**План:**

1. **Ценность общения с единомышленниками.**
2. **Кого можно считать брахманом в современном мире.**
3. **Работа с эмоциями.**
4. **Влияние некоторых продуктов на наш организм.**
5. **Философия неделимости нашего Высшего Я.**
6. **Подача закрытых и открытых знаний в разное время.**

**Ответы на вопросы**

**(лекция №2 от 28.02.15)**

Прежде чем начать отвечать на вопросы по йоге, я хочу, чтобы кто-нибудь из вас назвал три причины, из-за которых у нас всё хорошо, а будет еще лучше. Одной из таких причин является тот факт, что все живы.

**Александр Злобин: Всё хорошо и прекрасно, потому что набрана группа Вира, которая меня как куратора радует своими успехами и особенно технологическими и организационными прорывами. Я считаю, что у них огромный потенциал, и они это докажут нам в своем дальнейшем обучении, подняв нас на новый уровень. Несмотря на кризис, мы всё равно развиваемся. У нас запущен новый канал. Завтра весна начинается! Нас столько здесь собралось единомышленников! Хотя мы вряд ли в полной мере осознаем серьезность этого момента, и что это является огромным событием.**

Хочу подхватить эту тему. Долго я занимаюсь йогой, и разные периоды в йоге проходил. Был и период одиночества, а сейчас я понимаю, что **самая большая ценность - это наличие единомышленников**. Если есть единомышленники, то всегда можно найти себе мужа или жену, и всегда будут дети. Если не хотите искать мужа или жену, то просто общаясь с подобными себе людьми, которые думают так же, как и вы, вам не придется притворяться и тратить свою энергию, чтобы таскать маску. Наоборот, если вам что-то интересно, ваши единомышленники это подхватят.

Деньги - вещь хорошая, но не купишь единомышленников на них. В лучшем случае уберешь препятствия, чтобы они пришли, но еще не факт, что придут. Что еще остается? Власть. Но любая власть – это состояние одиночества. Само понятие власти предполагает некую дистанцию между вами и теми, кем вы управляете, вы не можете к себе их приблизить. Я с этим столкнулся несколько раз: один раз в бизнесе, другой раз уже в йоге. Когда ты начинаешь волей-неволей какой-то статус приобретать, все начинают смотреть на тебя как на гуру. С одной стороны, надуть бы щеки и радоваться, а с другой стороны, понимаешь, что у тебя нет дружеских, товарищеских отношений на равных. Некоторые мечтают об этом, но очень тяжело носить на себе маску гуру. Конечно, бывают периоды в жизни, когда надо обязательно побыть одному, но это как вдох и выдох: сначала мы вдыхаем, потом выдыхаем. Точно так же и периоды одиночества должны перемежаться с периодами общения, иначе будет очень сильный перекос.

Москва - огромный город: настолько разношерстная публика, у всех свои интересы, мысли, цели. Иногда думаешь: «А что я тут делаю?» Если бы не единомышленники, совсем бы другой расклад был. Во многих йоговских и около йоговских, ментальных традициях существует «сабха», иногда говорят: «сангха» - это круг единомышленников. Если взять Индию, то вся ее кастовая система – это не что иное, как клуб единомышленников в изначальном варианте. Ценить начинаешь только тогда, когда не имеешь. Воздух начинаешь замечать и ценить, когда его нет, а когда он есть, то вроде так и должно быть. Поэтому очень хорошо, что у нас есть такое место, где можно встретиться и поговорить. Даже заочных студентов, когда они бывают проездом в Москве, мы приглашаем заглянуть «на огонек», повариться в нашем ментальном поле, потом все практики начинают по-другому выстраиваться.

**Вопрос: Чем отличается сангха от кулы?**

Есть несколько ответов на этот вопрос. В глубинном, изначальном смысле они ничем не различаются. Сначала были Веды, потом они стали плохо пониматься, и появились на них комментарии: брахманы, араньяки, Упанишады. Потом начали возникать другие философские системы, к которым чисто формально относится и йога. Затем появились такие альтернативные философские системы, как буддизм, джайнизм и масса других. Когда Веды совсем перестали понимать, произошло смешение каст. Был в Индии такой мрачный период, который, вероятно, связан с периодом «Бхагавад Гита»: мужчин из высших каст всех перебили, и женщинам пришлось вступать в браки с мужчинами более низких каст. Считается, что с этого времени наступил период деградации Индии - эпоха Кали-юги. А самое интересное, что резко снизились требования к человеку, претендующему на обладание знаниями. Если в древней Индии человек должен был принадлежать к трем кастам, то в средневековой Индии, когда произошло смешение каст, уже фактически то же самое знание Вед давали в рамках тантризма или других течений. В тантрах на первый план выступало понятие «кула» - семья. Считалось, что все люди - члены одной семьи, потому что когда все перемешались, то делить на касты было бессмысленно. В древние ведические времена, когда говорили про собрание дважды рожденных, или посвященных, предполагалось явное, очень жесткое различие по кастам. Под термином каулы понималось сборище брахманов, но уже не по происхождению, а по степени самоосознанности Высшего Я каждого из членов, то есть насколько человек достиг в духовном плане каких-то высот, неважно, какой он касты.

Вообще йога волей-неволей соприкасалась с историей религии и философских систем в Индии. Хотя еще раз подчеркиваю, что йога в этом отношении очень универсальна. Можно запилить йогу так, что она будет работать даже на атеиста, человека который не придерживается ортодоксальных взглядов на жизнь, как это было в случае буддизма – знаменитые тибетские йоги. Там ведь в классическом смысле ничего не сказано про какие-то обряды.

