жизнь так, как вы хотите, практиковать то, что вы хотите и с тем, с кем вы хотите или нет. Если муж скажет «нет», то это будет очень большое препятствие на вашем пути, а если муж будет вам помогать, то вы очень быстро поднимитесь. Аналогичная ситуация в отношении женщины: если женщина уважает и понимает духовные устремления своего мужа, и она понимает, что она для него как бы исполняющая обязанности Абсолюта. И если она, уважая его свободу и духовный путь, всячески помогает ему в развитии: практиковать где и с кем он захочет, изучать то, что он пожелает, то такая женщина неимоверно сильно выдергивает мужчину из его скотства. Поэтому сама логика того, почему люди женятся, почему они живут семьями, это, знаете, не просто какая-то случайность, которая сложилась на планете Земля, а, скажем, может быть, на какой-то Альфа центавре осьминоги как-то по-другому живут, нет, это какие-то базовые законы устройства мироздания, которые рельефно проявились в данных отношениях друг с другом.

Наконец, следующий такой момент, который хочется упомянуть, также из раздела теоретической йоги. И заключается он в том, **что йога – это такая добрая наука самопознания, познания своего высшего Я, познания Абсолюта, которая всячески призывает вас идти путем радости. Что бы вы ни делали, вы должны испытывать радость – радость от выполнения чего бы то ни было, либо радость от преодоления себя**, которая внешне иногда может напоминать аскетизм. Собственно говоря, аскетизм в его истинном смысле как раз и есть радость от преодоления себя. Не насилие над собой, а радость от преодоления себя. Вот это и есть аскетизм. И вот возникает такой достаточно узкий коридор: что бы вы ни делали – позу в хатха йоге, дыхательное упражнение в пранаяма йоге, либо сексуальные крии вместе со своим партнером или партнершей, либо какие-то медитации, визуализации, либо просто вы чем-нибудь занимаетесь на своей работе или в жизни, и если вы нащупаете в любой деятельности эту тропинку, где вы испытываете радость от выполнения или от преодоления себя, то это достаточно хороший критерий того, что вы начнете чувствовать то, что называется дхарма. Или, другими словами, то, что находится между двумя принципами йоги – принципом доброты и принципом здравого смысла. И получается, что **вам в жизни надо найти такую траекторию, где вы постоянно испытываете радость движения**. И вы постоянно должны идти за этим вкусом радости, как собака, которая идет по следу хозяина, который несет ей сосиску. Вот он идет, а запах остался. И обязательно надо за хозяином идти, он повернет направо, а ты если повернешь налево, то не туда придешь. Вот точно так же и мы с вами должны ощущать этот вкус или запах дхармы, как, еще раз, собака ощущает запах той сардельки, которую она съест. Это очень тяжело, друзья сделать. Иногда мы проскакиваем на поворотах, нам бы где-то повернуть, а мы, увлекшись принципом где себе позволить или увлекшись радостью от выполнения вовремя не останавливаемся и не поворачиваем где надо, и проскакиваем нужный поворот. Либо наоборот, увлекшись радостью от преодоления себя, или тем, что называется таким хорошим словом аскетизм, вы опять проскакиваете тот поворот, где надо было бы сменить политику и уйти в радость от позволения. И фактическими между этими двумя понятиями – радостью от преодоления себя и радостью от позволения – находится та самая сакральная точная йоги. Нагляднее и проще осознать ее и приблизиться к ней как раз через сексуальное взаимодействие мужчины и женщины, точка йоги как раз находится посередине. Так вот, получается так, что время от времени нас заносит в сторону, и мы уходим от этой траектории радости. То есть, там, где надо было себя заставить, мы проявили скотство и не взяли себя в руки, или наоборот, там, где надо было испытывать радость от того, что надо было себе позволить, мы можем увлечься гордыней, мол, какие мы крутые аскеты, и также проскочить этот поворот. И нас выносит в такие зоны страдания, когда мы вынуждены себя возвращать обратно. Все наши страдания в этой жизни с теоретической точки зрения – это следствие того, что мы не вписались когда-то в прошлом в тот или иной поворот своей жизни. Нас занесло, знаете, как машину, и выбросило куда-то в поле. А в поле грязь. Иной раз, пока из этого поля выйдешь, весь грязный будешь, там на месте пробуксовываешь, а иной раз и трактор нужен, чтобы тебя вытащили. Проскакиваем. Не понимаем. Но вопрос в следующем: таким образом формируется то, что называется стимулом для духовного движения – между кнутом и пряником. Вот если вы в своей

жизни правильным образом выстроите систему стимулов, если вы с одной стороны будете прекрасно понимать, как вам будет плохо, **если вы отойдете от основополагающих принципов, идеалов йоги или от своей дхармы, или в более глубоком таком смысле, от закона вселенского, который называется Рита – закон гармонии – то вам будет плохо.** И для того, чтобы в себе выработать это четкое чувство, следует помнить те эпизоды в вашей жизни, когда вам было плохо. Вот вспомните в своей жизни ситуации, когда вам было плохо. По самым разным причинам. Но если мы изучаем йогу Триады, то вспомните те моменты, когда вам было плохо от одиночества или от того, что все идет не так, как бы вы хотели во взаимоотношениях с противоположным полом. И пусть эта память о том, как вам было плохо, будет таким хорошим погонялом для вашего внутреннего скотства. Пусть в тот момент, когда вам надо взять себя в руки, заставить себя, пусть у вас перед глазами будет картинка того, как вам было невесело когда-то. Но, с другой стороны, вам нужен пряник или стимул, к которому стремиться. И в этом отношении, почувствовать этот пряник – это нащупать вот эту тропинку радости. И вот только если вы будете двигаться по этой тропинке, вы будете безболезненно подниматься все выше и выше. Но есть одна суровейшая вещь, которая вряд ли вами сейчас до конца поймётся, но я её не имею права не озвучить. Смысл заключается в том, что вот вы осознаете момент, где себя заставить, а где себе позволить, идете этой тропинкой, и, скажем, реализуете этот принцип через занятия Хатха йогой. Так вот, на определенном этапе вы взбаламутите в себе такую муть негатива – негативных кармических отпечатков, каких-то эмоций, мыслей, которые будут отравлять ваше существование и таким мутным тошнотворным потоком затмевать ваше сознание. И вот вдруг **случится такой момент, что вы потеряете стимул идти дальше.** То есть, вроде и надо заниматься йогой, а нет никаких сил ни заставлять себя, ни позволять себе просто потому, что плохо. И вот как только это приходит, то это отчасти показывает, что к Хатха йоге надо серьезненько подбавлять пранаяма йогу или дыхательные упражнения. И эти дыхательные упражнения, как ни странно, еще дадут какое-то время по вот этому внутреннему нащупыванию вкуса радости либо от преодоления себя, либо от позволения себе, но потом вы также упруетесь в некую стенку, которую вы даже сами не будете осознавать. Вам просто плохо и нет никаких сил себя заставить идти дальше. Или, по сути дела, с теоретической точки зрения, это следующая вещь: где-то в глубине своих структур своего сознания, своего разума вы все-таки считаете себя телом или какими-то очень тонкими структурами тела. И вот все хорошо, пока ваша практика не упирается к тем структурам, которые ассоциируются сами с собой, все равно на подсознании мы считаем себя телом, разумом, какими-то чувствами. И вот когда ваша практика начнет их шевелить, тогда и начнет проявляться все ваше скотство, когда вы не сможете двигаться дальше, заставлять себя. У одних людей такое упирание во внутреннее скотство начинается очень быстро, почти сразу, и они сразу бросают йогу, сразу бросают и Триаду в том числе. У кого-то чуть подольше. У кого-то еще дольше. Но **какой бы вы не были небожитель здесь сидящий, рано или поздно вы дойдете до своего предела и когда вы столкнетесь со своим внутренним неведением.** С позиции Родовой йоги и с позиции йоги Триады выработать систему стимулов преодолеть это внутреннее скотство вы можете только лишь с привлечением тех знаний, которые содержатся в Родовой йоге и в йоге

