



Эта удивительная женщина снова в Москве. Первая леди йоги Индра Деви. Ее дни расписаны по минутам. И все же она находит время для встреч с журналистами. Я договорилась с ней на субботу. В гостинице «Украина». Индра Деви терпеливо выслушивала мои вопросы. Маленькая и хрупкая, она прекрасно говорит по-русски, хотя уехала из России еще в 28-м.

У нее красивые руки. Мудрый взгляд. Она очень подвижна и добра. После разговора с Индрой Деви у меня долго не проходило ощущение, будто я прикоснулась к чему-то очень чистому и вечному.



В ГОСТИНОЙ «ЗОЖ»

СВЕТ И ЛЮБОВЬ

В номере воздух источал какой-то восточный аромат. Кругом, на столах, на полу в вазочках, стояли тюльпаны. На телевизоре, закрывая экран, висела афиша очередной встречи Индры Деви с нашими любителями йоги. И все немножко чем-то напоминало гриммерную.

Дверь в номер — нараспашку. Индра Деви в своем неизменном одеянии — яркочерном шелковом сари — встретила меня поцелуями — так она встречает и провожает всех, знакомых и незнакомых: при встрече — поцелуй, на прощание — объятия.

— Вы садитесь прямо сюда, — указала она на кровать. — Днем — это диван для гостей, а ночью — я здесь сплю.

Наши читатели уже знакомы с Индрой Деви. Мы писали о ней года два назад, когда ей исполнился 91 год. 12 мая Индре Деви «стукнуло» 93. Свое рождение она отмечала в Москве.

— Как вас называть? — спросила я. — По-русски, Евгения Васильевна или Индра Деви?

— Просто Матаджи. В переводе с индусского — мать. Меня все так зовут.

— Матаджи, я читала, что вы были актрисой, но бросили карьеру ради йоги. Почему? Матаджи не ответила на этот вопрос прямо. Собственно, на протяжении всего нашего 3-часового разговора Индра Деви не всегда отвечала на вопросы конкретно. Она начинала издали, давая тем самым возможность додуматься до сути самой.

— Я снялась только в одной картине. Это было в Индии в 1929 году, или нет, в 30-м, кажется. Тогда-то я и сменила имя Евгения на Индру. Фильм назывался «Рыцарь Арабии». Это был немой фильм, восточная сказка. Я снялась в главной роли.

— Вы были, наверное, очень красивы?

— О нет, — засмеялась Матаджи, — что вы! Я никогда не была красивой. Просто я была единственной белой женщиной. А раз белая — значит, красавица. В те годы индийские фильмы были очень низкого уровня. Отсюда и отношение к актерам: если ты женщина — то проститутка. Никто бы не позволил своей жене, сестре или дочери участвовать в фильме.

— ...Я очень любила танцевать, — продолжала Матаджи. — Когда немцы заняли Ригу, мы бежали в Петербург к бабушке. Там я училась в гимназии. Это было большое коммерческое училище. Нам, беженцам, отвели очень неудобное время занятий. Как это по-русски — «афтенун»? — После обеда...

— Да, да, после обеда. Но в это же время начинались занятия в студии пластики, куда я записалась тайком. Занятия вела Клавдия Исаченко-Соколова, ученица Айседоры Дункан. Я прогуливала гимназию. Меня совершенно не интересовали предметы, хотя в итоге я окончила ее с золотой медалью.

— И все же вы выбрали артистическую карьеру...

— Зимой 17—18-го года я поступила в театральную школу Комиссаржевского в Москве. Но потом началась, как это...

Матаджи тут извинилась, что забывает русский язык:

— ...коммунистическая революция.

...Так вот, из Москвы мы бежали в Харьков, к маме, но зимой 19-го года и туда пришли большевики. Сразу все исчезло: еда, одежда. Летом Харьков взяла белая армия... А мы с мамой поехали отдыхать на Кавказ. Политика меня никогда не интересовала. Политика — это когда гово-

рится одно, а делается — другое.

— Но вы так и не ответили на вопрос: что же вас привело к йоге? Почему вы уехали в Индию, ведь вы прожили там в общей сложности...

— ...двадцать пять лет. Я мечтала попасть в Индию с 15 лет. Еще в Москве я впервые прочитала книгу о йоге. Ее автор был англичанин. Аткинсон. По-моему, это псевдоним. Вот тогда-то я и заболела йогой и стала мечтать об Индии. Правда, мечту удалось осуществить лишь в 27-м году. То путешествие перевернуло мою жизнь. Вернувшись в Ригу, я все распродала и уехала обратно в Индию. Навсегда.