А история России – это вообще череда потрясений на протяжении тысячелетий: войны, порабощения, местные олигархи, какие-то смуты, несколько раз перепахали поле России за последние сто лет. Первый раз – это война 1914 года: перебили массу народа. Потом революция: брат на брата пошёл, аналог того, что было в Индии, все касты стали смешиваться. Потом тридцатые года прошлого столетия, когда всех расстреливали, о своем происхождении помалкивали, это сейчас все графами и князьями оказались, хотя тогда были целые расстрельные списки. Дальше Вторая Мировая война - всё перемешалось: кто снизу, кто сверху. Далее, в советские годы начало всё выкристаллизовываться, а к концу восьмидесятых, когда надо было науку двигать, всё равно возникло разделение, появилась интеллигенция - кто-то тяготел к развитию науки, образования, медицины, культуры. Ну, и что произошло потом? В девяностых годах СССР развалился, вся интеллигенция, которая кричала о свободе, оказалась без средств к существованию. Уважаемым человеком стал владелец ларька, который сигаретами торговал на рынке, а профессор или академик, который ракету в космос запускал, оказался не у дел. Вы понимаете, что каждое потрясение – это не просто потрясение, это программируемый выбор. В результате в России всех так перемололо, перекрутило в однообразную такую субстанцию**,** что, конечно, можно кричать, что ты потомственный дворянин, но это ни о чем не говорит. Или можно кричать, что ты с большой дороги и все твои предки с большой дороги, но это тоже не так, потому что всех перемололо, как миксером: кто брахман, кто не брахман. Поэтому остается разделять людей по изначальному смыслу слова «каста».

Как определить принадлежность к касте? Если бы была каула, то была бы, вообще, всё равно семья. А тут - нет, к вам предъявляются какие-то требования, отсев нужно пройти. А этот отсев говорит о степени ваших внутренних качеств, насколько вы близки к понятию «брахман». И как это определяется? Очень просто – по вашему поведению. По тому, как вы относитесь к понятию долга, однозначно можно сказать, насколько вы являетесь брахманом. Брахманы в этом отношении были очень ответственны, обычно тише воды, ниже травы, держали себя в узде. Насколько вы себя держите в узде, насколько вы священно относитесь к понятию семьи, и, соответственно, к детям, то есть насколько вы отдаете долг продолжения жизни. По этим косвенным признакам можно определить, какой вы касты, вне зависимости от того, какие у вас были предки или какой вы национальности и вероисповедания.

Многие кричат о принадлежности к религии. Какая религия после семидесяти лет этого миксера? Что у кого осталось? А если и осталось, то не на выраженном уровне. В чем был очень большой запрос в новой России? В священнослужителях, их не было столько в советские годы. А откуда они взялись? Значит, эти люди до этого в каком-то другом месте работали. Да, кто-то пришел по зову сердца, это священнослужители с большой буквы, а ведь кто-то - нет. И это большая проблема, я это вижу по откровенным отхождениям от нормы. Поэтому ни религия, ни национальность, ни принадлежность к тому или иному роду, все наши графы и князи – это всё ни о чем не говорит. Поэтому приходиться лишь выяснять на деле, кто какой касты.

**Вопрос: У меня вопрос по комментариям к «Йога Сутра» Патанджали. Там говорилось, что карма определяет три вещи: будущее рождение, жизненный опыт и продолжительность жизни. И если у кого-то негативная карма, то эти три вещи более низкого качества. В рассуждениях с учеником понятие позитивной и негативной кармы свелось к тому, как сам человек воспринимает те или иные обстоятельства. То есть если мы наслаждаемся, то это позитивная карма, если мы страдаем и это ведет к чему-то отрицательному, то это негативная карма. Вот, допустим, маньяк наслаждается убийством людей, но это не может быть позитивной кармой. В итоге получается, что даже если он наслаждается, последствия настигнут его когда-нибудь, но там ничего не было сказано насчет того, как это влияет на окружающую Вселенную. То есть если мы воспринимаем позитивно, то у нас позитивная карма, если мы воспринимаем отрицательно, то это наша негативная карма.**

Начнем с самого начала, с аксиоматики. Можем ли мы сделать список вещей однозначно плохих или однозначно хороших? Да, но обычным фоном выступает тот образ жизни и место, когда и где это говорят. А если убрать контекст, то понятия о добре и зле, справедливости и несправедливости совершенно различны в разную эпоху, в разных странах и местах. И поэтому оценить со стороны очень тяжело. С другой же стороны, мы понимаем, что что-то в жизни каждого человека расширяет или сокращает его свободу. И в этом отношении одно действие порождает другое действие. И, как правило, когда мы сталкиваемся с сокращением своей свободы в том или ином виде, это мы воспринимаем негативно. Когда наше проявление свободы не может выплеснуться, не встречая препятствий, а более того закольцовывается, делится пополам и сталкивается лбами, мы воспринимаем это как боль, и от этого мы страдаем. В этом отношении рассуждения о карме можно свести к нашей свободе в проявлениях, к тому, насколько мы грамотно пользуемся нашими свободными проявлениями. И какие-то промежуточные этапы, что сейчас тебе очень хорошо, но завтра тебе станет очень плохо, не рассматриваются. Рассматривается лишь одно, что в результате этого будет превалировать: страдание или наслаждение.

**Наше естественное состояние жизни – это состояние радости и счастья.** В спокойном состоянии нам не нужны никакие подпитки. По себе могу сказать: когда я не приезжаю в Москву, даже не преподаю йогу, я вообще становлюсь самодостаточным: мне ни чая, ни кофе не надо, да и еды надо очень мало. Как только я попадаю в социум, если не поем, то уже тошнит, голова кружится, постоянно что-то пью – это компенсация чего-то другого. Естественное состояние бытия исказилось в данном случае ментальностью мегаполиса. И здесь такая же ситуация: в нашем естественном состоянии мы радуемся, и нам вообще ничего не надо. И это одна из глубочайших мудростей йоги: **для личного счастья нам так мало надо, практически ничего**. Но вопрос в том, что мы всё равно страдаем от результатов своих поступков, от того, что мы что-то делаем и сокращаем свою свободу. Ладно, если бы это было в рамках одной жизни, но это передается из жизни в жизнь.

