**Курс йоги 118.**

**Джнана йога. Йога интеллекта.**

**Шаг 4.**

**Лекция №1 «Аскетизм в Йоге», от 20.10.2007**

**АСКЕТИЗМ**

Итак, друзья, сегодня мы пойдем по нашему обычному сценарию. Сперва мы рассмотрим очередную тему из йоги, из теории йоги, затем будут ваши вопросы, на которые я надеюсь, что я постараюсь ответить. Мы с вами рассмотрели много йог: джнана-йогу, крия-йогу, карма-йогу, йоги влюбленности даже коснулись, то есть очень интересных разделов йоги. И в отличие от всех наших предыдущих лекций, где мы рассматривали йоги, сегодня же мы с вами поговорим не о йоге, а скорее о методиках в йоге. Сегодня мы с вами поговорим о том, что называется аскетизм.

Почему назревает эта тема? Потому что даже мы с вами рассматривали уже какие-то моменты из тантра-йоги, какие-то моменты из других йог, где используется наша естественная законная способность наслаждаться жизнью для того, чтобы вырасти в своем духовном уровне, точно так же, как и в физическом. И вот, чтобы не было такого перекоса, что йога – это сплошные такие экстатические состояния, такие экстатические практики, здесь следует уравновесить такой подход другим подходом о том, что йога – это в первую очередь, серьезная работа над собой, такая же работа, как и у ученого, который открывает новые законы мироздания.

Каждый, кто занимается йогой, открывает законы внутреннего мира. Точно такая же работа, как у бизнесмена, который пытается заработать себе известный капитал. Точно также и йогин пытается построить внутреннее устройство организма таким образом, чтобы внутренняя энергия, которая является нашими внутренними деньгами, поступала в изобилии. То есть полнейшая аналогия со всеми видами человеческой деятельности. И, понятно, что для того, чтобы нам что-то сделать нам приходиться прикладывать усилия. Ну, мы ходим на работу, мы ходим учиться. Вот точно также и в йоге, в первую очередь следует быть готовым к тому, чтобы сделать эти усилия. Мы как раз поговорим о философии этого вопроса.

Философия этого вопроса, философия аскетизма крайне неправильно понимается. И мы сегодня постараемся рассмотреть эту тему, а также для того, чтобы уравновесить тот перекос, который, к сожалению, сейчас наблюдается на западе. И эта волна захлестнула и нашу страну, где под духовными практиками понимается веселая тусовка: побегать, попрыгать, повеселиться, поговорить об интересных моментах и явлениях, в лучшем случае сделать какую-нибудь практику, чтобы испытать какое-нибудь состояние. Знаете, как вот, я прошу прощения за жаргон, обычно так говорят: «Вот, там был на тусовке, и сделали практику и так торкнуло! О-о-о!!!». Немного создается у меня впечатление, что все сводится именно к такому. Знаете, повесы-балбесы, которые с одной дискотеки на другую прыгают, вот точно также они из одной йоги, из одной школы йоги в другую школу йоги прыгают, туда-сюда, туда-сюда, в надежде на то, что делать ничего не надо будет, а получат они все на блюдечке с голубой каемочкой. И вот мы поговорим сегодня и насчет этой темы, насчет блюдечка с голубой каемочкой.

**ИСТОРИЯ АСКЕТИЗМА**

Но, сперва небольшой экскурс в историю, или экскурс в мифологию, или экскурс в те древние моменты, древние знания, из которых пришла йога. Если вы внимательно достаточно почитаете Веды, какие-то мифы древней Индии, причем начиная с самых ранних или с самых древних, и заканчивая самыми современными. Ну, как современными? Пятисотлетней давности допустим. Тоже какая-то мифология сформировалась.

Везде будет прослеживаться один и тот же такой мотив. Вот йогин или просто человек, у которого возникли какие-то потребности в жизни, которые он не смог решить обычными путями, удаляется в джунгли, удаляется в какие-то доступные места, и, как утверждается, этот человек там практикует аскетизм. После чего, как правило, один и тот же сценарий. Этот человек вдруг начинает обладать некими сверхсилами, сверхспособностями, возвращается обратно в социум, возвращается обратно в то место, где он жил и самым победным образом расправляется над всеми своими проблемами, над всеми своими врагами и достигает выполнения своего желания. Вот такая вот последовательность.

Еще раз. Человек ушел, долго там что-то над собой делал, причем, судя по описаниям, что он над собой делал, эту жизнь надо назвать очень серьезным держанием себя в руках. После чего, он начинает обладать другими свойствами, другими способностями, возвращается в мир и обретает все то, что он до этого долго-долго не мог обрести. То есть, как если бы существовала некая энергия, которую человек накопил за время аскетизма в уединенном месте, а потом потратил.

И, действительно, в Ведах, буквально во всех этих моментах, причем самая интересная другая даже вещь. Что человек этот не белый и пушистый, не обязательно добрый. Этот человек может быть совсем злым, может быть то, что называлось в древней Индии ракшаса, то есть свирепым получеловеком, полуживотным даже. Или асура – это более возвышенное в иерархии положение, но тоже очень негативное, консервативное с явным негативом. Так вот, даже эти существа отправлялись практиковать аскетизм, после чего возвращались полными сил, энергии и начинали, что называется, свои порядки устанавливать. Начинали всячески держать сове влияние над Богами, заставляли Богов поклоняться им. Они правили миром. Так вот, эта способность также им приходила после долгого аскетизма.

В то же самое время, были люди, которые с какими-то положительными моментами обращались к аскетизму. Ну и, наконец, были люди, которые обращались к аскетизму для того, чтобы преуспеть в йоге. То есть накопить некий такой потенциал не для того, чтобы устроить свое новое царство-государство или обрести богатство, власть и имущество, но они направляли возможность после аскетизма на свое духовное развитие. Действительно, многие из них достигали чрезвычайно высоких ступеней в йоге.

То есть, из этих всех мифов мы можем сделать вывод о некоем фундаментальном принципе, который не зависит ни от моральной установки индивида, ни от того, на что он потратит эту способность, которая в дальнейшем будет приобретена, а целиком и полностью зависит от практики. То есть еще раз, не важно, на какие цели, для каких моментов – все равно, человек приобретает некую такую способность.

**АСКЕТИЗМ И НАСЛАЖДЕНИЕ**

И вот сегодня мы как раз поговорим насчет природы этой способности и насчет того, что мы может извлечь каждый сам для себя из этого. Во-первых, прежде чем мы окунемся в теорию, в этот океан теории, следует помнить о том, что в практике, если вы ходите к нам на занятия, например по хатха-йоге, постоянно звучит такая фраза: «Выполняя упражнение, мы должны ощущать радость от выполнения либо радость от преодоления себя!». Как раз это и подразумевает, что где-то себе можно позволить получать приятные ощущения, приятные моменты, а где-то, в общем-то, надо себя и заставить. И дальше, если опять кто-то из вас, вот у нас нет здесь фильма «Хатха-йога самоучитель», мы снимаем самоучители, как правило, на основе древних трактатов. Так вот там приведен трактат о том, что для того, чтобы достичь успеха в йоге, нужно уметь сочетать две крайности: крайность себя заставить и крайность себе позволить.