Триаде. То есть, **есть внутри вас такое скотство, которое вы сломите только лишь в том случае** - и вы снова словно ниоткуда почувствуете запах радости – от преодоления себя или позволения себя – **если вы выполните все критерии Родовой йоги, то есть у вас будут дети и жена и вы будете вплотную использовать сексуальные практики**. И если с Родовой йогой все более и менее понятно – есть жена, есть дети, тебя более и менее никто не трогает – ворота открыты, то затем надо уже вплотную использовать сексуальные практики, иначе вы с места не сдвинетесь. Ну и теперь то же самое, только другими словами: вы славный йог или йогогиня, вы долго занимаетесь йогой, несколько лет. Просыпаетесь в одно прекрасное утро, и вдруг чувствуете депрессию, апатию, и вы понимаете, что дальше не сможете сдвинуться ни на шаг. Все, уперлись вы. Знаете, вот состояние такое: лучше пристрелите меня. По-разному это может проявляться – апатия, нежелание ничего делать, ни о чем думать. Причем умом-то вы понимаете, что что-то не то, но так как задействованы причинные структуры, ничего с собой вы поделаться не можете. Депрессия. Черная меланхолия. И не сдвинуться с места. И тут будет наблюдаться такой интересный эффект, что из такого состояния вас может вывести только лицо противоположного пола - ваша жена или ваш муж, партнер или партнерша. И даже в этом заложен глубочайший смысл того, что противоположный пол – это по сути дела Абсолют во плоти, который приходит вытаскивать нас из скотства. **То есть, когда вы упретесь в свое внутреннее скотство, в те структуры, которыми вы себя считаете, но которыми не являетесь сами, у вас не будет сил преодолеть это, потому что это слишком глубинные вещи, а ваш муж или жена, партнерша или партнер – лицо противоположного пола – с легкостью вас из этого состояния выдернет и даст вам радость, бодрость, оптимизм двигаться всё дальше и дальше к звездам**. Вот это такая очень скрытая засада на пути людей, занимающихся духовным самопознанием. То есть, не обойти нам вопросов секса, не обойти нам вопросов противоположного пола. Мы должны понимать, что каждый из вас когда-то был маленьким ребенком, маленьким и беззащитным. Если мама и папа не накормят вас, то вы будете плакать, ваша жизнь зависит от них. Вы ничего не понимаете, вы ничего не можете, вы только можете плакать, что вам плохо. Иногда такое состояние бывает у людей, которые в старости становятся беспомощными и они понимают, что ничего от них не зависит, они понимают, что если их дети позаботятся о них, накормят их, то будет хорошо, если нет, то тогда старики начинают плакать как дети, и очень тяжело за этим наблюдать. И вот точно так же и мы с вами: мы вот здесь собрались такие самоуверенные йоги и йогогини, практикующие те или иные методы, но, друзья, поверьте, какая-то часть нашего духовного пути – это когда мы должны доверять Вселенной, где мы должны уповать на Вселенную и дать помочь ей нас вытащить. Какая-то часть наоборот, Вселенная ждет от нас, чтобы мы сделали свои шаги, от себя зависящие. Какая-то часть – мы должны упасть. Мы упасть должны на высшие силы. И когда вы доходите до этого предела, лицо противоположного пола, ваш муж или жена как раз и являются олицетворением Абсолюта, который как раз и вытаскивает вас из такого состояния или заботится о вас. Иногда это наблюдается у женщины – мужчина вытаскивает ее, затем может чередоваться, это может случаться с мужчиной, и наоборот, его надо буде вытаскивать. Вот такие вот теоретические интересные дела.

Вопрос: «Что подразумевается под тем, что супруг должен всегда терпеть свою супругу: внутри в этот момент он должен уходить из энергии в сознание, в свой островок незатронутости, а внешне он должен находиться в том же пространстве, теряя бхаву, или спокойно удалится на время, переживая бурю, и пытаюсь не вовлечься эмоционально».

Вадим: «Давайте, теперь я этот вопрос переведу. Все-таки, надо нам еще переводчика для вопросов. Помните, как был пресс-секретарь у нашего президента, который постоянно говорил: «Президент хотел сказать следующее..». Вот нам тоже нужен пресс-секретарь, который бы вопросы переводил, что же хотели сказать люди. Так вот, есть такое совершенно чудесное правило, заключающееся в том, что женщина, вступившая на путь Триады, должна всеми своими силами стараться никогда не отказывать в сексуальной близости мужчине, с которым она вовлечена в совместные практики. С другой же стороны, есть другое положение, как бы компенсирующее или уравнивающее вышесказанное: мужчина, в свою очередь, должен терпеть все выходки женщины – своей жены или женщины, вовлеченной с ним в практики. И вопрос как раз относится к этому второму положению. Насколько я понимаю, вопрос в том, а как, собственно говоря, осуществлять вот этот вот момент терпения женщины. Еще раз, я хочу здесь несколько расставить точки над «и»: мужчине бывает терпеть женщину чрезвычайно тяжело. Вот просто сил нет, как тяжело. Почему? Потому, что, как правило, если женщина близко с ним, то находит она такие слова, интонации, чтобы вывести мужчину из равновесия. Когда-то мы на сайте [yogatriada.ru](http://yogatriada.ru) опубликовали очень интересное наблюдение известного профессора Беклимишева, его учебники в области математического анализа, аналитической геометрии известны по всему миру. Так вот, у него были приведены примеры так называемые женской логики. Я бы очень рекомендовал на вашем сайте [www.yogatriada.ru](http://www.yogatriada.ru) опубликовать эти примеры, и, как мужчинам, так и женщинам, очень внимательно прочитать этот труд. Это труд математика, то есть, человека, не заинтересованного в Триаде и наблюдающего за явлением с позиции точных наук. Так вот, этими моментами так называемой женской логики женщина даже камень может вывести из себя. Почему? Потому что для мужчины вопрос логики – это такая священная корова, а женщина, вероятно, за время эволюции или по каким-то другим причинам научилась так извращать все понятия логичные, что буквально гнев и ярость может вызвать даже у самого спокойного мужчины. А если она еще будет задевать так или иначе его личное самолюбие или какие-то другие вещи, с ним связанные, то мужчина теряет над собой контроль буквально в три секунды. Радостный мужчина может придти домой с букетом цветов, по дороге думая, как я сейчас переломлю в своей семье ситуацию к лучшему, сейчас я такой возвышенный приду, на руках буду носить свою жену, она превратится в Богиню и мы с ней в экстазе сольемся, Но вот он открывает дверь, и один взгляд неодобрительный жены или какое-нибудь грубое замечание: «Почему без панамки?» или «Куда ты идешь мне цветы дарить, почему ботинки не снял, я тут весь день убиралась». И знаете, мужчина как такой шарик, который был надутый, и бух, в нем дырочка, и он весь вшииить и сдулся. Помните, как ослик Иа, которому подарили шарик. Вот примерно так же и мужчина, вшииить. И от его бхавы, от его порыва, от его Влюбленности, от его желания стиснув зубы вытаскивать свою жену из