Интересный момент есть в йоге Умирания - в каком состоянии надо умирать. Состояние, в котором мы умираем, определяет состояние, место и время, в котором мы рождаемся. Можно определять моментом входа и выхода из этого мира, а всё остальное происходит автоматически. Пример из жизни моей сестры: по окончании школы она всё думала, куда поехать учиться. Она предполагала, что выбирает профессию, а на самом деле она выбирала судьбу. Потому что там, куда она поехала учиться, она нашла себе мужа, там и осталась, рожала детей. И сейчас, когда две страны начали конфликтовать, она очутилась по другую сторону баррикад. Аналогично этому, когда вы выбираете место, куда вам ехать, с кем общаться, с кем бывать, с кем не бывать, так же определяется место и время вашего рождения. Родитесь вы в интеллигентной семье или там, где с вами будут плохо обращаться. А может, у вас хорошая семья, а ваши школьные годы в подворотне проходят. У меня был такой пласт в жизни**,** что матом в совершенстве владел. Я всегда хвастаюсь, что аксиоматику могу матом излагать. Если бы я оказался в окружении, где все ходили бы в английскую школу, то я смог бы излагать аксиоматику на шекспировском языке.

**Вопрос: Вы говорили по аксиоматике, что нет двух энергий. Как можно использовать для духовной трансформации негативные энергии?**

Вся йога делится на четыре части: открытая, закрытая, тайная и невыразимая. Открытая йога сливается с невыразимой, а закрытая - с тайной. Этот вопрос полностью попадает под раздел закрытых и тайных методов. Это можно сравнить с лекарством. Вот представьте, стоматолог вам может без наркоза зубы лечить (раньше так и было), а может сделать обезболивающий укол, и за это время зуб вылечить. Но можно дать обезболивающее средство, а зуб не лечить. И вот эти практики по использованию негативных эмоций действуют как оболочка обезболивающего средства с внутренним горьким лекарством. И если это попадает в массы, то начинают обгрызать обезболивающее, а горькое лекарство выбрасывать: «Зуб не болит – не болит, что его лечить, ведь проблема решена». И вот пошла волной такая тенденция с начала XX века, когда стали проникать медитативные и другие опыты, то начала развиваться психология. Например, заходишь в католический костел, играет орган, и человека на что-то высшее тянет, и предполагалось, что он подумает о своей душе. Но уберем то, что он подумает о душе, и оставим эти воздействия. Или храм Соломона, как в древнем Израиле, - военачальник не мог дальше пройти, потому что его что-то остановило.

Есть эти наработки в любых культурах, в том числе и в йоге. Йога имеет богатейший арсенал, но как только он попадает людям, которые не соблюдают морально-этических норм жизни, и, что самое главное, с мутной мотивацией, то это совсем нехорошо. А вы когда-нибудь спрашивали у психолога, психотерапевта или экстрасенса, почему он этим занимается, какова его мотивация? Мы обычно этим не интересуемся, какая нам разница, лишь бы помогали. А у них мотивацией является получение денег: они сдирают оболочку, её очень успешно продают, а лекарство выкидывают. Что мы видим в йоге? «Открываю третий глаз за три дня или деньги обратно», «Кундалини будим и усыпляем», «Карма чёрная, белая, зелёная – продаём, покупаем оптом и в розницу» - берут какие-то наработки, отдирают, а смысл не оставляют.

Идет такая пульсация. Вот, допустим, происходит слом цивилизации, тогда эти практики всем бесплатно даются в массовом порядке. Как только мало-мальски налаживается нормальная жизнь, они опять прячутся. Это как оружие: враг у ворот - всем раздают автоматы, но в обычной жизни никому автомат не доверяется: напьется, по соседям стрелять будет. В эпоху Кали-юги высшее знание стало доступнее, чем было в древние времена, потому что всем крышка, если не успеют им воспользоваться. Поэтому проникают практики, а вместе с ними появляются шарлатаны, которые успевают содрать обезболивающее, но они долго не выживают, потому что процесс истории по ним колесом прокатывается.

Но зато многие успевают получить пользу, чтобы работать с любыми эмоциями, желаниями, страхами. Со всеми чувствами можно работать: со страхом, жадностью, гневом, вожделением, завистью, гордостью. Другой разговор, что лучше всего приближаться к этому плавно, безопасно. А как приблизиться? Безусловно, у кого-то есть эти практики, а у кого-то их нет. Поставьте себя на место человека, у которого они есть. Человек будет смотреть на того, кто пришел за знаниями: а вменяемый ли он, кому он будет их давать. И поэтому вы должны зарекомендовать себя как человек, от которого не исходит опасность, в том числе и по отношению к тому, кто дает вам эти практики. Бывают буйно помешанные - ты ему лекарство, а он тебе еще и по мордасам. С одной стороны, знание йоги открыто, его может переоткрыть каждый, а если хотите конкретики, то вы должны зарекомендовать себя безопасным человеком, чтобы вас не боялись.

Работа с эмоциями зависит от того, каков спектр этих эмоций. Сразу хочу сказать, что самое сложное – это работать с сексуальностью, мы даже отдельно выносим за пределы всей нашей деятельности работу с сексуальностью. Потому что сексуальность – это продолжение жизни, и у человека иногда так мозги перемыкают на негатив, что очень тяжело работать. С другими эмоциями не так очевидно. Есть одна достаточно известная практика, в которой используется огонь, масло, определенного вида семена, травы и конкретная мантра. Казалось бы, эта практика не имеет отношения к той эмоции, против которой ты борешься, но когда бросаешь травы в огонь, они начинают с таким треском лопаться, что у тебя возникает ассоциативная связь разрыва на другом уровне, и тебе становится легче. Воспринимается как первобытная магия или чудо, но когда начинаешь копать, становится понятно, что цепляются одни наши представления за другие. Чтобы внутрь себя заглянуть, нужно какое-то средство. Как вы к себе в эмоции залезете, каким инструментом? Даже в компьютер мастер лезет с отверткой. Помните поговорку: «У немца на каждую операцию свой инструмент», вот и в йоге на каждую операцию, то есть для работы с каждой эмоцией есть свой инструмент.