Крайность того, что надо заставить свое тело подчиняться себе, хочет наше тело или не хочет – неважно. С другой же стороны, надо уметь доставлять телу известную законную радость бытия от выполнения, от ощущений. И вот я недословно, но процитирую этот трактат: «Только лишь, соединяя два этих метода – аскетизма и наслаждения – или по-другому он там назван – метод энергии и метод сознания – можно достичь успеха в йоге». Более того, если мы уходим в область наслаждения и делаем все упражнения так: «Ну, приятно и приятно!», а заставлять себя не хотим, то мы уходим в одну крайность. Если мы наоборот постоянно себя в жесткой узде держим, постоянно себя заставляем с утра до ночи, аскетизм проявляем, то мы уходим в другую крайность.

И обе эти крайности на самом деле никуда не ведут. Но в то же самое время, когда нам знакомы обе эти крайности, мы можем их умело, что называется, сталкивать лбами, и вот они, столкнувшись лбами, нейтрализуют друг друга, и для нас открывается то, что называется, канал в йогу. Поэтому так важно, допустим, если вы практикуете хатха-йогу, овладеть двумя этими методами, и делать все плавно, не спеша, наслаждаться выполнением хатха-йоги. И в то же самое время, держать себя в узде. Допустим, назначил себе заниматься два раза в неделю – все, кровь из носу, буду заниматься. Но опять же, все в разумных рамках. Но вот эти две темы – аскетизма и наслаждения - где надо, себя заставить, а где надо, себе позволить, они присутствуют везде в йоге.

Но так как эта составляющая аскетизма, где надо себя заставить, к сожалению, она сейчас ушла на второй план. Сейчас я просматриваю книжки по йоге, и, в большинстве своем, там что-то невнятное на эту тему. Вот мы как раз и поговорим. То есть еще раз. Я забегаю много-много вперед, в своей дальнейшей жизни мы должны научиться сочетать и то и другое, не уходить ни в аскетизм излишний ни в излишний разгул наслаждений.

Но так как сейчас на запад проникли тантрические знания, где, в первую очередь, делается упор на наслаждение, образуется огромное количество тусовок, таких а-ля йогов, а-ля адептов тайных наук, которые видят свою жизнь в ненапряжном времяпрепровождении. Боюсь, это не самый быстрый и не самый эффективный метод в йоге. Надо сочетать и то и другое. Как говорят американцы: «Тот, кто хорошо работает, тот хорошо отдыхает!». Вот точно также и в йоге. Практики тантра-йоги - практики экстатические, где наслаждение законное. Сразу здесь оговариваюсь. Когда мы здесь говорим об экстатических наслаждениях, вся химия запрещена! Она запрещена в «Йога-сутрах Патанджали». Знаете почему? Как невозможно сделать вечный двигатель, точно также и в йоге утверждается: «Вы можете сколько угодно заигрывать с психотропными веществами, но, в принципе, вы не сможете научиться управлять своим разумом при помощи химии. Это невозможно в принципе!». Так что, если это просто ваши эксперименты, пусть они будут вашими экспериментами, только не надо называть это йогой.

Так вот, когда я говорю про наслаждения в экстатических практиках, это, в первую очередь, законные наслаждения, которые нам подарила природа: от еды, от секса, от приятного общения и т.д. Так вот, по-настоящему можно испытать эти практики наслаждения только лишь, если человек прошел и практики аскетизма.

В древней Индии, точно так же, как и в древнем Тибете, такой вопрос не стоял. Почему? Потому что там, на фоне аскетизма, 99 процентов людей, которые практиковали аскетизм, тантрические знания – это было скорее исключение, чем практика. Поэтому, там этого перекоса не наблюдается. У нас, на западе, он наблюдается сплошь и рядом. У нас не было долгих лет аскетизма, чтобы мы вот так вывалились в наслаждение.

Поэтому, тема эта крайне важная, если мы серьезно интересуемся йогой, если мы серьезно хотим получить все те сверхспособности, все те моменты, о которых столько много пишут в книгах, но так мало кто ими обладает или вообще когда-либо сталкивался.

**ФИЛОСОФИЯ АСКЕТИЗМА**

Теперь же непосредственно философия аскетизма. Философию аскетизма легче всего понять, если мы вспомним аксиоматику йоги. На предыдущих лекциях мы отчасти рассматривали аксиоматику йоги, это тот раздел, который вообще неизвестен, неизвестно почему. Так вот, согласно аксиоматике йоги, у каждого из нас есть наше Я. Это Я - запредельно, это Я - вне времени и пространства, естественное состояние нашего Я – это состояние наслаждения.

А боли не существует в природе. Парадокс. Каждый из нас очень часто сталкивается с болью, а йога утверждает - боли нет. Да, действительно, энергии боли нет в принципе. Но есть механизм, который, грубо говоря, берет энергию наслаждения, делит ее на две части и сталкивает лбами. Вот когда это происходит, мы испытываем боль. Это – философия этого вопроса.

Так вот, наше естественное состояние нашего Я – это состояние радости, счастья, это высшее состояние такое, о чем мы могли бы только мечтать. Но по целому ряду причин, мы как бы сами душим свою песню, мы умудряемся свою собственную энергию наслаждения заставлять душить свою собственную энергию наслаждения. И вот когда это происходит, это сформировалось в течение очень долгих-долгих жизней, это была эволюция, эволюция наших тел, эволюция нашего сознания, эволюция нашего разума, которая потом привела нас к состоянию человека. Но тем не менее.

**АССОЦИАТИВНЫЕ СВЯЗИ**

Как это происходит? Это происходит, я опять же забегаю много вперед, для тех, кто интересуется аксиоматикой йоги, имеет смысл поднять все наши предыдущие лекции, все это происходит за счет так называемых ассоциативных связей. Причина нашего страдания в неведении. По своему неведению мы заставляем свою собственную энергию наслаждения убивать ее же саму. Неведение действует с помощью, так называемых, ассоциативных связей.

Что такое ассоциативные связи? Опять же, я отсылаю вас к нашим предыдущим лекциям, там о них достаточно хорошо все сказано. Но это, грубо говоря, связь, когда мы себя отождествляем с чем-то тем, чем мы не являемся. И самое интересное, что это происходит на уровне связи нашего Я с нашим телом.

Вот я здесь с вами сижу, и мое я имеет отношение к этому телу только лишь потому, что оно, по своей глупости, считает себя этим телом. В тот момент, когда я пойму, что я и это тело - вещи две абсолютно разные, ко мне придет множество всяких сверхспособностей. Такие, как выходить из своего тела, управлять им и т.д. Но это не все. Дальше ассоциативная связь выходит из меня и начинает, как паутинка, как такой вектор, пытается зацепиться за что-то. И вот я вижу какую-нибудь красивую вещь и говорю: «Хочу!». Я начинаю ассоциировать свое внутреннее наслаждение, свое внутреннее состояние наслаждения, которое во мне заложено с какой-то вещью, которая не является, и вообще никакого отношения к моему состоянию наслаждения не имеет. Но! Очень хитро работает, как ключ к замку. Как только я получаю эту вещь, как ключ к замку открывается сейф, и мне выдается порция наслаждения.

