**План**

1. 4 ступени разворачивания кармы и как не допустить эту цепочку.
2. Ограничения в распространении духовных знаний.
3. Внутренние мотивационные «валюты».
4. Шкала мотиваций.
5. С чего начинать в работе по расшифровке внутренних мотиваций.
6. Взаимодействие мужчины и женщины, сексуальность и высочайшая мотивация.

**Лекция йоге Триады «Сексуальность и внутренние мотивации» от 14 апреля 2016 г.**

Мы продолжаем рассматривать взаимоотношения мужчины и женщины с позиции йоги. «Анандалахари» – совершенно чудесный текст из Шри Видьи. Много из того, что я буду говорить, вы можете почерпнуть оттуда. Купить эту книгу можно на сайте shop.yogatriada.ru.

На предыдущей лекции мы с вами остановились на том, что есть такая валюта в жизни каждого человека, которая определяет его мотивацию. С одной стороны, у каждого человека, вне зависимости от его самоосознанности, есть какая-то система, управляющая его поступками. Она достаточно универсальна, под нее одинаково попадает и дикий человек, и высокопродвинутый мудрец.

Один из афоризмов «Анандалахари» посвящен этой теме. Если благословение этой Вселенной упадет даже на немощного старика, то, во–первых, он сам может потерять голову, как юнец начать бегать за девицами. С другой стороны, обратная ситуация, если благословение Вселенной коснется немощного старика, юные девы начнут обращать внимание, как если бы он был также молод. Есть некая такая тайна.

Шри Видья – это одно из самых закрытых и таинственных учений, в которую входит йога Влюбленности, Тантра йога и йога Сексуального союза и мы как бы с обратной стороны подходим к этому учению от того, что известно, приоткрываем завесу тайны. Поэтому, как обычно говорится, хоть эти знания и «брошены на землю и доступны всем», но не следует их давать людям плохим, не преданным, не верным, злым, злобным, которые во всех видят недостатки, постоянно находятся в каком-то неадекватном состоянии.

Есть такие люди нервные, они как звери в клетке ходят, что-то пытаются найти. Иногда их заносит в йогу. Если вы сразу видите, что человек неподходящий, не общайтесь с ним. **Лучше всего, когда прикасаетесь к этим мощнейшим практикам, проводить небольшую медитацию.** Вы просто садитесь и про себя пытаетесь воспроизвести следующую схему и повторяете: «Да будут мои чувства добрыми, да буду я чувствовать доброту». И вспоминаете моменты, когда испытывали какие-то добрые чувства. Затем говорите: «Да будут мои мысли добрыми» или в утвердительной форме: «Мои мысли добрые». Следующее: «Да будет моя речь добрая». И, наконец: «Да будут мои поступки и дела добрыми».

Получается цепочка из четырех пунктов. Эта цепочка порождения кармы. Негативная карма с самыми отрицательными последствиями создается только если соединяются вместе сразу эти четыре положения. Когда вы в злом настроении, когда у вас злые мысли, вы желаете кому-то зла, когда говорите про это зло, когда делаете это зло.

**Все начинается с чувств. Если вы допустите злому чувству прийти, оно породит злые мысли, злые мысли породят злые слова, злые слова породят злые поступки**. Я сам, на своей шкуре, сколько убеждался – кто-то тебя разозлит, пустишь в голову злую мысль, как, невольно, она начинает внутри вращаться и с твоих губ начинают слетать бесконтрольно злые слова. Если слетают злые слова, то уже сам не понимаешь, в какой момент ты начинаешь что-то делать злое. Одно порождает другое, другое – третье, третье – четвертое.

Легче всего останавливать себя не в тот момент, когда уже с кулаками на обидчика лезете, для этого требуется уже сделать очень большое усилие, чтобы себя остановить. Гораздо легче остановиться на уровне речи. Еще легче - на уровне мысли. Вы просто прогоняете из головы эти мысли. Чтобы еще легче их прогонять, есть одно **очень могущественное средство – это мантра**. Вы повторяете мантру, вслух или про себя, и изгоняете это зло из себя как с уровня разума, так и с уровня речи. Еще проще - как только злые чувства пришли, гоните их. Это самое простое, что можно сделать.

Вот такая цепочка разворачивания всего, от антибхавы (один из переводов термина «бхава» - вдохновение) до каких-то злых поступков идет прямая дорога.

Прежде, чем вы начинаете практиковать или вовлекаться в те или иные практики из раздела быстрых методов (все, что связано с жизнью мужчины и женщины – это быстрые методы), **самым тщательным образом следите за бхавой. Не допускайте плохих мыслей, гоните их прочь! Особенно, когда занимаетесь сексом. Занимаетесь сексом, гоните прочь плохие мысли!**

Есть другие практики, обычно мы студентам даем более продвинутые комплексы Пранаяма йоги на старших курсах, когда они уже более-менее подготовлены. До старших курсов мало кто доживает по причине внутренней нервозности, неустойчивости психики. Ну и ладно, это даже очень хорошо, это значит, что йога умеет защищаться.

**Прежде чем вы начинаете заниматься какими-то дыхательными упражнениями, предваряйте это маленькой медитацией. Еще можно после нее провести медитацию «Да будут все живые существа счастливы», когда вы желаете счастья всем: друзьям, врагам, незнакомым людям.**

Медитация «Да будут все живые существа счастливы», по сути, содержит этот четырехуровневый подход, но легче постоянно концентрироваться на ощущениях. Ощущение вне мысли. Тяжело думать о чем-то, тяжело управлять мыслями. А вспомнить и настроиться на какое-то хорошее ощущение гораздо легче.

Я зашел в один большой гипермаркет, где у нас одна студентка работала на достаточно большой позиции, и обратил внимание, как там все грамотно продумано. Музыка располагающая, везде можно присесть. Точно так же и здесь. Легче начать с чего-то приятного, под это приятные мысли. Потом под это приятная речь, потом приятные поступки для других.