Но если такая практика попадает в руки непорядочных людей, они начинают тут же «стричь купоны», причем многие очень паразитируют на этом. Поэтому я вижу, что в какой-то момент схлопывается доступ к этим знаниям. Вы не думайте, что я всё знаю. Учусь так же, как и вы, где-то и мне дорога закрыта. Я понял, что если хочешь что-то получить, докажи, что от тебя не будет проблем: чаще улыбайся, проявляй дружелюбие, как-то заявляй о себе. Но мало заявлять - надо подтверждать делами, и с течением времени эти практики приходят. Конкретно трудно сказать, с какой эмоции идёт негатив. С другой стороны, вы помните, нет негатива и позитива, что в одном хорошо, то в другом плохо.

**Вопрос: В последнее время я перестал чувствовать гармонию при занятиях Крия йогой, а при занятиях Хатха йогой всё больше радости. Стоит ли отказаться от занятий Крия йогой и отдать предпочтение Хатха йоге?**

Да, это вполне допускается. Это может быть связано с массой факторов, таких как образ жизни, состояние организма и прочих. Пройдет время, и захочется динамики. **Ваша задача – прислушиваться к организму, познавать его, он вам будет подсказывать.** Но с другой стороны, чтобы понять, что такое Крия йога, нужно сделать ее 108 раз. Даже если делать каждый день, то на это уйдет 3-4 месяца. Если вы не сделали 108 раз, то бывают такие моменты: сначала экзальтация, подъем, потом начинается чистка, болят мышцы, спад. Вот если есть эти взлеты и падения, тогда надо идти вперед. А если больше 108 раз, почему нет.

**Вопрос: В книге Артура Авалона «Змеиная сила» говорится про концентрацию на чакрах: «Концентрация производится на тонких центрах и на тех формах сознания, которые преобладают в них». Какие существуют формы сознания, и какие из них преобладают в Свадхистана-чакре?**

Вы должны помнить из аксиоматики, что **у нас нет двух сознаний, так же как и нет двух энергий.** В каком случае вы испытываете страх? Когда ваше сознание, соответственно, высвечивает то, что вы называете страхом. Есть детально разработанный метод, как другими эмоциями предыдущую эмоцию выковыривать и лечить: можно зажать ненужную нужной и, как клещами гвоздь, выдернуть. Каждая чакра отвечает за эмоциональное или иное проявление, ей предписывается тот или иной орган чувств или орган действия и, соответственно, тот или иной окрас нашего бытия, то есть в какой цвет окрашивается наше сознание. Свадхистана, согласно канонической теории, которую в том числе и продвигал Авалон, отвечает за то, что мы бы назвали трудно понимаемым словом «вожделение». Книга Авалона «Змеиная сила» построена как объяснение Кундалини йоги, с него на Западе и началось распространение этого знания. Считается, что эманации, а в дальнейшем и сама энергия Кундалини достигает Свадхистхана-чакры и в случае подъема начинает ее растворять, а в случае эманации – пробуждать. При этом по нарастающей испытывается весь спектр того, что относится к грани вожделения. Это серьезное препятствие на пути людей, которые не изучают сексуальные йоги. Часто встречаю людей, которые говорят: «Мы сейчас изучаем Кундалини йогу и будем кундалини к макушке поднимать». Даже если они поднимать не будут, а только эманация будет, то она пройдется всплеском такого свирепого эротизма, что «крышу сносит». Я сколько сам учился, сколько общался с ребятами, которые со мной это изучали - это самое тяжелое испытание. Мы обычной жизнью живем, и нас вообще не пронять «Плейбоями», уже не действует, а там буквально образ какой-то случайный возник, и идет влечение эротического характера. Влечение не только эротическое, хотя это одно из самых сильных проявлений, а чувство обладания вообще. Девушка идет мимо ювелирного магазина, смотрит кольцо с бриллиантом – всё! Зачем оно тебе? Вот хочу, и всё! Раб вещи, как шопоголик: вот он увидел безделушку – хочет обладать. А банки, которые раздают кредитные карточки, что - добрые такие? Нет. Когда вы страстно хотите чем-то обладать, вы теряете над собой контроль, вы не думаете о тех процентах, которые будете платить, а банкиры руки потирают, барыши считают, радуются. Авалон имел ввиду, что будет максимально активизироваться этот фактор, сознание будет высвечивать вожделение, и это станет доминирующим фактором для сознания. Соответственно, ваше сознание перестанет воспринимать что-то другое.

Вожделение – это классный инструмент, например, для борьбы со страхом. Есть техника вымещения одного другим. Я всегда рассказываю такой пример: у меня была кошка, и к ней кот повадился весной ходить. Коты очень пугливы. Кошка в доме жила, на улицу не выходила, и коты в окна заглядывали. Доходило до того, что когда я дверь открывал, то кот не обращал внимания на людей, страстное желание было у него кошечкой обладать. Поэтому кошачий род не вымирает, а если бы был страх, то он бы в уголке тихонько сидел, и род кошачий вымер бы давно.

Даже эти вещи попадают в лапы недобросовестных психологов, они даже на этом могут выпиливать. Это как самодельное оружие делают и теракты устраивают, так же и эти товарищи вырывают принцип, и давай что-нибудь новое придумывать, какой-нибудь тренинг. А то, что потом человек от этого много проблем имеет, об этом все забывают.