этого океана сансары и неведения, превратиться в Абсолюта, который поможет где-то преодолеть неведение своей жене не остается ничего. И вам становится, если вы мужчина, просто плохо, вам ничего не хочется говорить, вы становитесь как в воду опущенные. Но этим все не заканчивается. «Почему ботинки не снял» – это было самое первое, первая фраза для разогрева. А дальше всё пойдет-поедет. Вам припомнят всё, всё, что только можно припомнить, или просто будут дуться, или будет плохое настроение, вот без причины. Мужик такой обычно: «Фыр-фыр-фыр, фыр-фыр-фыр», а жена так молча, мрачно капусту рубит или картошку чистит. И я вам скажу, что это очень для мужчины тяжело, потому что мужчина живет сознанием, и для него даже само осознание, что у энергии что-то не так, его выбивает. Что остается, друзья, если вы живете семейной жизнью вот в таких ситуациях? Если вы встали на путь Триады, то только одно: стиснув зубы, терпеть. Другой вопрос, как терпеть? Это теоретический вопрос. И здесь отчасти в самом вопросе прозвучали какие-то варианты ответа: следует ли уйти в какой-то свой островок незатронутости или еще как-нибудь. Друзья, вот здесь, как ни странно, начинается практическая Триада: **как терпеть жену**. Такая вот хорошая, добрая наука. Смысл сводится отчасти к комбинации методов, которые, скажем, известны из восьмиричного пути Патанжали – пути аштаги, из той ступени, которая называется пратьяхара, то есть вытаскивание тонких органов чувств из грубых органов чувств. Но в йоге Триаде это сдобрено еще таким большим количеством таких вспомогательных вещей, которые, собственно, как обезболивающее, может помочь вам перенести вот этот период ненастья со стороны вашей любимой женщины. Если вы практикуете йогу Триады и у вас есть партнерши, сделать это очень легко, хотя бы ментально обратиться к партнерше, образ нарисовать себе мысленный, тем самым случится автоматическая пратьяхара. Вот, собственно говоря, как закон четырех и пяти практически используется в упражнениях Триады. То есть, если абсолют по какой-то причине временно закрыл канал доступа через одно окно, то это вовсе не значит, что Абсолют исчез, это просто говорит о том, что Он желает, чтобы вы научились его воспринимать немножко более абстрактно, иначе вы начнете привязываться к форме, в частности, своей жены, а это чревато. Любое привязывание чревато дальнейшими страданиями. Не зря во всех духовных учениях говорится, что как только к чему-то привязался, жди от этого страданий. Как только произошла подмена понятий, и как только ты начинаешь привязываться не к Абсолюту, а всего лишь к форме, через которую Абсолют проявляется, то очень быстро может придти разочарование. А так как мы помним, что все эти рекомендации относятся в первую очередь к людям, которые встали на путь йоги Триады и которые выходили замуж или женились не за кусок мяса. Один кусок мяса прекрасной формы в женском платье, другой кусок мяса может быть с усами и бородой во фраке. Нет. Вы выходили замуж или женились ни больше, ни меньше как за Абсолюта. И вот тот факт, что в вашей совместной жизни вдруг канал закрылся, не видите вы Абсолюта в своей жене или в своем муже, а еще недавно совсем видели, и может быть завтра опять увидите, но вот сейчас не видите. И воспринимать это надо следующим образом: Абсолют вытаскивает вас из скотства, он говорит: «Нет, ты слишком сильно хватаешься за форму, а обо мне забыл, о содержании. И метод пратьяхары – это памятование об Абсолюте. Пратьяхара устраняет боль. Как сделать пратьяхару в этом случае, или вытаскивание тонких органов чувств из грубых?

Или другими словами: ваша жена хоть и в плохом настроении, ваши глаза это видят, но вы не видите, ваши уши это слышат, но вы не слышите, и вы ведете себя естественно, нормально, как если бы ничего не случилось. А вот если ваши тонкие глаза будут в ваших грубых глазах, а тонкие уши в ваших грубых ушах, то вы не сможете просто так сносить оскорбления от своей жены или ее плохое настроение. Это вопрос времени, как ситуация будет нагнетаться, нагнетаться, а потом вас прорвет самих. По-разному все пытаются объяснить этот эффект, кто-то, особенно всякие там экстрасенсы, пытались это объяснить, что, якобы, есть человек-вампир, и он сосет энергию из другого. Нет, друзья, все гораздо проще и прозаичнее: никто ни у кого никакой энергии в этом смысле не сосет. Просто это более тонкой природы моменты. То есть, вы сами начинаете смотреть трагедию, хотя можете ее не смотреть. Это как знаете, перед вами включенный телевизор, и вы смотрите какие-нибудь криминальные хроники, или какую-нибудь трагедию, или какой-нибудь истошный сериал, который здесь сейчас с утра до ночи идет, и от одного голоса этих актеров мне просто плохо становится. Ну никто вам не мешает выдернуть его из розетки, отвернуться и пойти погулять на улицу. Никто не мешает – возьмите и выдерните из розетки. Мы это не делаем. Так вот, возвращаемся мы. И вот, ситуация следующая: вот, вы чувствуете, что находясь со своим близким человеком, вы вдруг ощущаете вот эту гнетущую, сосущую тишину, вот вы чувствуете, что, во первых, от вашего хорошего настроения ничего не осталось, вы как бы скатились на ровное настроение, а потом вы чувствуете, что даже ровное настроение начинает куда-то исчезать, и вы начинаете ощущать какой-то гнев, и он больше-больше-больше становится, и вот вы уже начинаете что-то в ответ говорить, а она еще сильнее скажет, и начинается по нарастающей, конфликт начинает разгораться. Слово за слово, слово за слово, и вот уже хороший добрый скандал. Скандал идет, идет, идет, час, второй, третий, до ночи, до хрипаты, уже сказали все, что вы могли сказать друг о друге, уже такие вымотанные. И бывает такая чудесная вещь: вдруг раз, и похорошело. И у жены вроде хорошее настроение, и у вас уже, и вот вы уже полезли в постель сексом заниматься. Оно как будто бы прорвало, перемололо, и все как будто с чистого листа. Вас опять хватает дня на 3-4, потом опять по новой. И это, на самом деле, очень деструктивная ситуация, это эмоциональный оргазм называется. То есть когда вас провоцируют-провоцируют, вы держитесь-держитесь, доходите до какой-то крайней точки и вас прорывает как после обычного физического оргазма, вам какое-то время хорошо, попустило, но вы потеряли, друзья, тончайшую составляющую потеряли. Если бы вы не потеряли эту составляющую, вы бы, может быть, написали формулу Эйнштейна № 2 или Лунную сонату № 4, или еще что-нибудь, какое-нибудь произведение искусства бы создали, а вы эту тончайшую творческую энергию потеряли, поэтому это вещь недопустимая. Конечно же, вы все равно будете срываться. Я это говорю к тому, что если с вами это будет происходить, то вы особо не переживайте. Знаете, прежде, чем подойти к сексу без потерь, все равно все к этому подходят с какими-то потерями. Так природа сделана. Поэтому ничего страшного, но вопрос в том, чтобы это исключать из своей жизни, это слишком затратно. Поэтому, подобно тому, как мужчина должен останавливаться, занимаясь сексом, не теряя над собой контроль и не вываливаясь в оргазм, а женщина оставалась неудовлетворенная, подобно этому и вот в этих эмоциональных ваших разборках вам надо научиться не реагировать, что очень