Поэтому если вы сталкиваетесь с людьми злыми, то для них закрыт путь в быстрые методы. Несмотря на то, что некоторые знания очень могущественны, они есть в открытом доступе. Любой человек может их прочитать и применить. Но это никогда не должно быть для вас оправданием, что вы сами учите злу. Как сказано в Писании: **«Зло должно войти в этот мир, но горе тебе, если оно вошло через тебя».**

Вы не можете переделать этот мир, не можете практиковать со злыми людьми, потому что вы их не переделаете. Вы можете либо общаться с ними, либо – не общаться, либо быть проводником знания, либо – не быть. Если зашли на какой-то форум и чувствуете злобное неуважительное отношение друг к другу, нетерпимость, не стоит там рекламировать йоговские знания, лучше уйти оттуда.

Некоторые знания, которые мы с вами рассматриваем, закрыты. В то же самое время, настала пора их открывать. Хотя бы на этом уровне должна быть какая-то граница, какой-то фильтр. **Если столкнулись с человеком неприятным, злым и он спрашивает об этом знании, если чувствуете, что не хочется говорить, помните, вы имеете право не отвечать.** Вообще, все, что связано с духовными знаниями, вы имеете право никому ничего не говорить, не объяснять, не оправдываться.

Если человек в состоянии бхавы и с вами на одной волне – это одно. А если нет, ну и пусть. Вселенная большая, если начнете ему отвечать, невольно залезете на его территорию Вселенной. Он придумал в своем мире зло, придумал свои правила игры и они работают в его Вселенной. А в вашей Вселенной все по-другому. Он как бы вас заманивает на свою территорию, чтобы вы, в результате, оказались не правы, чтобы вас и разбить.

Поэтому, чувствуете, что что-то не то пошло – не общайтесь. Уходите с форума, из социальных сетей… Не нравится передача по телевизору, выдерните шнур из розетки и все. Выкиньте из своей личной Вселенной эту часть. Нас иногда так ловят: «Как, ты не будешь в курсе информации, а как ты будешь жить, если ничего нового не узнаешь?». Никогда нельзя оставлять другим лазейку для информационного влияния. Информация – та же пища. Если общаетесь с плохими людьми, вы как бы едите плохую пищу. У вас потом будет отравление. Вы потратите много сил, это неэффективно. Вы же не едите хорошую еду с грязью. Точно так же старайтесь отделять общение.

**Не бывает информации просто так**. Есть информация, знание, которая поднимет вас и сделает жизнь намного лучше: счастливее и свободнее. Есть информация, которая, наоборот, зазомбирует и заставит бегать по кругу. Сами не будете знать, как вырваться из этого капкана. Как правило, потом уже возникает внутреннее чутье. Начинаешь общаться с человеком, чувствуешь, возникают «флюиды» (как раньше любили говорить в 18-19 вв.). Не знаю природу этого всего, но ощущается, что идет негатив.

Спросите себя, является ли вашим долгом продолжать общение. Если нет этого, если вы не продавец в магазине и должны ответить клиенту, если это не ваш долг, имеете полное право не общаться. Вселенная большая. Абсолют сделал нашу Вселенную так, что есть место всем. В очень редких случаях бывает, когда конфликт интересов настолько жесткий, тогда уже идет духовная война. Когда вас задавливают до такой степени, что уже и деться некуда. Но это бывает очень редко, когда мы вынуждены прямо отстаивать свое право. Хотя такие случаи бывают. Часто бывают. Но чаще всего мы сами загоняем себя в капкан, а потом не знаем, как из него выйти.

Вещи, на которые я буду ссылаться, в общем, закрыты. Зная все это, можно сделать очень много зла этому миру или очень много добра. Так устроен мир. **Не бывает добра и зла. Бывает уместное или неуместное**. Также знания.

Есть некая внутренняя валюта. Внутри нас есть центр, который, грубо говоря, печатает деньги и, благодаря этим деньгам, все наши внутренние работники работают. Это хорошо знают люди, которые являются управленцами.

Если вы – владелец фирмы или начальник какого-то отдела, самое первое, с чем такие люди сталкиваются, - что надо управлять большой массой людей. И самое первое, что видят - что все разные. Более того, люди настолько разные, что мотивировать их «под одну гребенку» не удается. Почему-то все уверены, что если платить людям много денег, они будут работать. Это глубокое заблуждение. Есть люди, которые не будут работать, даже если вы будете им платить очень много денег. Они так сделаны. У них такая карма, кармическая предыстория. Их степень самоосознанности такая. Вы один не заставите их работать никаким образом.

Самое первое, с чем сталкивается такой опытный человек, который управляет массой людей, как это в Раджа йоге сказано, что **для разных людей есть разные стимулы**. Есть более универсальные деньги, в виде праны, и менее универсальные. Есть более универсальные схемы кнута и пряника и менее универсальные. Обычные бумажные деньги иногда работают, а иногда - нет.

Аналогичным образом, внутри вашего организма есть внутренние деньги. Они разные для разных структур организма. Сейчас я сознательно не лезу в то, что известно современной науке. Наука наукой. Наука подарит нам новые знания. Вообще надо отслеживать, что там происходит, много чего интересного говорят ученые, но здесь я буду больше делать упор на древние знания. Современная наука, в общем-то, подтверждает древние знания. Получается такая вещь, что есть некий набор средств. Внутри вашего организма, грубо говоря, есть разная монета. Какую-то монету вы можете печатать сами, а какая-то недоступна, если не делать особых практик. Если делать особые практики, то накапливается какой-то запас другой валюты, которая уже работает тогда, когда первоначальная не работает.

Есть такая шкала мотиваций. Она достаточно универсальная, чтобы заставить любое живое существо двигаться. На уровне физического тела это начинает выступать как те или иные гормоны, те или иные нервные импульсы, в общем, вся деятельность эндокринной системы человека. Но, в конце концов, это всего лишь следствие. Причина - более тонкие мотивационные планы. Например, чувство голода, чувство жажды или чувство боли.