**Вопрос: Почему такие продукты, как лук, мешают активной пранаяме? И какова неуместность потребления мяса, не учитывая Первый принцип йоги?**

Припранаяме не только лук, еще и чеснок надо ограничить. Всех еще раз отсылаю на бесплатные Интернет Йога курсы на нашем сайте. Пранаяма мобилизует и использует некоторые скрытые резервы нашего организма, а лук и чеснок также подстегивают, примерно те же самые функции, собственно, почему их и едят. Получается наложение, а организм наш и так перестраивается, поэтому становится очень тяжело. На самом деле, кто долго занимаются пранаямой, на своей шкуре начинают это быстро чувствовать. Это не придуманная рекомендация, если вы будете активно заниматься пранаямой, то почувствуете, что руки и ноги начинают трястись.

Морально-этическая составляющая поедания мяса сомнительна в современном мире. Почему? Раньше где брали мясо? Шел охотник, убивал кого-нибудь и съедал. А сейчас? Огромная свиноферма, которая род свинячий поддерживает из поколения в поколение в огромном количестве. Представьте, какой шанс для души родиться в совершенном свином теле: тебя будут кормить, поить, купать, и проживешь ты столько, сколько прожил бы в дикой природе. Если посмотреть на ситуацию с кармической точки зрения, то чем свиньи от людей отличаются? Люди точно так же рождаются, проживают жизнь, так же бегают, прыгают, умирают, как если бы их также выращивали на убой. Вот вы живете якобы в безопасности, но, на самом деле, вынуждены бегать на работу, жить в каких-то каменных клетках, постоянно напрягаться из-за начальника, и так далее. Но, с другой стороны, вы можете, ни о чем не думая, прожить свою жизнь. Вот когда крестьянин выращивает скотину на убой, он в каком-то смысле не только делает негативную карму, но и позитивную - род свинячий поддерживает.

Хотя это туманные рассуждения, можно куда угодно вывернуть, но согласитесь, в этом что-то есть, а так бы их вообще не было. Вот представьте: либо вообще нет свиней, либо они живут такой жизнью. Что лучше: не быть, быть в теле лягушки или в благородном теле свиньи прожить? Это очень сложные вещи, даже с позиции Первого принципа йоги не всё так очевидно, как кажется. Если вы перестанете есть мясо, перестанут разводить свиней, будет свинячий геноцид и резкое падение поголовья.

Конечно, есть мясо – это варварство, да и потом, его всё равно на всех не хватит, нас уже за шесть миллиардов. Вот, говорят, в Индии мясо не едят. Если бы они еще начали мясо есть – всё, конец земному шару, всё бы съели. Вот китайцы едят мясо, а когда нет мяса, едят и бабочек, и червей.

Вырастить хорошую свинью, сколько нужно потратить зерна?

**Вопрос: Тогда это вопрос больше Второго принципа, а не Первого?**

Это сложный вопрос. С биологической точки зрения мясо специфически влияет на наше мировосприятие, кого-то бодрит, кого-то усыпляет, угнетает. Обратите внимание, в таких разных странах, скажем, как Израиль и странах Ближнего Востока запрещена свинина. Украина не представляется без свинины. И много таких пищевых табу существует. Мы едим крабов, а попробуй какого-нибудь ортодокса в Израиле заставь съесть краба, для него это немыслимо, как нам таракана съесть. Почему это возникает? Не само же по себе. Голод был, ели всё, до каннибализма все скатывались. Что мы едим, очень сильно влияет на наше сознание. Что-то съел, и оно замутняется, потому что наша энергия, прана и, как следствие, сознание идет на переваривание. И если вы не достигли определенного уровня свободной праны, вам крайне вредно есть мясо, вы будете дуреть от него, об этом сказано в трактатах. А вот если вы выпрыгнете на определенный уровень, пищеварительный огонь будет его переваривать, не замутняя сознание. Например, я когда-то снимал одноэтажный дом, где была старая проводка, и напряжение прыгало: оно было не 220, а могло до 150 опуститься. И как только оно ниже критического уровня опускалось, телевизор не показывал. Точно так же и у человека: если у него мало праны, то всё идет на переваривание пищи. И поэтому на такую роскошь, как медитация, где нужно напряжение мыслительных функций, уже просто не хватает ресурсов. Если же у вас излишек энергии, то ешьте, что угодно.

Поэтому я вас еще раз призываю относиться к еде без фанатизма. Еда - важный, определяющий фактор в йоге, но очень индивидуальный. Не будьте фанатиками, полностью уверенными в своей правоте, Вселенная сложнее.

**Вопрос: В чем отличие между закрытыми и тайными йогами?**

Это вопрос сложный, у вас будет большой курс. Есть границы, их очень тяжело объяснить. Это не так, что, например: с завтрашнего дня устройство паровоза закрыто, тайна за семью печатями. Кому это сейчас нужно? Или новый вид вооружения, Кольт в таком-то году засекретил, взял патент; или машина Архимеда, которая метала что-то там. Кому это сейчас интересно? Это сложный вопрос, он упирается в три принципа йоги.

**Вопрос: Влияет ли действие в осознанном сновидении на реальный мир?**

Здесь в самом вопросе и ответ заключается. Сновидение это что - нереальный мир, это что - чистый бред? Сновидение – очень сложный фактор, это фактически грань реальности, которая едина, мы ее видим с разных сторон. Точно так же то или иное действие, совершенное в бодрствовании, переносится в сновидение, а из сновидения - в бодрствование. Иногда, проживая ситуацию во сне, мы перестаем ее бояться в жизни. С точки зрения кармы, вы отработали во сне. Является ли это воздействием на реальный мир? Конечно, потому что ту часть вы отработали там. Иногда бывает наоборот - мы вытаскиваем какие-то потаенные, мутные страхи из сновидения в реальную жизнь, и это начинает на нее влиять. Иногда спрашиваешь у человека, как его дела, а он отвечает, что дурной сон приснился. Да, может присниться бред, но это реальный фактор воздействия на состояние бодрствования. Более того, есть третья фаза - сон без сновидения, там вообще весело. Они все связаны.