Я мечтал купить Мерседес, долго мечтал, мечтал, мечтал – купил. Я счастлив! Я искренне счастлив! Никто не может сказать, что я себе там придумал. Или можно взять у меня анализ крови, даже, наверное, медицина покажет там какие-то изменения метаболизма или состава крови, я не знаю, это вопрос к медикам. Но! Я счастлив! Потом, правда, это счастье уходит. Через два года мне уже нужен вертолет, меня уже Мерседес не устраивает. Ну и так будет продолжаться все последующие жизни. То есть, я буду вечно чего-то хотеть, я буду думать, что мое счастье зависит от этого чего-то, я буду пытаться достичь этого чего-то, потом я буду достигать, какое-то время наслаждаться этим, потом мне это надоест, и я захочу чего-то другого. Это, к сожалению, проклятье. Это страшное проклятье нашего бытия. Но это отдельная, что называется, песня йоги, мы сейчас не про это.

Мы – про аскетизм. Так вот, что же происходит, когда я чего-то захотел? Грубо говоря, протянулась ассоциативная связь, очень замысловатая тонкая вещь, которая начинает как бы. Я сейчас буду пользоваться терминами несколько вольно, но вы должны понять суть. Грубо говоря, моя энергия наслаждения взяла и вытянулась в этот канал. И такая, как резиночка, прилепилась. Я туда влил свое сознание и свою энергию и все. Я, знаете, уже как на веревочке или как на резиночке. Если мой объект, который я хочу, от меня удаляется, меня к нему тянет, и я всячески пытаюсь его приблизить к себе. Вот так возникают ассоциативные связи. Возникают они в большинстве своем бессознательно.

Мой любимый пример. Я иду по улице, прохожу мимо магазина и вижу бутылку пива. Я ее страшно хочу. Все. У меня - раз, как маленькая резиночка. Я иду дальше, а мои мысли говорят: «Ну, куда же ты пошел?! Вернись, купи!». А вот представьте, если бы ларек был занавешен газетой, я бы не увидел это пиво. Я бы прошел дальше, потому что я не знаю, что там внутри. Или девушка заходит в ювелирный магазин и видит прекрасные кольца. Вот. Хочу! Хочу и все! Хочу! Значит, о чем это говорит? О том, что протянулась ассоциативная связь. И человек имеет тенденцию ее выполнять. Плохо это или хорошо? Это - не плохо и не хорошо, это – естественно. Такие ассоциативные связи возникают, удовлетворяются. Значит, если они рвутся, то мы испытываем дискомфорт. Потому что мы уже туда вкачали свое сознание и энергию, а кто-то взял это и порвал, разотождествил нас с этим. Кстати говоря, смерть в этом смысле, это есть принудительное разотождествление. Когда кто-то берет и ассоциативную связь между нашим Я и нашим телом рвет. Мы от этого, в общем-то, не в восторге. Как это обычно бывает: умираем, потом вновь рождаемся.

Так вот, возникают ассоциативные связи. То есть, грубо говоря, у нас есть какой-то внутри нас объем энергии и объем сознания. У одних людей он побольше, у других он поменьше. И чем больше ассоциативных связей, тем меньше приходится на каждую из них. И он как бы распределяется по всем моим желаниям.

Теперь давайте рассмотрим маргинальный вариант. Он, кстати, многочисленно отражен в самых разных мифах. Я сейчас процитирую о том, что некогда были два брата-близнеца, очень злобных существа. Они мечтали поработить весь мир и не знали, как этого достичь. Везде Боги правили, везде жрецы, во всем мире тишь да гладь да божья благодать, порядок, священные коровы бродят довольные, в общем, все мантры поют, поклоняются, и на них никто внимания не обращает. Их это положение дел крайне не устраивало, и они решили завоевать не только весь земной мир, но и также все небеса. Что же они сделали? Они пошли в уединенное место, и давай себя всячески изнурять. Вот он то на одной ноге стоит с поднятой рукой, то на другой. В общем, всячески себя доставлять неудовольствия. Так они занимались достаточно долго, преуспели в этом, и потом вернулись в мир и буквально все, что бы они ни захотели, вдруг начинает исполняться. Там только какой-нибудь великий герой говорит: «Нет! Я вас не пущу на то, чтобы вы правили всем этим миром!», а они его хоп-хлоп куда-то там задвинули, поработили. Причем все это как-то ловко, изящно. Вроде как, с одной стороны, стечение обстоятельств, с другой стороны, вроде, как и они сильные и умные и ловкие. Как-то оно, в общем, все, разрулили ситуацию так, что стали владыками Вселенной и начали всем Богам всячески делать плохо. Обычно эта ситуация заканчивается каким-либо финалом, о финалах мы тоже поговорим, но несколько позже.

Так вот, что же произошло с этими двумя братьями-близнецами, которые уединились в джунгли. Безусловно, они существа крайне непросветленные, недуховные, поэтому ни о каких высших духовных моментах, как непричинение вреда и прочее прочее, они не слышали, не слышат и слышать никогда не будут, потому, что они этого не хотят. Ну, в общем, таких персонажей, вероятно, вы в своей жизни очень часто встречали, и, может, еще даже и будете встречать, но я надеюсь, что нет. Но при этом они очень активные. Везде что-то у них схвачено.

**ЖЕЛАНИЯ**

А тут получается следующая вещь. Как только они чего-то хотят, идет ассоциативная связь, как резиночка. Вот мое желание, резиночка, все. Если я очень сильный, у меня энергии много и сознания много, то у нашего Я есть такая способность через волю выполнять. Вообще, у желания есть очень неприятное свойство. Его следует нам запомнить. Все желания исполняются! Вопрос - когда. Так как они не могут исполняться одновременно все, они выстраиваются в длинную очередь. Поэтому, если вы чего-то хотите, но это все никак к вам не приходит, это не значит, что оно не исполнится никогда. Нет! Оно исполнится! Но только сперва исполнятся все желания, которые вы загадали в этой жизни и в прошлой жизни до этого. Ну не может все подряд идти. Понятно, есть такие очень сильные желания, которые, как наглый покупатель, лезут вне очереди и распихивают все предыдущие, но это если очень уж сильное желание. А так вообще, все в порядке общей очереди.

Так вот, все, чего вы хотите – все исполнится. Но мудрые йоги, они обычно с этим соглашаются, и все становятся такие печальные. Они обычно при этом добавляют. Но знаете, правда все это, когда начнет исполняться, вы, может быть, поймаете себя на мысли, что вам это не надо. Более того, даже если сейчас с вами что-то происходит и вам кажется, что вам этого не надо, то, может быть, это исполнение вашего же желания, которое вы просто не помните. То есть, вы сформулировали желание, оно выстроилось в очередь, а вы про него забыли. Оно начинает исполняться, а вы: «Да нет! Я этого не желаю!». Вот так вот устроена Вселенная.