тяжело до тех пор, пока вы находитесь в одной ментальной плоскости или рядом находитесь. Поэтому, если есть возможность под каким-либо благоприятным предлогом находиться не рядом, крайне желательно находится не рядом. Вдруг у вас срочная работа появилась или вам мусор надо срочно вынести, или за хлебом сходить, или еще что-нибудь. Воспользуйтесь благоприятным предлогом, чтобы уйти. Помните, что этот негатив, который прёт со стороны вашей жены – я сейчас только о мужчинах говорю, потом мы можем аналогичную ситуацию со стороны женщин рассмотреть – это вопрос времени. Всё временно, друзья, всё рано или поздно заканчивается, даже плохое настроение у жены. Вопрос только в том, вот, плохая погода на улице, можно дома пересидеть, а можно наоборот под удары шторма попадать. Так вот, ситуация такая, что лучше, пока вы слабы, пока враг силен, вы должны пользоваться партизанской тактикой, не вступать в прямое столкновение с превосходящими силами противника, а изматывать их, примерно так же, как Михайло Илларионович Кутузов изматывал войска Наполеона в 1812 году, потом заманил их в Москву, а Москву сжёг. Наполеон посмотрел-посмотрел, вроде как неинтересно, и ушел восвояси. Точно так же и плохое настроение у вашей жены – надо его изматывать, не попадаться под удар. То есть, если есть возможность не быть рядом в моменты, когда особенно маразм крепчал, лучше куда-то деться. Если же по тем или иным причинам у вас нет такой возможности, и вы вынуждены быть рядом с женой, ну, допустим, вас пригласили на какой-нибудь званый обед к президенту вдвоем, а у жены плохое настроение. Вы бы и рады убежать, но как-то перед президентом неудобно. И это более утонченная ваша негативная карма, когда вы ну куда деться не можете. Или, допустим, вы приползли после дня работы, вас на работе выжили как лимон, вам бы доползти до постели, а тут вас ждет с распростертыми объятьями такая мрачная жена, либо в активном негативе, либо в пассивном негативе, это кому как повезет, у кого какая карма. И вы бы рады куда-то уползти, даже к товарищу, но сил уже нет, вы до порога еле доползли, вам бы лечь куда-нибудь поспать, а она начинает вас сбрасывать с постели, чайником поливать. Друзья, по-разному бывает. Я сам много чего наблюдал, и вы, вероятно, тоже, вспомните все эти моменты из жизни любящих пар. И тогда уже деваться некуда. Вот тогда самое время уходить в пратьяхару. Самое время вытаскивать свой поток сознания из ситуации и направлять его на Абсолюта. Собственно говоря, этим самым Абсолют вас и принуждает научиться делать пратьяхару. Иначе вы бы в скотстве еще пять жизней бы и были. И, конечно же, научиться медитировать на прекрасный образ Абсолюта в женской ипостаси с помощью йоги Визуализации вы сможете после долгих практик. Как и любая медитативная практика, она требует колоссальных вложений. Вы знаете, чтобы решить какое-то математическое уравнение, порой надо несколько лет высшую математику изучать, а потом вы его с легкостью решаете. А если вы пока еще не владеете йогой Визуализации в полном объеме? То, конечно же, гораздо легче, если в вашей жизни есть партнеры или партнерши, и тогда вы мысленно настраиваетесь на них. Я буду говорить с позиции Триады. А если ваша жена сама перед этим подыскала вам партнерш, на которых медитировать, то это святая женщина, она понимала, что у нее будет заскок, и она сама от себя вас обезопасила. То есть, вот это идеал йоги Триады. Идеал. Если у вас такая ситуация, то вам сделать это очень легко, очень просто, вообще никаких проблем, хотя бы ментально переключиться на другую женщину. Почему?

Потому что мужчина с легкостью перенесет чего-нибудь, лишь бы не было надругательства над его сознанием. Все остальное он стоически перенесет. Поэтому, если вы высочайший практик, и даже если у вас нет партнерш, то, конечно же, в эти моменты надо медитировать на Абсолют в форме прекрасной девушки. Это раздел из йоги Визуализации. Там тоже такой один процесс очень тяжелый происходит, это будет такая борьба, потому что вы невольно будете отрицательные женские качества своей жены перетаскивать на образ Абсолюта. И вам будет очень тяжело сосредоточиться, потому что вы подумаете, что те недоработки, которые демонстрирует ваша жена, они присущи всему человеческому роду. Нет, друзья, все женщины во-первых разные, во-вторых, они всего лишь жалкий отблеск, который сделан по образу и подобию образа великого Абсолюта. И любая женщина сама мучается от того, что она демонстрирует такое плохое настроение. Она сама мучается. Многие женщины ходят по психологам, по психотерапевтам, и все задают один и тот же вопрос: «Почему я каждый раз своими руками рушу свое счастье?» Обычно после четвертого, пятого, шестого брака неудачного женщины рано или поздно обращаются к психотерапевтам с одним и тем же вопросом. Ну, психотерапевты находят, что им сказать, не важно, вообще, до седьмого можно. Поэтому, ответ следующий – опять же, друзья, только если вы встали на путь Триады, если вы обычный человек с улицы, какие там партнеры или партнерши, какая там медитация на Абсолюта, какая пратьяхара, это вещи абстрактные для обычных людей. Но я все-таки даю эти ответы для людей, вставших на путь Триады. То есть, теоретически – пратьяхара. Если вы в мыслях о своей работе, то надолго вас не хватит. Вам нужна эффективная замена. Это универсальный принцип, ваши внутренние структуры механизма защиты продолжения рода не купятся ни на какой суррогат, типа «давайте подумаем о какой-нибудь проблеме, об абстрактной медитации». Нет. Противостоять женскому напору может лишь женщина, идеальная женщина – Абсолют. Больше нет замен. Вы можете продержаться. Знаете, некоторые в уме начинают квадратные уравнения решать, пока жена там кричит, или думают о любимой команде, кто там в полуфинал выйдет, а кто нет. Это на какое-то время помогает, но по силе воздействия женщина намного более глубоко проникает, абсолютно глубоко проникает в мужчину, а чемпионат мира по футболу всего лишь на поверхности разума.