Поэтому практика йоги осознанных сновидений - достаточно мощная практика. В тибетских йогах они выделены в серьезную ветку, считающуюся столпом для достижения высших состояний в медитации. Мы тоже очень любим эти практики, и с известной периодичностью проводим выездные семинары на несколько дней. Почему нельзя провести несколько дней в Москве, почему надо куда-то ехать? Потому что здесь не поспишь, а там можно. И вот в промежутке между днями мы практикуем йогу Сновидения, чтобы даже ночь работала на вашу йоговскую практику, потом многое быстрее идет.

**Вопрос: Может ли человек, достигший состояния просветления, или самадхи, иметь проблемы со здоровьем или какие-то заболевания?**

Конечно. С нами немного хорошую и немного плохую службу сыграла подача Хатха йоги на Западе. Обычно йога у нас ассоциируется с тем, что человек, занимающийся йогой, морально и физически силен, крепок, психически устойчив, живет долго и спокоен, хоть что вокруг делается. В чем цель йоги? Ведь цель йоги не в этом, это всё бесплатные приложения: здоровье, богатство, долгая жизнь, спокойствие. Вы начинаете познавать устройство вашего организма и окружающего мира, и как косвенное следствие возникают все эти блага, из-за которых йога так популярна на Западе. А цель йоги совсем иная. Более того, если человек занимается самопознанием, он сначала ставит себе одни цели: здоровье, богатство, потом другие - высшие состояния. И уже предыдущие цели, из-за чего он вообще начал заниматься, отваливаются. Я знаю много людей, у которых одной из мотиваций, приводящих в йогу, являлся страх смерти, то есть они приходят поправить здоровье, а потом им уже всё равно становится, потому что открываются такие горизонты, что всё предыдущее кажется не стоящим. Как правило, если мы говорим про истинных йогов и йогинь, они начинают понимать что к чему, что всё в этом мире должно приходить и уходить, когда это наиболее уместно, или, как бы сказали в йоге, в соответствии с законом Рита. Некоторые йоги могли бы себя исцелить, а зачем себя исцелять, пусть само всё идет. Им бы вообще раствориться, уйти из этого мира, а они остаются помогать, пока в их помощи кто-то нуждается. К сожалению, на Западе смещена шкала ценностей, мы не можем понять, почему человек, достигший высшего состояния, не может себя исцелить. Более того, известны случаи, когда йог мог излечить любого, чуть ли не с того света вернуть, а сам умер как обычный человек. Он видит, что это участок жизни, где надо перевестись на следующий уровень, как переход из одного класса в другой в школе. Вот древние йоги в назидание иногда любили очень долго жить.

**Вопрос: Как с точки зрения йоги можно объяснить внутреннюю и внешнюю схожесть двух людей, не имеющих никаких родственных связей?**

Давайте поставим под вопрос родственные связи, с ними всё очень туманно. Я всегда предлагаю такой математический эксперимент - возьмите ручку, листик бумаги и напишите: сейчас у вас мама и папа – их двое, бабушек и дедушек – уже четверо, прабабушек и прадедушек – восемь. И получается, что каждое поколение – 25 лет, то есть 100 лет назад у каждого из вас было ровно 16 родственников, если бы хотя бы с одним из них что-нибудь случилось бы, вы бы здесь сегодня не сидели. Соответственно, через 10 поколений будет 1024 человек, а на каком-то шаге вы получите цифру большую, чем даже существующее человечество, а это нонсенс, потому что мы знаем, что человечество растет, а не уменьшается. Значит, где-то на каком-то этапе у вас были общие предки.

Теперь хочу еще раз вас поздравить, что генетическое отличие человека от шимпанзе в том числе, как мы выглядим, – это несчастные проценты. Все люди, строго говоря, какой бы расы и национальности они ни являлись – генетические клоны. Знаете, я фотографию видел, где нашли китайца, который на Путина похож. Что касается внутренней составляющей, опять же, мы склонны искать себе подобных. Нам интереснее с теми, кто разделяет наши взгляды, чем те, кто не разделяет. Вот вы здесь собрались лекцию слушать, потому что у вас внутренний мир где-то схож. А вот если бы было по-другому, то сейчас бы вы, возможно, как футбольные фанаты орали бы на стадионе, а кто-то в пивной напротив сидел бы. Подобное притягивает подобное в этом смысле.

Что касается йоги, если в наших предыдущих жизнях предыстория была похожая, то мы имеем и в этой жизни тенденцию «кучковаться». Ведь всё не заканчивается смертью и не начинается рождением, это всего лишь один из этапов, а дальше это всё продолжается.

**Вопрос: Допустим, мы волеизъявили, воспользовавшись нашей абсолютной свободой, чтобы Высшее Я разделилось. Что может при этом произойти?**

Ононеделимо, а, знаете, уже был такой прецедент. Посмотрите вокруг себя, что из этого получилось. Когда вы ставите вопрос, то вы его ставите в плоскости логики и разума, а бытие выше, чем понятие разума. Иногда наши самые разумные вопросы бессмысленны с точки зрения реальности. Я напоминаю, как хитро сделана реальность: есть глупость откровенная – это в основном мир животных, мир инстинктов, или поведение примитивных живых существ. Тараканы, водоросли тоже реагируют, обрабатывают сигнал, делают выводы и как-то рефлексируют, развиваются, линию поведения вырабатывают, но это смутно, неясно, всё это переходит в человеческое тело как стадные инстинкты и глупость. Потом мы начинаем оттачивать разум, мы его оттачиваем до тех пор, пока не начинаем доминировать над животными. Но, опять же, это всего лишь грань реальности – так же, как глупость, так и разум. Разум в этом отношении ближе к реальности, чем глупость. Но, как учит йога, наступает следующая стадия - сверхлогики, высшее сверхсостояние, по сравнению с которым наши разумные вещи кажутся глупостью, то есть это такой же качественный скачок. И йога это прекрасно понимает, она вовсе не призывает вас отказываться от разумности, задавать и такие вопросы только лишь потому, что логика – это всего лишь частный случай сверхлогики. Наоборот, она призывает провоцировать разум такими вопросами. Это отличный вопрос, его даже экзаменационным надо сделать.