Но есть более тонкие моменты, допустим, чувство несправедливости. Вот все хорошо у человека, но он чувствует, что кто-то поступает несправедливо. Это отравляет ему жизнь. Он реально себя чувствует так плохо, как если бы испытывал чувство голода или чувство жажды. Но, фактически, нет этого ничего, есть какие-то ментальные представления или ментальные конструкции. В йоге все это объясняют с помощью так называемых ассоциативных связей, по которым течет прана. Даже такие грубые факторы, как голод и жажда, также уходят корнями в работу действия ассоциативных связей устройства нашего тела, но подкрепляющиеся какой-то химией. А есть совершенно тонкие влияния.

И самая первая задача, природа требует от любого человека продолжения биологической жизни. Потому что все остальное хорошо, если род людской продолжается. Если он не продолжается, все бессмысленно. Какие бы ни были у вас гениальные идеи, если вы не оставили потомство, то, с эволюционной точки зрения, проиграли и, фактически, в следующей жизни будете рождаться с понижением.

Другой разговор, что здесь есть некая ловушка в потомстве. Если вы будете только оставлять свое потомство, но не давать нужного воспитания, то это также проигрышный вариант, но менее проигрышный, если бы вы вообще не дали потомство. Все это запрограммированно вот этой тонкой внутренней валютой, внутренней системой стимулов, которая присутствует в жизни каждого человека и человек о них просто не догадывается. Для грубого человека все ограничивается грубым уровнем. Для более утонченного - более утонченным. Для сверхутонченного, сверхдуховного - более сверхутонченным, сверхдуховным. Вот друзья, из Шри Видьи такое знание.

Все, что связано с взаимодействием мужчины и женщины, пронзает все уровни. Грубо говоря, эта валюта самая мощная, которая есть. Получается, что всю вашу жизнь пронизывает этот фактор отношения к противоположному полу и есть соответствующий механизм, который заставляет у вас внутри эту валюту печатать и, соответственно, мотивировать вас что-то делать.

Юноша очень устал, но вдруг увидел прекрасную девушку и забыл про усталость, вообще про все забыл. Или любимая тема в индийских мифах о мудрецах, которые настолько в аскетизме научились преодолевать голод, жадность, стремление к власти, в общем, все, что свойственно обычным людям. Но у них в принципе нет иммунитета к влюбленности. Высочайшая влюбленность – абсолютная валюта, абсолютный стимул, который побеждает даже самых-самых людей, которые привыкли контролировать себя во всем. Об этом говорит нам Шри Видья. Фактор высочайшей влюбленности в принципе не переиграть. Просто не переиграть.

Другой разговор, зачем включать фактор высшей влюбленности, если можно включить факторы более приземленные, такие, как влечение, привязанность, что заставит человека искать встречи с противоположным полом и оставлять потомство.

Еще раз, основная идеология. Аскетизм – да, надо властвовать над собой, да, **надо предельно держать себя во всем, кроме того, что относится к взаимодействию мужчины и женщины.** Там, даже если будете удерживать себя и властвовать над собой, будете всегда это делать с такой позиции: «Я держу себя, властвую над собой, чтобы накопить потенциал и потом проявить его в высочайшей влюбленности». Вы всегда оставляете на заднем плане, как бы сказали в Шри Видье, дорожку для богини Шри. Если вы ее не оставите, то, фактически, весь Механизм Защиты Продолжения Рода (МЗПР) переклините на самом высочайшем уровне. Моментально пойдет сбой сверху вниз.

Вернемся к внутренней валюте, внутренним деньгам. Дело в том, что наш организм заточен на известный образ жизни. С течением времени, когда эволюция создала удобства в нашей жизни, мы перестали пользоваться какими-то вещами. В результате, стал накапливаться какой-то потенциал, который мы должны израсходовать, а мы его не израсходовали. Допустим, потенциал движений, которые мы должны сделать каждый день, потенциал некоторых усилий, которые мы должны сделать каждый день. Он у нас запрограммирован, и если мы это делаем, выделяется внутренняя валюта и мы чувствуем себя хорошо, если не делаем, то внутренняя валюта не выделяется и идут страшные перекосы в самочувствии человека.

Казалось бы, у цивилизованного человека жизнь комфортная, а состояние его все хуже и хуже. У него сбивается внутренняя циркуляция этой валюты и в результате он приходит к депрессии. Депрессия от того, что он оторван от естественной природы. Некоторые депрессии лечатся простым способом: берешь рюкзак, берешь палатку, идешь в лес и там живешь какое-то количество времени. Возвращаешься оттуда совершенно другим человеком. Ничего не надо, никаких таблеток, просто вырвать себя из обычной среды.

Гораздо страшнее - когда мы начинаем вторгаться в эту внутреннюю систему внутренней валюты, которая стимулирует нашу мотивацию с помощью той или иной химии, с помощью тех или иных продуктов питания, которые не характерны для нас. Например, мы начинаем есть какую-нибудь еду с консервантами, которые не так воздействует на поверхность слизистой оболочки внутри нас. Это связано с той или иной химией, с некоторыми медицинскими препаратами, даже с антидепрессантами. Это как бить с другой стороны по отлаженной системе.

Конечно, самое чудовищное, - это вторжение со стороны наркотиков. Это когда химическим способом подбирается промежуточное то или иное химическое вещество, которое, в том или ином ключе, выступает как внутренняя валюта, дающая стимул для жизни, чтобы вы в течение дня испытывали хорошее состояние. А вы научились, как фальшивомонетчик, подделывать, рисовать эти купюры больше, чем их должно быть. Происходит всегда одна и та же вещь, в экономике она называется инфляцией. У наркомана снижается чувствительность, ему надо повышать дозу, а повышение дозы приводит как к чисто химической разбалансировке всего организма, так еще и психической. Вообще страшная вещь. Поэтому должен быть фактор властвования над собой. Идеология йоги очень красивая.