Вопрос: «Если мужчина всё-таки уйдет от конфликта, то в чем же тогда его терпение будет заключаться? Он будет тогда манипулировать женщиной, мол, если ты ворчишь и ругаешься, я уйду к маме. И в чем терпение здесь?»

Вадим: Терпение здесь с тем, что мужчина не бросает женщину. То есть, понимаете, здесь вот такая может быть ситуация: мужик терпит, терпит, а потом взрывается и уходит к другой женщине, и всё. И это самый типичный сценарий. Мужики долго-долго тихо-тихо терпят, причем, самые подкаблучные терпят, те, от которых такой прыти их жены не ожидают, а потом взрываются и уходят. И для женщины это трагедия, потому что она беспомощна остается. Если есть возможность так благовидно, без выкручивания рук, не быть рядом. Это не демонстративное такое, мол, если сейчас не заткнешься, уйду, а это такой партизанский метод, потому что если мужчина будет активно говорить, что если сейчас не замолчишь, все, развод, или еще что-нибудь, то всё, мужчина проиграл. Он

вовлѣкся. Он дал понять, что женщина оказала на него влияние. Женщина победила. Еще раз, Беклимишев «Женская логика». Всем найти, читать, штудировать, запоминать, использовать. Там масса таких примеров есть. Только лишь мужик показал, что на него влияют, зацепило его, то все. Имеется ввиду, что у мужика должен быть такой собачий нюх, он издали так уже знает, звонит домой: дорогая, знаешь, я тут задержался и так далее. То есть избегать надо этого, друзья, пока вы слабые. Мужики, вы тоже должны понимать, что такой стоический последователь Триады, который что бы жена не делала, он улыбается, ее обнимает и говорит: «Да, моя милая, да, моя радость, обожаю тебя. Но вот такими не рождаются, такими становятся. И вот пока ты слабый, таких моментов надо избегать. Вот почему ранние браки, по 16-17 лет, когда мужчина и женщина вместе начинают жить семьей, они же еще не готовы совсем, они еще дети-дети. Они к этим хитросплетениям не готовы, и сразу их прорывает. А потом вы начинаете матереть потихонечку. Единственное, есть здесь такая вот опасность в обычном мире, обычный мир, к сожалению, вырабатывает такими вещами циничное отношение к женщинам, очень потребительское. Этого ни в коем случае нельзя допускать, если вы идете по пути Триады. Опять же, надо свои силы соизмерять, и не вовлекаться, потому что вы дайте хоть палец, вам сразу оттяпают сперва руку, потом, как в фильмах ужаса показывают, хватать, тят-тят, и все пережевали, никого не осталось. Поэтому, вопрос партизанский – это как во время войны. Вот, идет где-нибудь в лесах Брянска карательный отряд. И не дай Бог показался хоть один партизан, всё, каратели именно за ним и пойдут. Помните, чем дальше в лес, тем толще партизан. И надо вообще, чтобы никого не было видно. Чтобы они не знают, толи туда надо идти, толи сюда. Если уже есть эта зацепка, попытка манипулировать женщиной, вот если не замолчишь, я сделаю это, то все, это вот партизан жирный, который вышел из леса, помахал рукой, и побежал в лес. Что толку? Все уже, тебя достигнут. То есть, в этом и игра, что никто не знает, кто партизан, где партизан и когда он проявится. Некоторые мужики, они хитрые, они знают, что по четвергам, после полнолуния у жены плохое настроение. Он так издали позвонит домой и спросит: «Как дела, дорогая?». И уже по интонации голоса определив, что дела для него будут очень плохие сегодня вечером, уже начинает как-то к этому готовится. Но, еще раз, друзья, я все это немножко так это все полшутя говорю, но это вещь несмешная, эмоциональные оргазмы, на которых мы тратим свой потенциал ничуть не меньше, чем на каких-то сексуальных вещах. Вот такой вот ответ.

Голос из зала: «Но ведь не все же женщины так себя ведут..»

Друзья, почему я привел именно этот крайний случай. Друзья, какая бы вы не были раскрепощенная йогиня, держащая себя в руках, если вы идете на борьбу со своим неведением, рано или поздно вы наткнетесь на такое неведение внутри себя, которое вы отождествляете сами с собой, и вполне возможно, что вы будете демонстрировать такие поступки, которые, возможно, вы до занятия самопознанием и не могли себе представить. Жизнь иногда преподносит такие сюрпризы, о которых мы даже не догадываемся. Теперь вот еще такая статистика очень интересная, к сожалению, очень мрачная, но очень близкая к этой теме. Это **метаморфозы женщин**. Наблюдается примерно один и тот же эффект. Насколько он стопроцентно распространен, мне трудно

сказать со стороны мужчины. Вот вы мужчина, вы познакомились с девушкой, ей близка Родовая йога, ей близка Триада. Вы стали жить вместе, вы начинаете практиковать. А это девушка – ангел небесный, с прекрасным характером, доброта стопроцентная, возвышенность космическая, то есть идеал. Вы начинаете жить вместе, и буквально у вас на глазах происходит метаморфоза: характер у девушки портится, начинает проявляться какой-то негатив, которого вы даже не ожидали. Причем, что интересно, этот негатив начинает проявляться лишь тогда, когда эта девушка начинает жить с юношей и практиковать йогу Триады или йогические методы. А до этого она могла быть пять раз замужем, и все пять раз неудачно, но у нее все равно оставался ангельский характер. Но вот наконец вы сами как совершенный мужчина с ней начинаете жить, и вот именно на вас у нее начинает превращаться характер из хорошего в плохой. И до такой степени крайности, что иногда мужчина начинает думать: «Боже, как я попал». Как же это я не разглядел в ней с самого начала стерву. Как она искусно маскировалась под йогиню. И это типичная ситуация. Типичная ситуация. Сплошь и рядом. Почему? Потому что если вы действительно ее близкий человек, то именно только лишь с вами она раскрывается, и все семена негативной кармы, которые только лишь могли быть, или какие-то негативные тенденции окружающей Вселенной, может быть даже это не карма непосредственно вашей девушки, а она всего лишь как линза пропускает через себя весь негатив окружающих женщин, такой очень странный эффект тоже наблюдается, то есть сама женщина идеальная, но она как губка впитывает весь негатив и транслирует именно на вас, а по сути дела это ваш же негатив, но от других женщин, с которыми вы, может быть, в прошлой жизни были связаны, может быть, еще какая-то причина. И вы начинаете наблюдать метаморфозу, как из Богини буквально за несколько лет девушка начинает демонстрировать самые отрицательные черты характера, и если бы вам ее показали в самые первые дни в ее таких отрицательных проявлениях, вы бы от нее убежали за три километра. А уже все, поздно, попали. И это психологически очень серьезный момент для мужчины. Очень больно переживаемый. И как раз сила Триады заключается в том, что вас предупреждают, что это будет, какая бы не была Богиня, помните, как там было у Сократа: женишься-не женишься, все равно пожалеешь. Вопрос в том, как из этого выходить. Выходить надо разумно. Я приводил отрицательные моменты только в таких крайних случаях. Вот когда действительно уже пошел негатив. И вот здесь надо действительно стиснув зубы помочь своей второй половинке или своей партнерше преодолеть это. К счастью, все имеет начало, продолжение и конец, и поэтому даже эта негативная череда женской внутренней чистки рано или поздно проходит. Всё, что я говорю, кстати, симметрично и в отношении мужчин. Поэтому, еще раз, девушки, даже если вы думаете, что у вас идеальный характер, что вы никогда голос ни на кого не повысите, что вам даже в голову не придет как-то неуважительно отнестись к своему юноше, с которого вы сейчас боготворите, поверьте, это вопрос всего лишь времени, как глубоко вы в себя копнете. А вот когда доберетесь до того пласта, от которого надо избавиться и которым вы по глупости себя считаете, то только лишь ваш мужчина поможет вам быстро и безболезненно его преодолеть. Поэтому когда я такие мрачные краски рисую, я специально такую эмоциональную прививку для мужчин делаю, потому что в эти моменты ничего не остается, только стиснув зубы, терпеть. Всё. Больше ничего не