— А как в вашу жизнь вошла йога?

— Я заболела. Четыре года меня мучило сильное сердцебиение. Я не знаю, что это было, врачи ничего не находили. Но приходилось лежать в постели по 3—4 дня. Я не могла играть в теннис, водить машину, ходить на приемы.

— Вы вели светскую жизнь?

— Мой первый муж, Ян Стракати, был торговым представителем в чехословацком постпредстве. Я прожила с ним до самой его смерти. Так вот, когда со мной это случилось, мы жили в Праге, и один молодой студент-медик... у него еще такое смешное имя — Рыбка... вылечил меня за 5 дней... своей энергией:

— Как это?

— А вот так.

Матаджи сложила руки, как перед молитвой, что-то пошептала в ладони, а потом быстро начала описывать круговые движения передо мной.

— Но при чем тут йога?

— Как при чем? Этот молодой человек был йогом. И он вылечил меня. Хотя я сначала в это не верила. Впервые за 4 года почувствовала себя здоровой.

Тогда Евгения Лабунская, по матери, или Индра Деви, по стечению обстоятельств, и пришла к окончательному и закономерному выбору.

— В Майсуре была знаменитая школа йогов. Ей покровительствовал Махараджи Магарани. А уроки вел Шри Кришнамачари. Тогда туда принимали только индусов — мужчин, — продолжала свой рассказ Матаджи, — а я — белая женщина. Со мной даже не хотели разговаривать. Шри Кришнамачари поставил мне первое условие: «Не есть мяса». «Да я не ем его с 1926 года. Я вегетарианка!» — убеждала я учителя. Тогда он поставил мне еще более жесткие условия: не есть и то, что растет в земле, — картофель, морковь, свеклу, а также муку, сахар, рис, вставать до восхода солнца. Я выполнила все требования. Позже Кришнамачари признался: «Я был с вами очень строг». Это один из лучших учителей йогои. Он умер в возрасте 100 лет года полтора-два назад. Я училась у него вместе с Айенгаром, он был женат на сестре Кришнамачари.

Свою первую школу йоги я открыла в Шанхае в 1939 году, куда переехала с мужем. Она быстро разрослась...

— Матаджи, йога, видимо, требует от человека слишком много. Люди думают, что йога — нечто аскетическое, несовместимое с удовольствиями. Но может ли йога вписываться в обычную жизнь, как, скажем, бег или утренняя гимнастика?

— Конечно. Только в этом случае вы — не йог, а просто человек, занимающийся йогой.

— Чем тогда асаны йоги отличаются от обычных гимнастических упражнений?

— Позы йоги — это не только развитие мышц, как в обычной гимнастике. Они нормализуют функции всего ор-

ганизма: улучшают пищеварение, обмен веществ, тренируют глубокое дыхание. Поэтому йога воздействует на человека комплексно. Но главное — она помогает достичь гармонии между душой и телом.

Йога доступна всем, но вы берите из йоги то, что вместили для вас. У каждого — свой уровень. Йога может раскрыть ваш скрытый талант, ваше высшее «Я».

— У человечества есть религия. Мусульманская, иудейская, православная, католическая. Йога — вне религии? Она стоит «над» религией или это тоже своего рода религия?

— В 62-м году я впервые после того, как покинула Родину, приехала в Россию. Индусский посол пригласил меня читать лекции о йоге. Но тогда йога была у вас запрещена, и, естественно, двери широкой аудитории передо мной оказались закрытыми. Но я все же рассказала о йоге в узком кругу. На той лекции были Косыгин, Громыко, Микоян. Они не знали, что я русская, и были очень удивлены. Так вот, Микоян тогда меня тоже спросил: «Йога — это религия? Ведь все духовное — религиозно?» В ответ я спросила: «Вы читали Толстого?» «О, — воскликнул Микоян, — это гигант духовности!» «Тогда почему после смерти церковь отреклась от Толстого?» — спросила я и ответила: — Потому что он не был религиозен».

Духовность и религия — это не то же самое, и одно может исключать другое. Йога — это развитие духовного, ментального и физического в человеке. Йога — это не только асаны, но это и вегетарианство, и медитация.