Иногда наркоман говорит: «Я родился, чтобы пережить какие-то красивые состояния, обычный мир мне не дает, я хочу каких-то сверхсостояний». На что йога говорит: «Отлично, хорошая мотивация, чудесная, достигай, но только не химическим способом, а управлением своим организмом. Более того, вот набор инструментов, практик, поз, дыханий, медитаций, которые, рано или поздно, приведут к управлению теми или иными структурами твоего мозга, ты получишь то же наслаждение, но только оно будет целиком и полностью в твоих руках, а не в руках внутренней дури, какой-то химии, которую ты искусственно делаешь».

Хотите, чтобы все были богаты, конечно, можно напечатать кучу необеспеченных денег и у всех временно будет ощущение богатства. Потом будет инфляция и все останутся бедными. А можно по–другому: хочешь богатства? Так полно очень интересной работы. Начинай ее делать так, как дети играют. Вообще, все успешные бизнесмены ведут себя в бизнесе, как дети играют в любимую игру. Там не вопрос денег, а вопрос интереса. Ты будешь наслаждаться бизнесом, а как побочный эффект, у тебя счет в банке будет расти. Вот эта идеология. Но для этого надо найти себя в этом мире.

Фактически, **идеология йоги следующая. Вы должны расшифровывать внутри себя эти мотивационные валюты.** Для этого есть разные способы. Допустим, немного поголодать и расшифровать мотивационную валюту, которая заставляет вас двигаться, связанную с голодом. Иногда совершенно чудесным образом получается справиться с другой ситуацией – это немножко поголодать. У тебя накапливается потенциал, который естественным образом заставляет все другие процессы внутри тебя вращаться, и ты вдруг выходишь из депрессии.

В 60-е годы йоги особенно увлекались йоговскими методиками голодания. Вообще, занятия йогой приводят к тому, что организм начинает работать очень эффективно, метаболизм замедляется, а, как следствие, у человека вырабатывается естественное чувство, что не хочется есть лишнего. Благодаря чему, человек, занимающийся йогой, худеет. Внутренняя валюта начинает по-другому течь, нет этого панического страха, что завтра будет голод и это последний кусок хлеба или последняя сосиска, которую ты ешь в этой жизни. Собственно, из-за этого люди переедают и у них проблема с фигурой.

На уровне внутренней валюты, на уровне внутренней циркуляции стимулов, йог изменяет устройство своего тела. Поэтому, я еще раз хочу сказать, сейчас я ссылаюсь на науку. Йога ничего не скажет про вещи, которые известны сейчас современной науке, но она вам скажет про эту систему властвования над собой. И утверждение, что да, когда каналы чисты, когда циркуляция внутренних пран идет естественным хорошим образом, йог перестает испытывать необходимость в еде, воде, в излишнем.

Иногда вы чувствуете дискомфорт от холода, а берете и обливаетесь холодной водой и растираетесь полотенцем. После такой процедуры, наоборот, приходит несопоставимо большой приток сил, жизнерадостности. Таким образом йог наблюдает за своим телом, делая йоговские упражнения, и находит эти промежуточные валюты, с помощью которых может заставить свое тело шевелиться.

Для каких-то участков нашего тела будет хорошая мотивация вкусно поесть, а для какой-то части организма, наоборот, хорошей мотивацией будет, если немножко поголодать. Такая логика: внутри есть куча внутренних валют, они по-разному действуют, но всех их объединяет то, что они проводники праны. Так сделана система стимулов, система кнутов и пряников, что есть потоки праны. Эти потоки обрастают теми или иными, вероятно, химическими веществами и тогда мы имеем гормоны. Или теми или иными импульсами, и тогда мы имеем ощущения.

Все утончается и доходит до сверхтонких состояний ваших мотиваций. Допустим, чувство справедливости. У животного, по всей видимости, нет чувства справедливости или несправедливости. Тигр съел барана, а другие бараны не будут же ночь не спать, думать: «Как же это нас несправедливо съел тигр, что это он себе позволяет». Это другая плоскость. Если вас кто-то обидел или есть чувство несправедливости – это также становится, во-первых, серьезной системой мотивации, заставляющей работать.

Как заставить других людей работать? Это кнут и пряник. Это в вас заложено. Можно со стороны, внешними воздействиями вызвать эту мотивацию и вы, в ответ на нее, будете что-то делать. Но ваша задача, как йога, не позволять внешней среде вами манипулировать. Вы должны перехватить те импульсы, которые заставляют вас как-то реагировать и останавливать: «Нет, это я принимаю решения». Так все утончается, пока не доходит до сверхтонких состояний мотиваций. Они, целиком и полностью, уходят в осмысление, вопросы смысла бытия, смысла жизни. По силе это очень страшные вопросы.

Обычно, с грубым человеком разговариваешь: «Да какие вопросы бытия, был бы хлеб, жилье, а вся философия никому не нужна». Кто-то более универсально говорит: «Дайте мне счет в банке на 2 миллиарда и все, у меня никаких проблем с бытием не будет и все будет хорошо». Эти люди не знают, что говорят. Рано или поздно, они разбогатеют. Если до этого их заставляло шевелиться наличие или отсутствие денег, то с того момента, как они разбогатеют, этот момент мотивации исчезнет, а другой внутренней мотивации нет.

Они будут ловить себя на мысли, что заживо разлагаются. Они начинают оскотиниваться. Они не понимают, где добро, где зло, что хорошо, что плохо, к чему стремиться, к чему не стремиться. На этой стадии, как правило, приходят наркотики, алкоголизм, какой-то малейший иллюзорный стимул. А осознание бессмысленности всего происходящего, помноженное на то, что человеку не надо бегать-прыгать, себя в форме держать, приводит к самоубийству.

Злые языки утверждают, что каждый год до миллиона человек заканчивают жизнь самоубийством. Страшная цифра. Меньше гибнет от войн, от каких-то других вещей. Понимаете, насколько это все важно?! Вдруг ты победил и после этой победы сказочно разбогател. У тебя нет мотивации двигаться дальше, потому что ты не знаешь, что, для чего и почему. Ты остановился и разложился. Поэтому эта мотивация и валюта, которая заставляет вас шевелиться, утончается.