остается. Если начнете бросать одну женщину и искать другую, ситуация повторится зеркально. Как правило, такие периоды времени – 5-7 лет, и всё.

Вопрос: «А ведь у женщины могут быть какие-то причины для того, чтобы быть недовольной, может быть, ее что-то не устраивает, а она не решается сказать. Мужчине только лишь терпеть или выяснить, в чем дело?»

Вадим: Безусловно, мужчине надо выяснить. Но здесь опять-таки бывают моменты опять же из области женской логики, где чисто объективные обиды начинают переплетаться с субъективными таким замысловатым клубком, что мужчина иной раз при всем своей желании ничего не сможет сделать. Знаете, плохая такая поговорка есть, но где-то она отражает истину: говорят, что мужу и жене надо перебеситься. Вот пока они не перебесятся, терпение не выработают друг к другу, ничего хорошего не будет до этих пор. Конечно, если ты понимаешь, что в чем-то делаешь какой-то негатив для женщины, ты должен, безусловно, это выяснить. Но тут я вас отсылаю к самым первым лекциям из этого цикла, и я вам напоминаю, что сама природа заложила антагонизм, и есть такие варианты, где возможен лишь нулевой вариант. Обычно получается так: женщина действительно в чем-то ущемлена, но и чего-то требует, и она это смешивает в одно целое. Точно так же, как и мужчина – в чем-то ущемляется, но и чего-то требует. И вот он хочет, чтобы у него этот товар целиком купили. Знаете, и котлеты, и мух. А это невозможно, неприемлемо с другой стороны. Поэтому иногда даже все эти попытки, мол, дорогая, чем ты не довольна? Ответ: «Занавески в горошек». У меня денег нет купить, но со следующей зарплаты куплю. И месяц, пока зарплаты не было, она его пилила-пилила, потом месяц прошел, ей что-нибудь другое уже не то. Потом после уже третье не то. Иногда женщина сама не понимает, что она просто придумывает формальное недовольство, так как она не может словами выразить, чего ей все-таки не хватает в душе. А вы помните, чего женщине не хватает в душе, я об этом говорил уже не раз – **женщине не хватает возвышенности, ей не хватает сознания, вот почему женщине надо прежде всего изучать йогу Влюбленности, а мужчине, соответственно, когда ему что-то не то, ему в первую очередь не хватает энергии, вот почему женщине в первую очередь надо изучать йогу Сексуального Союза.** Но это уже более такие детальные вещи.

Вопрос: «А если у мужчины плохое настроение и он ведет себя как то неадекватно, что же делать женщине?»

Вадим: «Давайте мы потом ответим на этот вопрос. А теперь я приглашаю Викторию.

Несколько вопросов было про женский оргазм. Так как я мужчина, мне очень сложно ответить. Виктория прослушала некоторые мои лекции и дала мне кое-какие направления, чтобы их подкорректировать. Было много вопросов из серии, мол, женщина не доходит до оргазма, испытывает боль или еще что-нибудь, или вопросы такого характера: «А что же такое женский оргазм и как он вообще может проявляться?» Потому что со слов мужчины о женском оргазме мужчины начинают такой образ в своей голове рисовать небесных йогинь с Гималаев, у которых там какой-то такой безумный оргазм, от которого весь дом сотрясается. Вы должны помнить, что я, будучи мужчиной,

воспринимаю женщину любую как Богиню подсознательно, поэтому если я что-то говорю, то это может звучать как нечто такое фантастическое, и многих женщин это наоборот начинает пугать.

Виктория: «Что такое оргазм. Давайте мы с вами разберемся в женском оргазме и подумаем, какие представления, мысли возникают у каждого из вас при выражении «женский оргазм?»»

Мила: «Исходя из знаний йоги, мы знаем, что сексуальная энергия наиболее близка к единой энергии, и человек, испытывая сексуальное наслаждение, приближается наиболее близко к той единой энергии».

Виктория: «То есть, во время оргазма человек приближается к единой изначальной энергии, к энергии кундалини».

Мила: «То есть, можно так сказать, что это наиболее близкое к нашему изначальному наслаждению, к тому наслаждению, которое должен испытывать человек в своем естественном состоянии».

Виктории: «То есть, получается, что только в момент оргазма мы можем приблизиться к ощущению энергии кундалини?»»

Мила: «Ну как один из вариантов».

Виктория: «А возможно ли во время сексуального союза почувствовать эту свою изначальную энергию, не испытывая оргазм, то есть приблизится к ощущению этой своей энергетической сути, не испытывая оргазм, или только в момент оргазма это возможно?»»

Мила: «Опять же, если исходить из теории йоги, это то, что называется точкой йоги, когда мы, не доходя до оргазма, приближаемся такими шажками к точке йоги».

Таня: «С точки зрения йоги все понятно, а с точки зрения вообще, я бы сказала, что оргазм – это срыв. То есть, происходит какое-то определенное накопление, а когда происходит оргазм, то человек срывается и не понимает, что с ним происходит. Просто в этот момент высвобождается какая-то энергия, и человек себя не осознает».

Виктория: «То есть, по твоему мнению, в момент оргазма не происходит такого ощущения тотальной внутренней энергии, то есть это просто срыв».

Таня: «Происходит, наверное, просто человек это не отслеживает».

Виктория: «А можно ли поставить знак равенства между состоянием оргазма и состоянием в точке йоги? Вот что такое точка йоги? Это когда энергия и сознание соединяются, и мы выходим в закон 1. Точка йоги и момент оргазма. Очень сильное состояние. Очень сильное переживание. То есть, можем ли мы поставить знак равенства между этими двумя вещами – точка йоги и оргазм?»»

Лена: «Мне кажется, что оргазм – это когда ты теряешь контроль, тебя выбивает из всех твоих представлений, но ты неосознан в этот момент. Мне кажется, точка йоги – это когда ты со всем разождествляешься, но в то же время момент осознанности происходящего присутствует».

Настя: «Я бы назвала оргазм доверием. Когда ты доверяешь партнеру, какой-то барьер внутренний снимается. И это состояние много стоит».