Но самое неприятное, что некоторые желания идут из жизни в жизнь. Я встречаю человека, он говорит: «Господи! Как мне плохо живется в Москве! Здесь все так бездуховно..», а я говорю: «А ты свою прошлую жизнь помнишь? Может быть, ты свою прошлую жизнь жил в джунглях или где-нибудь на крайнем севере, где было холодно, голодно, есть тебе нечего было, и ты мечтал о том, чтобы жить в тепле, чтобы там было много еды, чтобы ты там не умирал с голоду. Вот ты и имеешь современную квартиру, где ты не замерзаешь, не умираешь с голоду, где есть возможность помыться и отдохнуть». А нам уже мало, мало этой однокомнатной квартиры, нам подавай особняк на Рублевке, после особняка – жилье на острове где-нибудь. И это будет нарастать, это будет обязательно идти.

Но, опять же, вернемся мы к нашим братьям любимым, которые ушли в джунгли. Все, что они не видят, вот видит он банан: «Хочу съесть банан!», раз – ассоциативная связь, на него пошла часть его энергии, а он говорит: «Нет! Не буду есть!», раз – разорвал и кинул. А эта энергия, которая должна была пойти на удовлетворение желания - не пошла, она вернулась обратно и начинает там ждать своего часа. Там: «Ой, за ухом почесалось! Надо почесать! Нет, не буду чесать себя за ухом!». Ассоциативная связь, да. Рука сама так и тянется. Энергия этого и сознание, они, безусловно, не имея выхода, вернулись обратно. И вот подобно тому, как можно накопить очень много денег, подобно этому, можно накопить очень много такой энергии.

Эта энергия присуща нашему Я. Она – основополагающее устройство нашего тела, она работает за счет ассоциативных связей. Если мы ассоциативные связи пресекаем, то эта энергия начинает выделяться и накапливаться. И вот эти два наших брата один год, другой, третий, и потом столько понабрались этой энергии, что буквально всего, чего они не захотят, тут же исполняется.

Почему? Потому что мы помним, любое желание исполняется. Все старые ассоциативные связи: «Хочу того, того, того!», они порвали. Все, их энергия не утекает по многочисленным маленьким желаньицам. Но у них большая цель – завоевать Вселенную! И вот они набрали этой энергии, и пришли и завоевали.

Причем, как это все творится, еще раз. Это уже из раздела раджа-йоги, это уже из раздела других йог, механизм того, как это все происходит, он замысловат, конечно. У нашего Я есть способность применять свою волю, если угодно, назвали чисто магическим образом, разворачивать ситуацию так, как надо. Магия присуща всем нам. Но это не магия, это тонкие законы мироздания. Магия – это что-то такое непонятное, а здесь все понятно. Так вот, эти два брата вернулись обратно, поставили свою цель и вот теперь – да! Вот теперь хотим власти и получим эту власть. И действительно получают эту власть и начинают править.

Почему? Потому что накопили. Накопили – потратили. Теперь мы вернемся к нам с вами. Итак, в каком бы состоянии мы не были, хотим ли мы достичь ли просветления в йоге, хотим ли мы власти, богатства, денег. Да, кстати, как относится йога ко всем этим желаниям? А никак. Хотите? Если это ваша судьба стать президентами всего мира – идите и выполняйте свою судьбу. Потому что, будете себя отговаривать - будете страдать. Позаритесь на что-то чужое, не свое – тоже будете страдать, т.е. каждый человек должен найти для себя свою дорожку, называется дхарма – путь жизни. Тропинка, идя по которой вы будете избегать страданий. Это называется дхарма.

Так вот, йога говорит, что ничего нет плохого ни в наслаждениях, ни во власти, ни в деньгах, вообще ни в чем. Вот обычно говорят, что это плохо. Ничего это не плохо, все замечательно. Другое дело, в йоге нам говорят следующее: «Только постарайся чтобы, не эти вещи, которые ты желаешь, тобой правили, а ты этими вещами правил!». Вот это, к сожалению, очень тонкий такой момент, на котором спотыкаются практически все. Ну, один раз человек спотыкается, потом второй раз уже не делает этих ошибок, это другой опять же разговор.

Так вот неважно, на какие цели вы хотите потратить, что вы хотите. Единственное, к чему я вас призываю, не будьте такими, как эти два брата, потому что они там перебили народу, прежде чем придти к власти, огромное количество, это согласно мифологии. Но закончилось это для них самым печальным образом. Знаете, есть такая поговорка: «Кому многое дано, с того и спрос большой!». Поэтому, если вы набрали магической силы и начинаете применять ее в целях принесения вреда живым существам без крайней на то необходимости, то, как правило, кармическая расплата идет очень быстро.

Почему? Большой мощный посыл – большое мощное возвращение. Поэтому, я бы рекомендовал вам, в общем, не причинять вред ни одному живому существу без крайней на то необходимости. Но, строго говоря, в аскетизме это не предусмотрено. Это я вас просто прошу не делать это. Почему? Еще раз. Закон кармы никто не отменял. Вы получите по заслугам иногда быстрее, чем даже думаете об этом. Почему? Потому, что вы не знаете предыдущей кармы. Может, это ваше желание было вашей последней каплей, а до этого вы уже такого наворотили, что сразу все опрокинется.

**НА ЧТО ТРАТИТЬ ЭНЕРГИЮ АСКЕТИЗМА?**

Поэтому, конечно, в йоге призывают нас, на что тратить этот аскетизм и энергию этого аскетизма. Ну, во-первых, на свое собственное духовное развитие. Почему? Потому, что в йоге считается, что самое ценное, что мы можем взять от нашей жизни – это опыт. Не богатство, не уважение, не почет, не славу. Единственное, если мы возьмем из своей жизни опыт, вот он с нами и пойдет в следующую жизнь, если мы вдруг умрем. Или если мы там растворимся в высшем просветлении, ну все, тогда вообще не о чем говорить. Но даже если мы родимся в следующей жизни, мы перенесем самое ценное – опыт. Не богатство, не власть – это мы не перенесем туда, в следующую жизнь, а мы перенесем опыт. Так вот, самое первое, на что имеет смысл тратить, так это на духовное развитие, на приобретение опыта, на самосовершенствование.

Но, с другой стороны, если перед вами стоит то, что вы очень хотите. Я знаю, это очень частая ситуация, причем многих, как ни странно, она приводит в йогу, и в йоге это считается достаточно допустимым, приемлемым, таким уважаемым моментом. Люди приходят в йогу, потому что фигура у меня некрасивая, а я хочу красивую фигуру. Или: «Стервозный я страшно! Мне слово – я матом в ответ. Надо как-нибудь себя в порядок привести. И вот пойду – помедитирую!». Или там: «У меня не хватает интеллектуальных способностей, у меня карьерный рост как-то не идет. Надо б себя немножко привести в порядок!». Вот такие они на первый взгляд меркантильные интересы. Человек идет заниматься йогой.