На грубом уровне, допустим, что-то увидели, возник стресс, выделился адреналин и он как-то способствует вашему движению. Если какие-то тонкие внутренние переживания, осмысления, то там, если и есть химический носитель - ученые сейчас говорят о нейропептидах, более тонких составляющих. Но о них мало что можно сказать, потому что не научились залезать в голову человека и в процессе того, как это все происходит, фиксировать. Но я больше чем уверен, что следующей надстройкой будет действие, какая-то реакция нашей нервной системы на те или иные нервные импульсы или на те или иные ассоциативные связи – осмысление. Там вообще все будет утончаться, что на уровне химии не поймаешь.

Для чего я это говорю? Потому что это описано в йоге. Система «от грубого к тонкому». Самое приятное, что **с каждой победой над внутренней валютой вы приближаетесь к своему Высшему Я - источнику вашего бытия**.

Напоминаю такую схему из йоги. У вас есть Высшее Я. Оно в состоянии изначального неведения, но, с проявлением изначального могущества, которое называется «прана», начинает отождествлять себя со своим могуществом. То есть себя со своей собственной праной. Затем эта прана пропитывает структуру тела ичеловек начинает отождествлять себя со своим телом.Вот так выстраивается система циркуляции праны. Фактически, она ответственна за наслаждение или страдание.

Прана, в своем чистом виде, представляет собой эйфорию, радость существования. Но все равно есть изначальное неведение и оно не позволяет вам делать какие-то одни телодвижения, а какие-то другие делать. Выстраиваются промежуточные валюты кнута и пряника, промежуточные деньги, заставляющие вас шевелиться. Они все более тонкие, до свертонких, сверхтончайших. Тут самое интересное, что все они пронизаны сексуальностью. От самого высочайшего до самого грубого проходит импульс сексуальности.

**Когда вы занимаетесь со своей женой/мужем сексом, здесь присутствует весь спектр по управлению вашими валютами внутри тела.** Отсюда рождается вполне естественный йоговский путь. Раз пронзается все, то получается некая универсальная лестница. Ты можешь не разбираться в хитросплетениях, как работает промежуточная мотивация от голода или жажды, от обливания холодной водой, растирания полотенцем, каких-то других вещей, связанных с чувством симпатии/антипатии, обиды, ощущением несправедливости или осмыслением того, что мир должен быть таким, как ты его придумал в своей картинке, а не так, как он кем-то представляется. Все это пронизано потенциалом взаимодействия мужчины и женщины.

**Если вы преуспеете в целомудренном использовании этого потенциала, то будете достигать контроля над собой такого же, какого достигают самым высочайшим аскетизмом.** Это достаточно интересная тайна быстрых методов. Безусловно, не так все просто, есть ловушки на пути.

Допустим, все, что касается взаимодействия мужчины и женщины, есть 5 и 4 валюты. Так называемый **закон «4 и 5». Пять аспектов энергии и четыре аспекта сознания - когда у вас все по кругу замкнуто и перепрыгивает с одного на другое.**

В жизни обычных людей это выглядит следующим образом. У вас есть взаимодействие с одним представителем противоположного пола, выбираете потенциал, а хитрый механизм отключает вашу реакцию конкретно на этого мужчину или эту женщину и включает на любого другого, который подвернется. Все очень хитро продумано. Вас просто перестает возбуждать именно ваш муж или жена, а начинает возбуждать подруга жены или друг мужа. Причем вы ничего с собой сделать не можете. Оно идет само по себе. Казалось бы, а как же единая нитка? Она есть. Когда вы в статусе взаимодействия мужчины и женщины, вы успокоитесь, если будете в статусе абсолютной влюбленности. А так как статуса абсолютной влюбленности нет, есть такие аспекты, то вас начинает кидать.

Чем больше внутренних валют вы взяли под контроль, тем большим могуществом начинаете обладать. **Властвуя над собой, вы властвуете над всем миром**. Дальше идет очень интересный кармический счетчик. Очень странная вещь, что **долю вашего могущества, по сути, открывает в парных практиках взаимодействия ваш партнер**. Не вы сами. Вы туда не можете долезть. Вы и он. Этот канал проходит сквозь самые тончайшие мотивационные структуры вашего организма, заставляя шевелиться, грубо говоря, давая смысл, интерес вашей жизни.

Есть такой фактор новизны, если у вас нет абсолютной Влюбленности. Вы с одним партнером пообщались и после этого все, этот канал отключается, но включается через второго, третьего и так далее. На этом построено гигантское количество семейных проблем, когда муж и жена прожили долгую совместную жизнь, у них много детей, но они смотрят друг на друга как брат и сестра, никакого влечения, никакого сексуального полета фантазии. Наоборот, первый попавшийся человек, о котором ты ничего не знаешь, с которым ты не был близко, вдруг начинает вызывать у тебя стремление.

Поэтому, даже если ты отработал с одним партнером (мужем/женой) практику, то предел твоего наслаждения, могущества ограничился именно этим. В обычной жизни ты должен либо сменить партнера (мы помним, что мужчины хотят всех и сразу, а женщины всех и по очереди), либо ты умер и в следующей жизни у тебя другой партнер. Почему? Потому что периоды в истории жизни человечества были разные.

Археологические находки говорят, что совсем недавно наши предки к 30-летнему возрасту считались стариками и старухами. У нас сейчас люди в этом возрасте только жить начинают. Отсюда родились другие практики, когда ты начинаешь менять взаимодействие. Но, опять же, на этом тоже очень серьезная засада. Можете себе представить, какие страшные мотивационные силы заложены во взаимодействии мужчины и женщины. Люди убивают друг друга из-за ревности: жена бросила, ушла к любовнику, и муж убил любовника, и сам себя убил и так далее. Сплошь и рядом такое. Иногда спрашивают, что обычного нормального человека с обычной мотивацией в жизни превращает в такого психопата, у которого представления о смысле, о цели жизни, о страхе смерти – все затмевается, когда ты что-то малейшее сделал не так и не там?