Виктория: «Ну, наверное, чтобы подойти к оргазму, нужно доверие. То есть, оргазм и доверие – это разные вещи. И чтобы подойти к оргазму или к точке йоги, нужно доверие. Нужно как бы своей энергии дать разжаться, нужно довериться Вселенной, довериться себе, нужно отдаться своей энергии. Для этого нужно доверие. Но оргазм – это не есть доверие».

Басим: «Точка йоги – это соединение сознания и энергии и это принцип сохранения контроля над ситуацией, но так как мы говорим о двух понятиях – оргазме мужском и женском, то, соответственно, мужчина, теряя контроль, сваливается в мужской оргазм, а женщина, теряя контроль над ситуацией, сваливается в женский оргазм. Оргазм и точка йоги – это разные вещи. И вопрос в том, как проявляется женский оргазм - физиологически, на тонком, на тончайшем уровне».

Константин: «Мне кажется, что в точке йоги мы осознаем происходящее, а во время оргазма мы не осознаем и теряем контроль».

Алексей: «Оргазм – это прана на ветер. Точка йоги – это прана в себя»

Алсу: «Я бы тоже сказала, что оргазм – это энергия куда-то, а точка йоги – это когда мужское сознание направляет женскую энергию и она не теряется».

Виктория: «А если в момент оргазма представлять, что вы не рассеиваете свою энергию, не сбрасываете ее непонятно куда, а направляете ее на Абсолют? Тогда это будет уже точка йоги?»

Басим: «Если удастся ее направить, если есть контроль в этот момент, тогда это будет, наверное, точка йоги. Но, вероятно, у нас не будет контроля и будет некая энтропия».

Виктория: «А если будет контроль на уровне сознания и женщина будет отслеживать, куда пойдет ее энергия, то есть она будет удерживать вот этот вектор сознания и направлять на Абсолют, пускай физиологически, физически сложно будет сдержаться, зато ментально она будет контролировать этот процесс. Не просто рассеивать или сбрасывать энергию, а куда-то направлять, в какое-то русло позитивное, высшее? То есть оргазм – это хорошо или плохо?»

Голос из зала: «Хорошо».

Басим: «Потери – это плохо».

Виктория: «Потери. Значит, у мужчин когда потери – это на уровне энергии или на уровне сознания – это плохо? Ответ: У мужчины плохо, когда на уровне энергии, потому что он сам – сознание, и сознание восполнить для него легко, а вот энергию, так как он сознание, гораздо сложнее. А женщине? Ответ: «Наоборот. Женщина – энергия, она побегала, попрыгала, отдохнула, восстановилась, и с энергией все в порядке. А на уровне сознания? Она начинает быть капризной, раздражительной, и так далее, и тому подобное. То есть, женщине важнее сохранить сознание, направленность. И в момент оргазма, если она удерживает свое внимание на Высшем, то получается, что нет такой сильной потери, как было бы в том случае, если бы она вообще ни о чем не думала».

Вопрос: «В чем смысл не доводить женщину до оргазма?»

Виктория: «Здесь немножко ни в этом вопрос. Не в том, чтобы не доводить женщину до оргазма, а подвести ее почти к оргазму, но чтобы женщина сама не вышла в это состояние.

Вопрос: «Получается, что она теряет аспект сознания и аспект энергии, если оргазм. Так она оставляет сознание, а энергия может потеряться?»

Виктория: «Да. Мужчинам, конечно же, легче испытать оргазм, чем женщине. Женщины закрепошены, они не доверяют и не расслабляются, зажаты, не доверяют своему партнеру, не доверяют вообще всей Вселенной, себе не доверяют, боятся всего. Поэтому им сложнее достичь оргазма. И задача - как со стороны мужчины, так и со стороны - женщины довести себя до уровня доверия, чтобы она принимала себя такой, какая она есть. И вот в этом и смысл оргазма. Чтобы она действительно смогла до него доходить. Чтобы она умела доверять себе и Вселенной. Если она будет доверять, она будет доходить до оргазма. А потом, когда это уже будет совершаться легко, то есть она раскроется, расслабится, разожмется внутренне, то тогда уже другая технология: чтобы женщина подходила к этому состоянию, но не срывалась в оргазм. Почему нужно подходить максимально близко к оргазму? Потому что степень наслаждения возрастает. Чем ближе мы приближаемся к оргазму, тем сильнее наслаждение. А мы помним, что йога Триада работает с таким проявлением человека, как наслаждение. А что такое наслаждение? Наслаждение – это когда энергия и сознание соединяются, и выделяется Ананда. То есть, любое наслаждение, которое вы получаете в жизни – вы кушаете вкусную еду и получаете наслаждение, вы занимаетесь сексом и получаете наслаждение, вы любуетесь красотами природы и получаете наслаждение. Если есть наслаждение, значит, энергия и сознание соединились и в этот момент и выделилась **Ананда** – наслаждение сильное. И вот в момент сексуального соединения мы получаем это наслаждение, а это значит, что есть закон 1 в этот момент. Значит, в этот момент энергия и сознание соединяются. И чем ближе мы подходим к оргазму, тем это наслаждение – Ананда – сильнее. И если мы долгое время продержимся в этом наслаждении, это наслаждение – Ананда – будет избавлять нас от негативной кармы, от нашей звериной предыстории. И обжигаясь в наслаждении, мы можем отследить момент, когда Энергия и Сознание соединяются. То есть, через Ананду, через наслаждение выйти в закон 1, где просветление. И поэтому мы работаем с наслаждением в йоге Триады. И чтобы

максимального наслаждения достигнуть, мы приближаемся к оргазму. И если мы приблизимся, но не сорвемся, и будем долгое время находится в предоргазменном состоянии, то наслаждение будет расти, расти и расти. И мы как бы доходим до вершины. Но за эту вершину не перепрыгиваем. И потом уже мы по-немножечку начинаем этой вершины достигать. Ну, чтобы, знаете, резко не перепрыгнуть ее. И мы начинаем, как говорится в йоге Союза, удерживать точку йоги. То есть, удерживая точку йоги, мы как бы очень медленно подходим вот к этой вершине. Не просто перепрыгиваем, как это было бы в момент оргазма, а медленно начинаем к ней приближаться, тем самым увеличивается степень наслаждения. Ну, и опять же, вот если вы находитесь в этом сильнейшем наслаждении, сгорает ваша карма, и чем больше вы будете в наслаждении, тем меньше будет у вас негативной кармы. То есть, тем меньше будет неведения. И нужно продержаться как можно дольше в этом наслаждении. И поэтому мужчине и женщине очень сложно удерживать эту точку йоги. Но вот в этом и заключается технология Триады.

Алсу: «А если 10 раз продержался, а на 11 не получилось?»

Виктория: «Это вопрос времени и мотивации. Если у тебя есть мотивация, если ты знаешь, для чего тебе это нужно, у тебя пройден аскетизм и ты можешь себя держать в руках, то ты будешь уже стараться и на 11 раз не выйти в оргазм, но если это случилось, то, опять же, есть техники пранаяма йоги, крия йоги, медитации, мантра йоги, которые, конечно же, сгладят ситуацию, и не будет очень сильных потерь».

Алсу: «В момент оргазма происходит сокращение мышц, и если мы при этом не даем пульсации свершиться силой своих мышц, направляя в центральный канал все ощущения, которые появляются в нашем теле..»