Хочу сказать сразу. Да, йога – универсальный ключик, вы получите все это. И фигуру, и спокойствие, и интеллектуальные возможности и еще много-много всего, о чем сейчас и не будем говорить. Но вы должны помнить: все это на самом деле бесплатное приложение в йоге. В йоге самое главное – это познание высшего, познание своего собственного Я и устройства Вселенной. А все остальное дается – ну, пожалуйста, бери.

Так вот, иногда некие желания, которые очень долго не выполнялись в нашей жизни, ну такая вот у нас карма замысловатая, они начинают быть камнем преткновения. Мы вместо того, чтобы сосредоточиться на философии этого мира, у нас как заноза, желание там. Вижу я какой-то предмет, вот хочу его и все! Вот пока его не получу, все, думать ни о чем не могу. Иногда это становится препятствием на духовном пути. Почему? Потому что человек только о нем и думает. Ему бы посмотреть, он бы, может быть, и отказался, а он не может. И говорит, что я сам себя обманываю, то се, пятое, десятое.

Так вот, если же вы желаете богатства, власти, успешного карьерного роста или еще чего-нибудь такого, чисто как бы сказали осязаемого, то почему бы вам не применить аскетизм, если другие методы не работают. Пожалуйста. Если вы не применяете этого во вред другим живым существам, почему нет? Вот такой подход. Такой подход в аскетизме.

Итак, аскетизмом мы не даем рассеяться своей энергии, в первую очередь, за счет ассоциативных связей, за счет возникновения и удовлетворения желаний. За счет этого, если мы начинаем контролировать процесс возникновения ассоциативных связей и исполнения этих желаний, если мы ставим это все под контроль, то высвобождается значительная энергия. Откуда она берется? Он берется из нас же самих.

В аскетизме в самом по себе нет ничего, что могло бы дать эту энергию. Мы сами просто учимся использовать то, что у нас есть. Потом. Как только высвобождается немного свободной энергии, вот тут начинается самое интересное. Строго говоря, только лишь с этого момента начинаются все экстатические практики. Вы, вероятно, читали про тантра-йогу, были у нас на лекциях и слушали о том, что вот если вы даже занимаетесь сексом и испытываете очень приятные наслаждения, такие моменты, то это можно направить на свое духовное развитие или выполнение вполне конкретных своих затей, или какую-то свою мечту удовлетворить.

Вот мы с вами, допустим, ходим на работу каждый день, получаем зарплату какую-то там раз в месяц. Кто-то ходит там, на фондовую биржу или играет на повышение и на понижение акций. Вот он в день может заработать больше, чем мы за последние 20 лет предыдущие и за будущие 20 лет каждодневной работы. Там совсем другие законы. Там все очень быстро, там все очень неочевидно, но если мы специалисты, в общем-то, полным-полно случаев, когда люди сказочно богатеют.

Так вот и в йоге. Сперва мы должны быть готовы накопить стартовый капитал каждодневной работой вот такими аскетическими практиками, а когда у нас появляются лишние деньги, мы можем пойти и сыграть на фондовом рынке, в какое-нибудь предприятие вложить, чтобы там потом получить неслыханные дивиденды.

Вот точно также и с йогой. Когда приходят на семинары, я, может быть, упоминал, что у меня достаточно печальный опыт. Когда-то я начал преподавать йогу именно с тантра-йоги. Ко мне начали приходить люди, помешанные на сексе, не совсем вменяемые. Это, вероятно, бывшие или будущие то ли маньяки, то ли просто люди психически неуравновешенные. Вообще, надо было бы их перенаправить в лечебные заведения. Но это, в общем-то, не моя дхарма. Так вот, все бы хорошо, но у них не было этого потенциала. Но это самый маргинальный случай. Более возвышенный случай. Приходят юноши и девушки, в процентном отношении больше девушки, что и понятно. Мы хотим изучать более тонкие йоги влюбленности, более тонкие практики работы с физическим телом, ну, наслаждение. Вот.

И это все замечательно. Но! Если у нас нет вот этого внутреннего потенциала, внутренней энергии, внутреннего аскетизма, который будет потом покрывать дырки в момент практики, то мы ни к чему хорошему не придем. Это то же самое, что начинать играть на фондовой бирже, и потом у тебя доллара не хватит для того, чтобы там что-то выкупить, купить или продать. И все летит в тартарары. Вот, к сожалению, здесь точно также и с этим. Что сперва мы должны набрать каждодневной практикой какой-то капитал, а только потом пользоваться быстрыми методами, не раньше. Если же мы начинаем и погружаемся в эти быстрые методы, то это рискованно, очень рискованно.

Опять же, возвращаясь к йоге влюбленности. Многие девушки и многие юноши думают: «Где моя вторая половина? Где она? Где ее носит по этой земле?». Вот. И здесь я, кстати, цитирую «108 афоризмов тантра-йоги». Вот где ее носит? Я уже готов! Я ее жду! Куда она делась?! И мы иногда не отдаем себе отчет, что иногда встреча с этой второй половиной будет требовать от нас такого напряжения и сил. Мы-то думаем, что все будет вот так вот. А у нас одна кармическая недоделка, у нас другая кармическая недоработка. Вообще, мы грубы, вообще, у нас плохие дурные привычки. И все это будет вызывать очень большие трения.

Так вот опять же, прежде чем окунуться в эти возвышенные йоги, очень бы хорошо такой капитал накопить. А вот если у вас будет этот внутренний аскетизм, и потом в дальнейшем вы видите, что что-то идет не так, надо быстренько исправить, то вы легко за счет этого аскетизма исправите все несостыковки. Знаете, как говорят у нас: «Не подмажешь – не пойдешь!». Так вот надо знать, чем мазать. Надо сперва набрать этого масла. Поэтому, мы удаляемся, или мы начинаем практиковать йогу.

У нас в школе не принято делиться личным опытом. Поэтому, я не имею права вещи в подробностях с именами, паролями, явками вам рассказывать. Это у нас считается крайне нескромным. Но я буду говорить так вскользь, чтобы вы составили представление. Но эта ситуация достаточно типичная.

Есть люди, которые приходят в йогу в аскетизме, очень супер суровом аскетизме. Они не спят, не едят, каждый их день направлен на самореализацию. Они оттачивают разум, они оттачивают свои чувства. Они практикуют все виды йоги. Они очень быстро достигают огромных таких моментов в йоге. Очень быстро. Но в дальнейшем наступает очень серьезный момент. К сожалению, у аскетизма есть обратная сторона, и вот мы сейчас о ней тоже поговорим. К сожалению, если вы попробуете один раз так: вот у вас есть желание, вы ушли в аскетизм, набрали этой энергии и выполнили. Второй раз желание, третий раз. То со временем такой человек полностью уходит в аскетизм и полностью начинает отвергать методы наслаждения. Такой человек имеет тенденцию, к сожалению, быть очень сухим, очень властным, очень жестким, очень неприятным во всем, что противоречит его воле. И это перекос, это серьезный перекос.