С формальной точки зрения можно ли выйти из этого положения? Вроде и да, и нет. Ведь изначальный Абсолют был един и сотворил по образу и подобию всех нас. Как раз он всё это и проделал, но с другой стороны, получается, что этого быть не может. И выходит такая увертка - мы вроде не сами по себе, а грани Абсолюта, и тут мозги начинают немного не понимать. А как такое может быть? Мы отдельно от Абсолюта, или мы грани Абсолюта, а может, нас вообще нет? И по этому пути шла философская идея у буддистов, вот поэтому у них эта концепция пустоты. Буддисты не такие идиоты, как кажутся иногда, судя по последователям. Какое может быть перерождение Далай-ламы, если нет Высшего Я, что перерождалось-то? И тут начинаются словоблудие и бред, что они только не несут, такую ахинею иной раз, за Далай-ламу стыдно. Буддизм – это очень серьезная философская система, намного серьезнее, чем последователи. Поэтому что толку говорить о запредельном. Чтобы избегать вопросов «а может ли разделиться единое», они выбрали другую стратегию – начинают говорить об отсутствии качеств. А если изначально отсутствуют качества, то они и в дальнейшем отсутствуют. А если было отсутствие качеств, а потом два отсутствия качеств, то это удвоение отсутствия качеств. Это как взять ноль и поделить на два, сколько будет нулей? Два, а может, тысяча, миллион, а может, это лишено смысла?

Более интересная тема из древнеиндийской философии: а если два поделить на ноль? Запрещено, вот на этом ваше математическое образование закончилось, табу. Вообще, почему нельзя делить на ноль, а может быть, можно? Древний изобретатель изобрел колесо, мы радуемся, он гений. А ноль очень долго не могли изобрести. Знаете, откуда он взялся? Из Индии. И это была в большей степени философская концепция. Кто изучал историю, посмотрите, ведь в римских цифрах нет ноля. Вот, смотрите, по какому пути пошли индусы, они сказали: возьмем два и разделим на два, получим один, разделим два на один – будет два, разделим два на 0.5 – будет четыре. То есть если вы будете уменьшать знаменатель, какой бы вы числитель ни делили, у вас цифра будет постоянно расти. А если знаменатель уменьшить до своего абсолютного значения, естественно, они сделали предположение, что результат будет бесконечность. Когда вы делите число на ноль, ответ, что этого не может быть – неправильный, получается бесконечность. Математику, на самом деле, тяжело преподавать, памятник нужно ставить учителям математики, которые ее детям грамотно преподают. Поэтому этот вопрос из той же серии: поделите что-нибудь на ноль или сложите два ноля, или разделите.

То же самое с категорией нашего Высшего Я - это настолько абстрактная вещь! В йоге говорится, что атма – это, скорее, символ бесконечности или символ ноля, к нему не применимы наши обычные операции, как деление или умножение. Умножьте ноль на три, сколько будет? Ноль, а может, три? Или умножьте бесконечность на три, сколько будет? Или из бесконечности вычтите три.

Поэтому я мечтаю, что когда-нибудь в будущем мы начнем излагать аксиоматику йоги на строгом языке математики. Математика – это язык. Кто-то ставит под сомнение,а является ли математика в этом смысле наукой? Математика – это универсальный язык, и когда мы начнем излагать аксиоматику языком математики, то тогда будет прорыв. Такой же прорыв появился, когда математику стали использовать для естествознания, сразу же появились паровозы, компьютеры и так далее. Но должна накопиться критическая масса математически мыслящих людей. Вот когда наше общество потребления превратится в общество людей, оттачивающих свой разум и занимающихся самопознанием, то будет накапливаться огромное количество математиков.

Почему они до этого не могут накопиться? Есть все хотят, приходится на работу бегать. Чем вы занимаетесь на работе? Ерундой. Вот уже современная технология позволяет построить определенное количество фабрик, заводов, несколько процентов от общей численности людей там занять, и было бы всем вдоволь продовольствия, при условии, что не будет роста населения. Можно было бы построить достаточно малое количество фабрик, чтобы было у всех, что хотят. Ну, зачем миру больше ста марок автомобилей одного класса? Одно и то же, вид с боку. И проблема современной цивилизации следующая – это проблема человека, который разбудил джинна, и этот джинн требует от него всё новых и новых заданий. А если человек не дает заданий, то джинн склонен убить этого человека, и наша цивилизация роста заточена на это. Сейчас назревает кризис в Америке и Европе именно по этой причине. Всё, кончился рост, некуда дальше расти. И это потрясение будет пострашнее, чем все предыдущие. Надо как-то готовиться, но никто готовиться не хочет. Боюсь, выживут только примитивные страны, может, недоразвитые.

Я помню очень хорошо 1998 год, когда во время кризиса Ельцин сделал то, после чего надо переписывать все учебники по экономике: тогда произошел дефолт, но это отдельная тема. Всегда считалось, что государственные бумаги самые безрисковые, но умом Россию не понять. Что спасло тогда от более сильного удара? Наша отмороженность. Это как птица упала с ветки и говорит: «Были бы мозги, было бы сотрясение мозга». Мы еще тогда не успели пустить слишком глубоко банкиров и щупальца финансового порабощения. Поэтому слегка отряхнулись, щупальца отвалились, все же предприятия на месте, люди живы, пошли дальше. Вспомните, что было в 2008 году, когда тряхнуло. Уже посильнее, в том плане, что щупальца уже поглубже были, но очень быстро всё прошло, никто не успел испугаться, потому что сразу залили деньгами, и всё пошло в рост. Посмотрите, что сейчас в России: курс доллара скакнул, и у нас конец света, потому что за все эти годы распилили на металлолом всю промышленность, стали всё закупать на Западе. То есть как наркоман на дозу подсаживается, точно так же и мы подсели на Запад, и это нас может убить. У нас хоть у каждого огородик есть, шесть соток, картошечки накопаем. А вот на Западе уже пять поколений картошку не сажают, они просто не знают – как. Творог из вареников добывается. Их тряхнет очень сильно, им будет больнее, но они умные люди, что-нибудь придумают.