Вот почему во всех, обратите внимание, во всех культурах, цивилизациях стараются, от греха подальше, очень жестко ограничить свободу во всем, что связано с сексуальностью. Потому что у мужчины и женщины, да, все хорошо, но если они начнут меняться, обязательно кто-то останется недовольный, кто-то останется брошенный, кто-то останется один. Зацепится самая тонкая мотивационная валюта. Человек просто голову потеряет, ему будет плохо жить на свете, смысла нет. Он будет готов всех поубивать или сам покончить жизнь самоубийством, чтобы вернуть своего любимого/любимую. Это сплошь и рядом, а на самом деле это очень жесткий мотивационный механизм. Поэтому все эти вещи между мужчиной и женщиной такие опасные.

Во всех религиях, системах считалось, что муж, жена, семья, дети и все. Потому что во всех других вариантах кто-то останется один, кто-то останется неудовлетворенным, зацепится его высочайшая мотивация и человек начнет делать зло себе и окружающим, и, в любом случае, будет сильно страдать. Поэтому все эти практики работают только, если нет пострадавших от этого. Но это отдельная тема. Я ее сейчас касаться не буду. Вообще решается ли она? Она решается. Красиво решается, но вопрос в том, что не об этом сейчас идет речь, а о другом.

Обратная сторона. Это все очень опасно, если кто-то останется один, недоволен, брошен. Очень опасная ситуация. С другой стороны, чем больше у вас было разных контактов с противоположным полом, тем сильнее этот внутренний счетчик считает, либо вы слишком успешный самец/слишком успешная самка и надо из скрытых резервов дать вам могущества больше, чем позволяет ваше неведение, либо это говорит о том, что это счетчик жизни.

Представьте, в голове счетчик жизни. Одну жизнь прожили - было одно парное взаимодействие, плюсик. В другой еще - это уже опыт. В этом теле вторая жизнь - опытный боец. Третья - больше и больше.Соответственно, тело дает все больше и больше возможностей, скрытых резервов, которые достались от предков. Внутренний счетчик: не все сразу, а по мере опыта. А если в одной жизни, как ни странно, получается парадоксальная вещь: чем больше поклонников у девушки, тем увереннее она себя чувствует и у нее еще больше поклонников. Чем больше поклонниц у юноши, тем увереннее он себя чувствует и у него еще больше поклонниц.

Понимаете? Богатство к богатству. Почему? Опять же, за счет этого внутреннего хитрого механизма. Конечно, были практики, чтобы накрутить этот счетчик. За счет парных взаимодействий, очень целомудренных. По всей видимости, из-за этого танцы когда-то возникли в средние века. Это такая тонкая ювелирная работа при взаимодействии с этой тончайшей внутренней валютой мотивации.

Еще раз, сексуальные взаимодействия пронизывают все. Абсолютно все. Это одно из откровений Шри Видьи. Если вы ставите там под контроль, вы все промежуточные стадии могущества также получаете. С формальной стороны, вы подходите к источнику всех этих внутренних валют, которые управляют вами, к вашей чистой пране. Чем ближе вы подходите к чистой пране, тем больше в ваших руках фактор личной эйфории, которая зависит лично от вас.

Ответ всем наркоманам. Не нужна дурь. Займись самопознанием, сам найди механизм внутреннего наслаждения, сам выйди на этот уровень без привлечения вспомогательных, химических, в том числе, факторов. Кто-нибудь мешает? Нет. Можно это делать? Запросто.

Индия пестрит рассказами о самадхи, о всех этих сверхсостояниях, которые переживают йоги и йогини. Когда их спрашивают, что они пережили, они отвечают, что пережили настолько сильный экстаз, что, по сравнению с ним, обычная жизнь человека кажется серой блеклой тенью. Как правило, человек, переживший экстаз, перестает реагировать на такие прелести обычного мира, на которые покупаются обычные люди.

Всех всегда удивляло, как же так, какой-то йог, а живет в бедной лачуге. Или как в Индии принято, странствующий йог живет подаяниями. Ему ничего не надо. Что может ему подарить эта цивилизация, когда в его распоряжении сверхнаслаждение.

В одном стихе «Анандалахари» так и сказано: «Это пустяк для него, так как он может взволновывать и двигать тебя, запредельная женщина, чье тело три мира, чьи груди Солнце и Луна».Имеется в виду, что вы выходите на высочайший смысл этого бытия, для чего все это было задумано. С такой точки зрения, ваш законный потенциал наслаждения проявляется по-максимуму. Это в вашем распоряжении. Вы можете как бомж быть одеты, ходить по этой Индии, питаться подаяниями. А кто-то - магараджа сидит во дворце. Но никогда не поменяет свой статус этот странствующий йог на богатство. Это совсем другие пласты.

Эта внутренняя валюта мотивации, которая заставляет вас что-то делать, - чрезвычайно важная вещь. Я в своей жизни был вовлечен в подготовку преподавателей йоги. Мы набирали всех людей, кому была интересна тема йоги, это были 90-е годы. Были тогда еще все достаточно молодыми и наивными. Вот набирается группа и обязательно один и тот же расклад: кто-то доучивается до конца, а кто-то - нет. Что такое? Йога не та? Да нет, та. Йога не работает? Работает. Почему? Достаточно четко видно людей, которые живут на разной валюте мотивации. Потом уже глаз наметан, начинаешь общаться и видишь, какой уровень его мотивации.

Безусловно, **самый высочайший уровень мотивации - это бхава**. По сути, бхава - это человек, который приравнивается к состоянию йога, достигшего сверхсамадхи, потому что он, по своему желанию, может заставить себя что-то делать. А все остальные - нет. У всех остальных эти промежуточные кнуты и пряники завязаны на внутренние циклы. На предыдущей лекции говорили, что есть известные циклы. Мы себе живем и думаем, что просто так живем. Ничего подобного. Биологические часы говорят, напечатай столько-то денег, чтобы шевелился. А теперь, что это он шевелится, все, хватит, не печатать больше.