Но и обратная сторона. Человек, который мямля, который не может себя собрать. В конце концов, который за собой не следит, у которого вечно там порывы эмоций. Который, как шарик в воздухе: то его туда понесло, то его сюда понесло, он не на чем сосредоточиться не может, довести дело до конца не может. И эта крайность также отрицательна.

Поэтому, самым разумным образом является сочетание двух этих методов. Еще раз и еще раз. Очень большой соблазн уйти в аскетизм. Знаете, это, наверное, ощущение миллиардера, который думает, что он может купить все. То есть любая цель – это вопрос того, как ее реализовать, вопрос того, как к этому подойти. Это, к сожалению, ошибка. Это перекос, это серьезный перекос.

**ШКОЛЫ ЙОГИ. ПЕРЕКОСЫ**

И теперь несколько совсем уж абстракций я скажу, но это касается нашей школы йоги. Собственно говоря, у нас классическая школа йоги. Меня спрашивают: «А вот там-то и там-то такой-то гуру сказал, что надо биться головой о стену!», я говорю: «Нет-нет, у нас другая школа йоги!». У меня есть возможность никого не ругая, не вовлекаться, что у них там. Понимаете, это очень приятная позиция. То есть, я не знаю, я не интересуюсь, я не компетентный, но, вероятно, все хорошо.

Так вот, есть еще один очень серьезный перекос, о котором я не могу не сказать. Это перекос сознания, перекос аскетизма, где, грубо говоря, отказывают в праве существования на энергию.

Сейчас я говорю вещи трудные, кто предыдущие лекции слушал, возможно, меня поймет. Согласно аксиоматике в этом мире, весь этот мир создан двумя вещами – сочетанием сознания и энергии. Все объекты и явления на земле – это сочетание сознания и энергии в той или иной ее ипостаси. Но и сознание и энергия, они как бы искажены или замутнены майей. И, поэтому, где-то врет энергия, где-то врет сознание. И каждый раз надо выяснять, где несостыковка, где вранье.

К сожалению, есть другие школы, в том числе и йоги, у которых аксиоматика другая. Они говорят: «Есть сознание, никакой энергии нет! Есть сознание и майя, т.е. иллюзия! Поэтому, кроме сознания, весь этот мир - это майя, это иллюзия, и его надо от себя убрать или его надо рассеять, уничтожить. Все, что угодно, потому что это майя!». Очень опасный перекос. Перекос аскетизма очень опасный.

Как ни странно, больше всего страдают от этого женщины. Собственно говоря, это антиженский подход. Почему я о нем говорю? Огромное количество исповедующих йогу, иногда они называют себя джнана-йогами, иногда они называют себя адвайтаведантистами, в таком очень узком понимании этого слова, они отрицают женский принцип, как таковой. Они говорят: «Есть сознание, и есть майя!», мы же говорим: «Есть сознание, есть энергия, и есть майя!».

Теперь на бытовом уровне, чтобы стало понятно. Юноша повстречался с девушкой. Прекрасная девушка, он в нее влюбился. Славные два года прошли, девушка превратилась в стерву, точнее, она всегда стервой и была, а просто юноша этого не замечал до того. Влюбленность - это инструмент майи определенный, точнее, это не совсем инструмент майи, а преодоление майи. Значит, один раз. Появилась вторая девушка – тот же результат. Третья девушка – тот же результат. И такой юноша говорит: «Все это иллюзия. Все эти чувства, все эти женские капризы. В общем, все проявление женского, проявление энергии - это же майя. Меня так учат». Где там учат у них? Очередной гуру, что: «Есть только сознание, а энергии нет. Поэтому, проявления твоей девушки взбалмошные - это целиком майя! Поэтому, чем быстрее ты развеешь эту иллюзию, тем лучше!».

И, грубо говоря, вместе с водой выплескивают и ребенка. Почему? Потому что девушка, даже какая бы она взбалмошная не была – это девушка. А вот то, что на нее майя действует, и эта девушка начинает творить непотребства – это уже совсем другая песня! То есть, когда мы отрицаем принцип энергии, мы отрицаем право на существование женщинам на этом свете.

Другой перекос. Та же самая ситуация, только со стороны девушки. Один юноша. Да, все замечательно, но вот какой-то он умник, что-то он в своих абстракциях, ему бы на меня посмотреть, в кино сходить, а он все в своих абстракциях. Причем абстракции эти, какие-то они неживые. То он туда деньги вложил – там прогорело, этим занялся – фирма накрылась. Один юноша; сменила на другого. Другой, третий, четвертый, пятый. Потом в результате к девушке такая фраза приходит дежурная: «Все мужики одинаковые! Неважно какой, все равно будет один и тот же результат!». Это обратная попытка, попытка в крайнем своем проявлении материализма, отрицать высшие принципы построения.

Почему? Сознание тоже может ошибаться. Как сказано у Шанкарачарьи, что иногда лежит веревка, мы смотрим на веревку, но видим змею. Это майя. Что отделяет веревку от змеи? Майя. Вот точно также и сознание. Иногда видит, высвечивает все не так, как есть на самом деле. Это майя сознания. Иногда наоборот. Какие-то обстоятельства жизни играют с нами.

Например, начинаешь дело какое-то новое открывать, все оно там как-то. Знаете, у бизнесменов есть такое выражение, что если хочешь открыть свой бизнес, умножай время, которое ты решил потратить в три раза, а деньги, которые ты решил потратить – в пять раз. То есть, решил за полгода открыть фирму и потратить тысячу долларов. Нет, умножай на три и на пять, соответственно и то и другое. И, опять же, это энергия. Мы говорим, что Вселенная пытается нас раздавить и уничтожить. Это майя. Нет, это энергия, но энергия в немножко завуалированном виде. Но то, что я сейчас последнее говорил – это уж совсем абстракция для эстетов-философов.

Ну и, наконец, я еще раз подведу черту. Итак, у каждого из нас есть прекрасный метод. Этот метод называется аскетизмом. Знаете, это вот я рекламу слышал, и можно ее немного интерпретировать: «Если больше ничего не действует – попробуйте аскетизм!». Но опять же, я призываю вас, у аскетизма, как у любого другого метода, есть серьезнейшие перекосы. И не дай Бог, вы не остановитесь в аскетизме там, где надо было остановиться – начнутся проблемы. Проблемы начнутся точно.

Кстати, продолжение этой истории про этих двух братьев. Чем она закончилась. Они действительно поставили под контроль всю Вселенную. Боги были против них бессильны, оружие их не уничтожало, поскольку у них сверхспособности были, что убить их нельзя. Вот. И ничего сделать с ними было нельзя. Поэтому, уже совсем весь мир должен был разрушиться, пока не было предложено следующее решение. К ним не направили прекрасную девушку. Абсолютно прекрасную, идеальную. И вот один брат сказал: «Она моя!», а второй брат сказал: «Нет! Она моя!». И вот они направили этот аскетизм, который они выработали, и с помощью которого победили весь этот мир, в борьбу за девушку, друг на друга. И друг друга поубивали. Так был мир спасен.