Представьте: полно всего, и свободное время у людей. Вы думаете, они придут сюда йогой заниматься? Вы думаете, они пойдут математику изучать, чтобы потом на языке математики познавать мир? Нет, они начнут пить, курить, нехорошо выражаться, как Вицин говорил, всякими излишествами нехорошими заниматься. Они начнут, как Римская империя, разлагаться. Потому что наличие ресурса без цели, без мозгов, без мотивации - это яд в чистом виде. Поэтому все правители озабочены не голодом, а чем людей занять. Как правило, война начинается, когда не сидится на месте. Подумайте о том, что я сказал, иногда близость к земле спасает.

**Вопрос: «Много званных, но мало избранных» - это относится и к МОЙУ или здесь априори все избранные?**

Мы обычные люди, избранных тут нет. Мы избранных не отличаем, но систему «стоп» включаем в том плане, что нельзя безнаказанно давать некоторые техники и практики. Ну, дайте террористам на кухне варить взрывчатку, послезавтра половину города взорвут. Это не в том плане, что кто-то с белой костью и голубой кровью, а кто-то простолюдин. Нет, это в плане ответственности за всё, что ты делаешь. К сожалению, у нас есть такой пункт – мы считаем, что знание нельзя распространять безответственно. Программист нашел дыру в компьютерной программе, написал об этом в журнале для молодежи 14-15 лет, они с помощью этой дыры влезли в банк или госучреждение и что-то там напакостили, и в результате остановилась работа поликлиник, пожарных, пострадали реальные люди. На ком карма? Нашлись умники, которые кричали, что знание надо направо и налево давать. Ведь лучше этому программисту, который нашел дыру, помалкивать. Чего он орал? А с другой стороны, этот прямой вопрос к йоге имеет отношение: знания чуть больше дашь - маньяков наплодишь, меньше дашь – знание исчезнет. Вот мы здесь что-то обсуждаем, откуда это? Нам что-то дали, особо не спрашивали, брахманы ли мы.Это значит, что кто-то взял на себя смелость благословить. Я всегда думал, откуда мы знаем йогу? Блаватская полжизни где-то лазила, прежде чем вышла куда-то. Рерихов читаешь - плакать хочется, как они уехали за границу, потом вернулись в Россию, через всю Сибирь пробрались, до Тибета не дошли, их там развернули, тогда это была закрытая страна, это сейчас туда можно слетать. Кто-то дал благословление на распространение знания, и мы в этой волне идем. Если бы этого не было, мы бы слова о йоге не знали. А потом кто-то дал благословление или кто-то сказал чуть попридержать.

Я давно изучаю историю йоги и вижу волны. Когда-то в нашей стране была «хрущевская оттепель», потом опять гайки закрутили. Волны по распространению знания и смещения границ на протяжении истории человечества постоянно наблюдались. То, что было открыто в Индии в древние времена, было закрыто в Тибете, потом ситуация поменялась. Иногда очень интересно отслеживать культуры: мне попался японский трактат про японский вариант буддизма - синтоизм, и я вдруг понял, что там есть такие моменты, которые настолько правильно расставляли акценты в тибетских текстах, о которых тибетские ламы не говорят или помалкивают. То есть «отмычку» можно взять в той же Японии. Это очень интересная тема открытости и закрытости знания. Потому что в противном случае вот эта негативная волна может бог знает что натворить.

**Вопрос: Как пробиться в избранные, кроме того, чтобы ходить и улыбаться?**

Абсолютно все - избранные! Помните, **йога не признает деления людей по национальным, религиозным, расовым, политическим признакам.** Но, с другой стороны, степень самоосознанности у всех разная. Пример из жизни: у меня специальность «Физика быстро протекающих процессов». Готовили меня очень долго, наша страна потратила на меня баснословные деньги. Потом выясняется, что всех наших выпускников распределяли в такие города, как Челябинск-70 и Арзамас-16. Один сейчас называется Снежинск, другой Саров. Что это за города? По специальности «Газодинамика». Что это за специальность такая? Это одна из ключевых специальностей, чтобы делать современные термоядерные бомбы, боеголовки, торпеды. Как попасть в Арзамыс-16 или Челябинск-70? Если бы эта информация была открытой, то американские шпионы давно бы там обосновались. Но мы об этом не знали, хотя нас готовили к этому. Я узнал об этом случайно на семидесятилетнем юбилее МИФИ. У нас же в девяностых годах вообще открытость была, тогда уже об этом стало известно, а я не знал, что кто-то из наших специалистов там работал. Кого мы знаем? Вот Сахарова мы знаем, Курчатова, узкие специалисты знают Зельдовича, а то, что там много других, никто не знал. Как туда попасть? Ты туда попадешь по своему желанию? Вообще, желание – вещь полезная, но там же тоже служба безопасности - а вдруг у тебя желание стать «кротом»? Вырабатывались какие-то системы распознавания «свой-чужой». Никто не знал этих городов, их физически не было на карте, даже сейчас указателей нет. Вопрос остается открытым, я не обладаю этим знанием. Точно так же я не могу сказать про тех, кто делал ядерную, термоядерную бомбы, как они отбирали своих последователей.

Логика такая: от открытых знаний к закрытым. Сначала практикуйте то, что есть, потом вы начнете чувствовать, где интереснее.