Виктория: «Но вот это и есть технология. Если мы себя подготовили физически различными йогой, то мы можем уже как-то манипулировать энергиями, манипулировать своими внутренними мышцами, но для этого нужна подготовка. В идеале мы такого допускать не должны, это знаете, как экстренная помощь, если случился такой момент, то мы должны быть готовы к нему и направить эту энергию в центральный канал, на какие-то образы. Но в идеале мы не должны этого допускать. В идеале. Но, опять же, если что-то произошло, то не нужно заканчивать жизнь, ну, произошло и произошло, все, что бы ни произошло, все на благо всех живых существ. Всё направляется на высшее, на Абсолют. И это, наверное, самое сильное лекарство, если внутри у вас будет эта мотивация - познать Высшее и чтобы все живые существа были счастливы».

Вадим: «И ещё вот такой вот момент: девушки, если с моих слов вдруг будет казаться, что каждый оргазм, который вы будете испытывать, обязательно должен быть такой волшебный, фантастический, что вы сознание теряете, куда-то улетаете, вот если вы думаете, что это единственно возможный стандарт, то это просто я, будучи мужчиной, неправильно донес эту мысль. Оргазм у женщины может быть такой, что мужчина может его даже не почувствовать. Вообще говоря, устройство мужского лингама специфично,

иной раз вы можете обхватить своей йони мужской лингам и сжать мышцы промежности, и только тогда мужчина хоть что-то почувствует. А иногда у вас, действительно, может быть очень сильное внутреннее сокращение, а мужчина не почувствует. Есть тоже нюанс. Бывают моменты, когда мужчина чувствует. Есть достаточно широкий спектр того, что называется женский оргазм. Иногда он явно выражен физически, иногда он неявно выражен. Иногда одна группа мышц сокращается, иногда другая. Понятие оргазма – дело очень индивидуальное. Бывают оргазмы клиторальные, вагинальные, маточные. Здесь нужно отдельно разбираться. Вопрос в том, что **как у вас происходит, так и слава Богу**. Безусловно, есть такая закономерность, и мы об этом в будущем поговорим: чем больше вы будете привлекать праны, в первую очередь с помощью занятий пранаямой, тем в большей степени вы сможете в момент занятия сексом абстрагироваться, раскрыться как женщина, то есть отпустить где-то ситуацию. И тогда вот этот избыток праны с большей силой начинает проявляться через оргазм, и наслаждение от него гораздо сильнее, и ощущения. Но к этому надо подходить долго. Это может один раз быть, другой раз не быть. **Чтобы не было никаких комплексов по поводу своего оргазма**. Потому что, к сожалению, наблюдается такая тенденция: наша цивилизация приучила женщин быть скрытными, они немножко комплексуют, они немножко хотят понравиться мужчинам, они иногда думают, а как меня мужчина воспримет? У меня оргазм, а вдруг он ничего не почувствует. Очень много таких межличностных тонких вопросов. Эти вопросы чрезвычайно важные по той простой причине, что это работа с самым тончайшим инструментом между мужчиной и женщиной – майей восприятия. Понятие майи ни плохое, ни хорошее. Понятие майи может быть мощнейшим инструментом, чтобы компенсировать другую майю вашего неведения. Но так же майя может еще сильнее вас запутать. Поэтому некая такая застенчивость девушки по отношению к юноше, с которым она в постеле, она оправдана. Вот почему говорят, что **в практиках Триады предполагаются ведущие**, которые бы развязывали такие моменты приближения к точке йоги. Но, с другой стороны, вы должны доверять себе. Вы должны доверять своему организму. Это приходит только лишь с опытом.

## Медитация

Садимся в удобную позу, закрываем глаза. Выпрямляем спину, шею, голову. Просматриваем все свое тело. Если мы встречаем напряженные участки, мы расслабляем их. Мы вспоминаем первый принцип йоги, который говорит нам, что **мы не должны причинять вред ни одному живому существу ни словом, ни мыслью, ни делом**. Если у нас такой возможности нет, мы должны действовать так, как велит наш долг. Этот принцип – принцип добра в личной жизни. Повторяем про себя: я хочу быть добрым и я буду добрым. Мы вспоминаем второй принцип йоги, который учит нас, что **мы не должны направлять свое сознание и растрчивать свою энергию на то, что не ведет нас к нашим целям**. Это могут быть любые цели, которые мы себе ставим. Это принцип логики и эффективности в личной жизни. Мы говорим себе: я хочу быть логичным и я буду логичным. Мы вспоминаем третий принцип йоги, который призывает нас отказаться от страданий. «Я отказываюсь от страданий. Никто и ничто не может навязать мне страдания. Мы будем всеми силами помогать всем живым существам преодолевать их

страдания, если они волеизъявили это, и у нас есть такая возможность. Повторяем про себя: **«Я отказываюсь от страданий и я буду помогать другим преодолевать их страдания».**

Вспоминаем, что наилучшей ситуацией для практики йоги и для жизни вообще является ситуация, когда все вокруг счастливы, поэтому мы видим или представляем в центре нашей груди большой красивый цветок лотоса. Мы повторяем: **«Да будут все живые существа счастливы».** И мы желаем счастья всем тем, кого мы любим и кто любит нас, всем нашим родным и близким пусть они будут под надежной защитой нашей мысли. Видим, как это пожелание в виде волны света выходит из нашей груди, распространяется по всей комнате, выходит за пределы комнаты, доходит до самых дальних уголков Вселенной. Мы второй раз произносим фразу: **«Да будут все живые существа счастливы».** и желаем счастья всем тем, кого мы не знаем и кто не знает нас, всему бесконечному множеству живых существ. Мы видим или представляем, как это пожелание волной света исходит из центра нашей груди и распространяется по всей Вселенной. Мы в третий раз произносим: **«Да будут все живые существа счастливы».** И мы желаем счастья всем своим врагам, скрытым и явным. Всем тем, кого мы когда-то обидели и кто обидел нас. Они могут желать нам несчастья, мы же желаем им счастья, и тем самым развязываем узелки своей негативной кармы. Видим или представляем как это пожелание выходит из центра лотоса, наполняет каждую клеточку нашего тела, распространяется по всему залу, выходит за его пределы и доходит до самых глубин всей Вселенной.

Мы вспоминаем, что в нашей практике нам **важно заручиться поддержкой Учителей и Учительниц йоги.** Поэтому над макушкой головы видим или представляем Учителей и Учительниц йоги в тех образах, в которых они нам являются. Если нам это сложно сделать, то видим своих маму и папу, их родителей, родителей их родителей, и так далее. В Родовой йоге считается, что в любом роду есть Учителя и Учительницы йоги. Мы призываем учителей и Учительниц йоги войти в нашу жизнь, войти в нашу практику. Они крайне ненавязчивы, и не сделают это пока мы их не попросим. Мы просим их внушить нам правильные мысли, указать правильные действия, просим о том, о чем хотим попросить. Мы благодарим их за то, что они донесли до нас это знание. Благодарим их, если уже ощущаем поддержку от них. И теперь мы делаем три спокойных вдоха и выдоха и считаем медитацию законченной.