Люди, склонные к аскетизму, иногда сами не видят грань, где они скатываются в насилие. Им кажется естественным, что кругом бараны, если я их не поведу..Заставим человечество стройными рядами идти в рай, смотря друг другу в затылок. Иногда это мечта человека, который действительно приподнялся, увидел, что вокруг болото, что вокруг вообще непонятно что и начинает этими методами..Все великие политики, которые наворотили дел за последние двести лет, они, так или иначе, были склонны к этому. Но тем не менее. Это есть метод. Более того, нам следует познакомиться с ним, нам следует его практиковать. И до тех пор, пока мы не почувствуем вкус аскетизма, мы не почувствуем вкуса и наслаждения. Это невозможно.

Поэтому, прежде чем вовлечься в высшие йоги...У нас это триада знаменитая: йога союза, тантра-йога и йога влюбленности. Я особенно подчеркиваю йогу влюбленности. Почему-то всем кажется, что если вы в кого-то влюбились – то все! Обычно, знаете, сказка заканчивается: и вот они поженились. А я сажусь и думаю: «Да, что же там потом началось!?». В более мудрых сказках, например, Ромео и Джульетта умерли тут же. Ну, все, соединились, в известном смысле и – хэппи-энд. Но без разборок потом на кухне, кто кому чего должен. Вот такая ситуация. Она очень серьезная. Поэтому, прежде чем вовлечься в высшие практики, будьте готовы заплатить за них хотя бы, знаете, за входной билет. Все равно денег не хватит купить эту практику, но хотя бы купить входной билет. Хотя бы стартовый капитал, который вы потом вложите и будете дивиденды получать и расти, расти, расти, станете состоятельными кротами, купите себе что-то, потом весь мир купите. Но это шутки. Значит, эта вещь.

Потом еще один такой момент – нечестность, внутренняя нечестность. Иногда я сталкиваюсь с людьми, которые уходят в йогу не потому, что они ушли в йогу, а потому, что они не смогли ничего в этой жизни достичь обычными методами. И они начинают ругать, но, опять же, это эзоповский сценарий – лисица и виноград: у меня не получилось стать президентом всего на свете. И я говорю, что все это майя, что все это иллюзия, что от всего от этого надо отказаться, что надо уйти в духовность, что надо там медитировать по десять часов, и вообще - все остальное грязь! Вот это несколько такая подмена понятий.

Так вот, чтобы этой подмены понятий не было, если у вас есть желание, то честно признайтесь – да, у меня есть это желание. Потом вы его реализуете. Если не получится обычными методами, реализуете с помощью йоги. Если не получится с помощью йоги, то - с помощью аскетизма. Если и так не получится, ну, плюньте вы на это желание, в конце концов. Но никогда не говорите, что очень много, к сожалению, в йоге, в духовных учениях, вообще очень много лицемерных людей. Они говорят одно, а на самом деле желания их и страсти совсем другие. И самое обидное, что нет ничего плохого в их желаниях или страстях. Но только они почему-то сами себе придумали, что это плохо. И результате в них сидит надсмотрщик, тот, кто, как в тюрьме, пытается урывками украсть. Зачем вам этот сценарий? Хотите чего-то? Ради Бога, получайте!

Йога призывает нас к чему? Вот после того, как человек полностью насладится здоровьем, богатством, властью и всем, чем угодно, вот только после этого он по-настоящему начнет ценить йогу. А не потому, что ему там ничего не светило, и вот он решил отыграться в йоговском учении. Теперь, пожалуйста, вопросы.

**Вопрос: Аскетизм предполагает физическое уединение?**

**Ответ Вадима Запорожцева**: Отличный вопрос! Есть такой раздел аскетизма – это сексуальный аскетизм. Это один из самых мощных видов аскетизма. Собственно говоря, когда вы открываете священные писания любой религии, и читаете, что там нас призывают всячески воздерживаться от секса, то как раз этим самым они и пытались внедрить эту мысль.

Но все, что касается секса, и вообще, все, что касается аскетизма, здесь надо быть аккуратным. Все, что касается аскетизма в сексе – надо быть в сто раз аккуратнее. Почему? Секс – это желание, на самом деле оно выделяется из всех остальных желаний, которые у нас только есть. Почему? В нем заложено продолжение жизни. И вот если, не дай Бог, наши внутренние структуры заподозрят, что мы не накапливаем энергию за счет сексуального аскетизма, а просто пытаемся забить и подавить свою сексуальность, то эти самые внутренние и самые страшные структуры на уровне причинного тела, как правило, взрываются. Они видят угрозу жизни на земле. Вот так человек себя задавит, у него никто рождаться не будет и весь род людской, в общем-то, вымрет. Поэтому, все, что касается сексуального аскетизма – с этим надо быть особо аккуратным.

Знаете, это особая вещь. В качестве возможного – да. Но еще раз и еще раз. Это может быть какой-то период. В советские времена была знаменитая фраза, еще в Америке она прозвучала: «Секса у нас нет!». На весь мир. Мир встрепенулся, испугался, как это так!? Странная была такая вещь. Так вот, если вы назначаете себе сексуальный аскетизм, то очень четко оговаривайте сроки. Очень четко. До тех пор, пока ваши внутренние структуры не услышат от вас сроки, например, что пока я не встречу того-то и того-то или пока не достигну того-то и того-то. Иначе ваши внутренние структуры воспримут это, как попытку прекратить род людской. Ну, мало ли, какой-нибудь умный злой философ придумал такую систему. Все решили ее проверить, в результате род людской вымер. Да вот, такая хитрость.

От этого у нас внутри есть очень надежная защита. Поверьте, все, что касается секса, там идет отдельный разговор. Поэтому имеет смысл, если же мы практикуем сексуальный аскетизм, то либо себе очень четко назначать сроки, лучше себе назначать, чтобы потом проявить, как можно сильнее, либо есть другой подход – это подход тантра-йоги, так называемый секс без потерь.

Вот если вы практикуете секс без потерь, то понятие аскетизма заложено в самом понятии секса. То есть вы так хитро занимаетесь сексом, что вы все нужное вытаскиваете, а все критически важное – не трогаете. Все довольны, все радостны, все счастливы. Кстати, быстрые методы в той же тантра-йоге именно на этой особенностях и построены. Это вещь очень важная. К сожалению, если человек очень долго идет в сексуальном аскетизме, то могут случаться всякие девиации. Это у кого? Я иногда встречаю людей, они были забиты какими-то там табу и прочее прочее. Сейчас это уже менее. Все, что касается секса, это очень серьезно.

Теперь, что касается других ограничений. Безусловно, когда мы хотим практиковать аскетизм, на общение тратиться энергия. Это знают все. Сидишь один, сидишь, потом поболтать с кем-то хочется, потом так и подмывает, потом сильнее, сильнее, сильнее. И если мы, действительно, уединяемся, и если мы, действительно, ни с кем не общаемся, нас опять же распирает пойти и с кем-то поговорить. А мы нет – пресекаем. На этом вырабатывается аскетизм.