Человек думает, что это он принимает решение: вот сейчас он будет учиться, а сейчас ему надоело - бросит. Ничего подобного, это не он. Это его предыдущая программа. Она может быть замечательной и в прошлой жизни, может быть, здорово ему помогала, но человек становится рабом этих структур. Но йога очень добрая наука. Это, кстати, пригодится вам, если станете большими начальниками. Тенденция говорит о том, что все, кто соприкасается с этим знанием, начинают доминировать. Вопрос времени, когда вас начнут в должности повышать, денег больше платить. Это уже старая песня. Это хороший показатель, что у вас все идет нормально. Что же делать?

Люди приходят, вы видите, человек, с одной стороны, достаточно хороший, а, с другой, видите, что, если не выстроите правильную систему кнута и пряника и правильную мотивацию, то в нем проснутся звериные механизмы кармы и он долго не пробудет, уйдет. Но если сделать соответствующие условия, то он пробудет больше, чем сможет выдержать его звериная карма. Он перемелет внутри эту звериную карму и избавится от этого.

**Самое главное - выстроить этот регламент кнута и пряника или устав.** В любом монастыре есть устав или в армии. Что такое устав любого монастыря, армии или организации? Фактически, это записанные прецеденты, когда можно было что-то сделать, но совершили ошибку, а теперь, чтобы этой ошибки не было. Берется мотивация самого нижнего базового уровня и потихоньку скармливается. Подобно этому, как заставить идти ослика? Положил морковку, он ее съел, на расстоянии 3 м положил еще морковку, он ее увидел, подошел и съел. Так потихоньку выкладываешь ему дорогу, пока он не осознает, что идти надо.

Вот это важная воспитательная вещь: сделать такие условия для пограничного количества людей, кто еще не в состоянии властвовать над собой. Нет у него бхавы. Но есть какие-то промежуточные моменты мотивации. Как их грамотно выстроить, не дай бог, не перекормить, потому что один раз перекормишь, дальше не пойдет, живот заболит. Как продумать систему мотивации? Это очень грамотная важная вещь. Единственное, что можно сделать, пока человек достигает, чтобы легче было преодолеть свое скотство. И, наоборот, если вы, не дай Бог, подыгрываете его скотству, то вы ему вредите.

Вот почему во всех школах йоги очень жесткая, не побоюсь сказать, дедовщина. Если ты на таком низком уровне, ты достоин только таких знаний и даже не заикайся, чтобы тебе показывали, рассказывали и дали доступ выше. Почему? Наешься - дальше не пойдешь. Будешь считать, что ты уже все знаешь. Наоборот, если определенный уровень прошел - получи следующую порцию и так далее. Это на уровне знания, на уровне практик и техник, там целый набор.

**Начинать лучше всего с культа аскетизма**. Чисто физического. Даже на этом можно преодолеть какие-то скотские моменты. Аскетизм, как сжатая пружина, начнет распрямляться, а свои скотские мотивации на уровне разума просто не заметишь. Все будет так поставлено, что незаметно для себя все внутри перетер.

Вивекананда говорил о том, что Учителя йоги - как врачи. Есть разная группа Учителей, как и врачей. Самые плохие из них низкого уровня - это те, которые приходят к больному, ставят диагноз, назначают лекарства и уходят. Лучшие - это те, кто ставят диагноз, назначают лекарства и долго убеждают больного лечиться. А самые лучшие - приходят, ставят диагноз, назначают лекарства, долго убеждают лечиться, а если он не хочет, валят на пол, придавливают коленом шею и заталкивают лекарства в рот. Анекдот, но, по сути, человек думает, что сам принимает решения. А его дурят эти циклы, внутренние валюты и прочее.

Если не найдется кто-то добрый, кто поставит его в жесткие условия, то он будет продолжать страдать. Здесь мы сталкиваемся с парадоксом, что, чем более требовательный, жесткий, бескомпромиссный, не дающий спуску наставник, тем лучше результат. Как ни странно, у такого наставника больше людей учатся и потом все благодарят. И, наоборот, наставник-размазня: «Можете делать, можете не делать, а, вообще, будет более высшая практика, что вам мелочью заниматься, дождетесь Самадхи. Сейчас вам дам Шри Видью с 16-тым слогом, чтобы сразу по воздуху полетели».

Вот это, к сожалению, ходят-бродят такие псевдоучителя, которые, якобы облагодетельствуют. Они, на самом деле, очень сильно вредят, потому что у человека полностью исчезает мотивация работать над собой, выполнять эту тихую, незаметную, каждодневную работу.

Наконец, самое главное в этой системе мотиваций, что, как мы говорили, сексуальность проходит через все. Если ты научился делать целомудренные сексуальные практики, то фактически это приравнивается ко всему спектру аскетизма, начиная от самого грубого, заканчивая самым утонченным. Но если человек не знает, как этим пользоваться, то лучше всего, рекомендовать ему этот потенциал не растрачивать. То есть тратить потенциал секса только на зачатие детей, если он в обычной семье живет.

Если нет семьи, то практиковать воздержание, накопить потенциал, но с очень четкой внутренней установкой, что вы не даете проявиться всем своим сексуальным желаниям и фантазиям не потому, что вы их подавляете, а только потому, что вы их накапливаете до того момента, как у вас появятся знания, как этим воспользоваться. Вот это очень важный психологический эффект.

Если вам сказать, что вы вообще сексом никогда заниматься не будете, до самого просветления будете себя держать, всегда результат один и тот же. На подсознании идет взрыв. МЗПР сразу начинает подозревать, что вы попали в деструктивную секту, отключает вам разум и вы срываетесь. Поэтому во всем, что связано с сексом в период работы над собой, идет такая идеология: не знаешь, что делать, лучше накапливай до момента, когда узнаешь.

Все равно, что бы ты ни делал, иди каждый день потихоньку, аскетично. Узнавай, как эти внутренние валюты работают, и ставь их под контроль. Потому что потом, когда вы будете заниматься сексуальными практиками, то у вас, конечно, будут провалы. Будет секс с потерями. К тому времени у вас будет очень сильно обостряться внутреннее ощущение каналов и центров и вам реально будет плохо. На определенной стадии будете физически ощущать очень мощные потери, если в сексе сделали не так. Причем они будут по ощущениям очень гнетущие. Даже трудно их с чем-то сравнить.

Кстати, женщинам проще, у них бывают состояния, связанные с менструальным циклом. Как правило, мужчины это абстрактно представляют. Когда у мужчины вырабатывается сверхчувствительность и идет секс с потерями, его колбасит, и плохо так же, как и женщине. В этом отношении женщине наперед дается это ощущение сексуальности. У мужчин это отключено. Так вот, в момент, когда вы будете овладевать этими практиками, безусловно, будут потери. Они будут вами крайне плохо переживаться. Если к тому моменту вы овладели обычным аскетизмом, умением властвовать над собой или ставить за счет этого метода и другие, какие-то промежуточные слои, то будете достаточно быстро восстанавливать все потери, которые могут у вас быть.

Это очень опасное знание. Попади оно, в каких-то подробностях, в руки недобросовестных людей, будет плохо. Представьте, новый наркотик: как подобрать ту или иную систему воздействия, чтобы преследовать свои какие-то корыстные цели. Это достаточно опасно. Но, видите, мы живем на грани. Сейчас мир перемен.

**Вопрос: Мы говорим, что сексуальность является таким стержнем, вокруг которого вращаются все остальные мотивационные системы. Чем-то мне это напоминает теорию Фрейда и других психоаналитиков. Как Вы это прокомментируете?**

Никак. Я ничего не понимаю в теории Фрейда, я вообще ничего не знаю в психоанализе. Я, конечно, что-то читал про Фрейда. Насколько я понял, в среде психологов полный раздрай. Кто-то кричит, что это неправильно, кто-то кричит, что правильно. С психологами еще надо разбираться. Как мне видится, первые шаги исследования, действительно, закрытой вещи, такой как сексуальность, безусловно, были им сделаны и что-то полезное от этого появилось. Правда, много и вредного появилось, как всегда это бывает. Насколько я знаю, в современной психологии Фрейд неактуален. Почему-то все забывают простую истину, что о какой-то духовной жизни, о философиях, религиях, сектах можно говорить не раньше, чем есть живой человек. Если нет живого человека, этого всего просто нет.

**Вопрос: Мы говорили о том, что можно раскрыть в себе потенциал, взаимодействуя с максимально большим количеством партнеров. Приходит на ум такая аналогия. Сейчас в социальных сетях ставят неких ботов, и они начинают нагонять участников. Есть разница, с какими людьми практиковать: с йогами или ходить на дискотеку и хватать первых попавшихся и тащить их?**

Если есть в вашей жизни безумие, то это ходить по дискотекам и хвататься за первых попавшихся. Вы, мало того, что в этой жизни получите кучу проблем с этими первыми попавшимися, так еще и в следующей жизни. Потому что умудритесь нарожать от них детей, и эта песня будет длиться очень долго. Выход очень трудный, очень тяжелый, никто не хочет им заниматься. Выход только один - искать себе подобных, общаться с ними до того момента, как включится ваша сексуальность. Она тоже, как часы, включается и выключается. Вот, чтобы в момент, когда она включилась и вы полезете на первого встречного с сексуальными желаниями, то это был бы не первый встречный, а продуманно, заготовленный загодя, что называется, самый лучший из худших. Это единственное, что вы можете сделать в своей жизни.

Вы должны отдавать себе отчет, что **сексуальностью вы не управляете.** Включится – полезете на первого встречного. Так вот, лучше, чтобы это был не первый встречный. Вы собираете в одном месте людей по какому-то цензу: интеллекту, нравственности, духовности и так далее. Чтобы это был поприличней контингент, и уже потом, это будет кто-то из них, а не кто-то с улицы. По сути, другого выхода у вас нет. Или молиться. Тоже помогает. Что значит молиться? Вы волеизъявляете в своей Вселенной что-то, что потом притягивает одно к другому. Фактор есть, но, даже если такой фактор, сделайте такую площадку, чтобы этому кому-то легче было попасть. Одно дело познакомиться в приятной тусовке, другое дело - на автобусной остановке. Там и по времени меньше, и обстоятельства, дождь капает. Это единственное, что можно сделать.

**Игнорировать сексуальность опасно**. Хотя какое-то время можно, пока учитесь, можно себя зажать. Но с установкой: «Я сейчас не вовлекаюсь во взаимоотношения с лицами противоположного пола только потому, что…» и перечисляете аргументированные продуманные факторы. Потому что, если МЗПР заподозрит, что вы его за нос водите, он отключится.

В продолжение, про ботов, что-то мне говорит, что социальные сети сейчас растут, но пройдет немного времени, и пойдет жуткий резкий спад. Когда что-то новое приходит, все увлекаются, а потом видят обратные стороны и идет разочарование. Поэтому, если интересно там время проводить, ради бога, но всегда следите, чтобы у вас была пропорция в жизни-оффлайн и онлайн. То есть количество живых людей, с которыми общаетесь и через интернет. Это очень важный фактор.

Что же касается разного рода ботов и прочих вещей. Они работают на фантазии, но, как только хоть один понимает, что там может быть бот, фантазия работает на 180 градусов. Вы уже будете реального человека подозревать. Эффект голой женщины. Голое обнаженное тело влияло на мужчин. Сейчас кого-нибудь пронять голым телом? Сейчас, наоборот, всякая эротическая одежда, якобы, прикрывает. Она даже более привлекает, чем первозданная красота. Есть такие хитрые механизмы, они адаптируются. Идет девальвация голого тела и мужики просто перестают откликаться. Проблема порнографии. Сперва всплеск, по нарастающей, а с какого-то момента перестает заводить. Потому что невозможно так просто обманывать. Иначе любая реклама была бы стопроцентной. А внутри нас есть механизм, который отвечает за нашу свободу и он очень подозрительный.