Если же мы набираем, набираем, набираем, а потом куда-то уходим в компанию, и все тратим, то вся энергия уходит. Не говоря уже о принципе тайны. Но принцип тайны – это отдельный момент. Это общий момент в йоге. Вообще, если вы хотите, в том числе и в аскетизме достичь более хорошего результата, то держите свои практики в тайне. Пусть о них не узнают те, кому о них не надо узнать. А если вы хотите подарок своим родным и близким сделать, то сделайте подарок, но не надо их посвящать в какие-то нюансы. Если это не какой-то там критический момент. Почему? На этом тоже тратится. Грубо говоря, как только возникла ассоциативная связь – все, это дырочка, через которую начинает течь энергия.

В нашей школе йоги есть такие методы обучения, и они очень серьезные. По мере возможности такая практика. Это раз в год собрался, собрал рюкзак, на две недели еды, палатка - и в лес в глухой. Там, где нет вообще ни одной живой души. Вообще никого нет. Это у нас называется бродить по тропам. Тут игра слов. Здесь тропа, как и дхарма, так и тропа просветления, так и тропа, где сознание переходит в энергию или канал, или тропа, на которой ты можешь встретить учителя. В общем, тут разная игра слов. Понятно, что никто там в глухие и холодные леса не идет, все в Крым идут, где тепло и не особо опасно. Но, тем не менее, ведь на самом деле не важно где и какие условия, а важно то, что мы накопили, и мы это не растратили. Это же самое касается и одежды, и еды и всех остальных моментов.

То есть, все наслаждения, которые в принципе могут возникнуть – мы их отслеживаем и пресекаем. Это называется аскетизм. Еще, пожалуйста, вопросы.

**Вопрос: Как бороться с майей и осознавать майю?**

**Ответ Вадима Запорожцева**: Строго говоря, все занятия йогой, которые мы проводим, начиная от хатха-йоги и заканчивая медитацией – это, строго говоря, борьба с майей. Почему? Разными методами мы устраняем неведение.

Ну, на примере хатха-йоги. Я принял позу, я остаюсь в ней достаточно долго, и я привык считать и ощущать свое тело так-то и так-то. Но на самом деле, здесь майя энергии, майя ощущений, и я просто неправильно ощущал свое тело. Я долго делаю, делаю, делаю, иной раз пот градом льется. И потом внутри меня что-то щелкнуло, как если бы каналы очистились, я вдруг ощущаю себя уже четко. Точно также со всеми другими проявлениями. Но этим же самым я устранил майю.

Потом. Кто-то меня раздосадовал, и я готов.. Например, обычная ситуация. Я захожу в магазин, и я – сама обходительность. И прошу продавщицу: «Дайте, пожалуйста, мне то-то и то-то», а у продавщицы просто плохое настроение, и она на меня вызверяется. Меня это, понятно, задевает. Я вот тоже уже все! Сейчас будет мой ответ Чемберлену. Вот. Я понимаю, что я сейчас это все на нее выплесну. Да, и я потрачу свою энергию. Эта энергия сделает ее умнее. Она накажет.

Кстати, возвращение этого мифа. Всегда очень всех предостерегаю: если вы встретите человека, который занимается аскетизмом, то не гневите его. Потому что если его раздосадовать, как считается, он вас сожжет своими глазами, есть у него способность сжигать. Если вы на кого-то взверяетесь – вы тратите этот потенциал. Да, подлец получит по заслугам, но вы потеряете. Вот.

И в то же самое время вы понимаете, что вас за что-то зацепили. Вот у вас есть представление о том, кем мы являемся и как на нас посмотрели. Где-то несостыковка, и нам это не понравилось. Это майя. Если я удержался, улыбнулся такой зверской улыбкой. Просто нас так учили в свое время. Представьте себе мальчишку среднестатистического, который ничего не знает, понятно, что меня держали очень сильно, и я благодарен. И так всегда надо, когда тебе очень плохо, улыбаться. Всегда, чтобы улыбка была, пусть зверская, но улыбка. И на вопрос: «Как твое состояние?», ты должен отвечать: «Замечательно! Великолепно! Вот сейчас, как никогда, хорошо!». Это тоже такой аскетизм где-то. Но я не дал этой майе сознания развернуться. Вот везде такие моменты присутствуют в любой йоге. Собственно говоря, любая йога в этом смысле, абсолютно любая – это устранение заблуждения. Еще вопросы.

**Вопрос: А что такое пробуждение?**

**Ответ Вадима Запорожцева**: А я не знаю. Наверное, когда человек спал, а затем проснулся. В каком смысле?

**Вопрос: Бывает такое ощущение, что ты спишь и в то же время ты не спишь? И когда ты смотришь на вещи откуда-то сверху, становится страшно.**

**Ответ Вадима Запорожцева**: Так, еще раз. Я попытаюсь осмыслить. Я так понимаю, что пробуждение вы имеете в виду в каком-то духовном смысле? Просветление или побуждение? Вообще говоря, вот знаете, слово Будда. Был дядечка такой – Будда, буддизм после него возник. Это слово созвучно или имеет то же значение, что и наше слово будильник. Да, это состояние пробужденности. Будда – это пробудившийся. Поэтому, если мы говорим про пробуждение в рамках того же буддизма, то это, конечно, высший пилотаж. Если мы говорим о том, что мы живем обычной жизнью, а потом какие-то обстоятельства, практики вдруг открывают нам как-то глаза, и мы на все по-другому смотрим, то мы тоже воспринимаем это, как будто бы мы спали до этого, а потом раз, и оно совсем все иначе предстало. Это, вероятно, какой-то шаг на духовном пути. Но везде надо разбираться.

**Вопрос: Ну а почему тогда страх возникает?**

**Ответ Вадима Запорожцева**: Вы меня в затруднительное положение ставите. Я должен знать предысторию. Это знаете, как диагноз ставить. Единственное здесь возможно, почему страх возникает. Вот страх, единственное, что иногда можно понять. Иногда мы долго за что-то цеплялись, и мы привыкли к этому. А потом мы как-то от этого расцепились, и вдруг привычный порядок вещей, который возможно у нас из жизни в жизнь шел, он вдруг нарушился. Не то, чтобы нам как-то плохо стало, но стало как-то необычно, как-то не по себе.

Я помню, когда в девяностые годы, когда был атеизм, коммунизм, хорошая система на самом деле, мощная, аскетичная система. Один кодекс строителей коммунизма чего стоил. Вот. И потом вдруг начало это все рушиться. Какие-то экстрасенсы начали возникать, колдуны, маги, в общем, какой-то потусторонщинкой, знаете, повеяло, холодком. Я вдруг понял, что я как-то не понимаю. Мир из такого понятного и прогнозируемого, он вдруг такими гранями повернулся, о которых я даже не догадывался. Поэтому, иногда это обусловлено нашей неспособностью к чему-то новому адаптироваться. В каждом случае свое.

**Вадим Запорожцев**