— Кстати, а что значит для йоги медитация?

— Нигде не учат ни глубокому дыханию, ни умению сосредоточиваться. Часто слышу, как учитель говорит ученику: «Сконцентрируй свое внимание». А как сконцентрировать — не говорит. Медитация — это упражнение для развития концентрации. Вы можете час сидеть, скрестив ножки и закрыв глаза, но медитировать будете только две минуты. Есть вы, факт медитации и предмет медитации. И вот когда два первых растворяются в третьем, — это высшая форма медитации. Исчезает потолок, пол, стены, и вы пребываете в блаженном состоянии.

— Матаджи, давайте вернемся к духовности. Девиз йоги — свет и любовь. Индия — родина йоги, так почему же в Индии тоже существует преступность, терроризм, насилие?

— Йогаи занимаются слишком мало людей. Среди моих друзей нет ни одного, кто занимался бы йогой.

— Но вы верите в человечество?

— Я верю в то, что свет и любовь сильнее, чем зло и тьма. Я помогаю всем — и злым, и добрым. Это мой долг. Я люблю людей. Но свет и любовь — это не торговля. Солнце светит, ничего не спрашивая.

— А как относятся Йоги к любви? Я имею в виду отношения между мужчиной и женщиной?

— Любовь — это любовь. Но йоге известен метод, как превратить половую энергию в высшую энергию, — и Матаджи постукала пальцами по голове.

Мне очень захотелось спросить, как, но я удержалась, ибо поняла, что Матаджи не ответит на этот вопрос, ведь я в этот момент как слепой, которому будут объяснять, что зеленый — это как трава.

— Матаджи, я чувствую, вы устали, но у меня есть еще вопросы. Они, правда, ка-

саются прозаическими вещами. Вы говорили, что с 26-го года не едите мяса...

— Точнее сказать так: я не ем ничего, что жило и было убито. Я не ем и рыбу, а также белую муку, сахар. Мясо я просто не люблю. Людям не положено есть мясо. У людей развито земледелие. Я ем черный хлеб, мед, грибы, яйца, каши, молоко... Но молоко надо пить маленькими глотками, по чуть-чуть, по чайной ложечке, а не выпивать сразу стакан, иначе молоко выделяет много казеина.

— Вы заставляете себя ограничиваться в еде?

— Я делаю то, что нравится, что доставляет удовольствие. Вот смотрите.

Матаджи взяла в руки провод от настольной лампы и перекинула его через указательный палец.

— Та часть, что лежит на пальце, — настоящее, а по бокам — прошлое и будущее. Жизнь течет.

Матаджи медленно тянет провод из воображаемого будущего.

— Будущее проходит через настоящее и становится прошедшим. Настоящее — статика. Лучшее можно сделать только в настоящем.

— Вы сейчас живете в Буэнос-Айресе и по-прежнему преподаете йогу?

— Нет. Только медитацию. Я уехала в Аргентину в 84-м году, когда мне было 85 лет. Друзья, недоумевали: кто в этом возрасте начинает сначала? Но я не могу идти против своего внутреннего голоса. Когда мой второй муж — это был американец доктор Кнаур, ушел из брэнного тела, я собрала вещи и уехала в Аргентину. Но умирать приеду в Индию.

— Вы сказали: «ушел из брэнного тела». Вы верите в жизнь души после смерти?

— Конечно! В своей другой жизни каждый либо будет вознагражден за то хорошее, что он сделал, либо ему придется платить за плохие поступки.

— Как вы себе это представляете? Вы имеете в виду рай и ад, куда попадают праведники и грешники?

— Нет. Душа переселится в новорожденного.

— Значит, ему и придется платить или получать. Но ведь это будет совсем другой человек!

— Вот именно. Когда рождается слепой ребенок, мать недоумевает: «Он же ничего плохого не сделал». Мы сеем семена, и мы отвечаем за то, что будет после нас.

— Вы не боитесь смерти?

— Нисколько. Я все запланировала. В 95 лет умру.

— Но человек не волен располагать своей жизнью.

— У человека может быть сильное желание чего-либо. Подождите два года, увидите.

— Но почему в таком случае вы отмерили себе два года? Перешагните хотя бы 100-летний рубеж.

— Хватит, — Матаджи решительно махнула рукой.

— Разве вам неинтересно жить? — не унималась я.

— Очень интересно.

— Тогда подумайте о людях, которым вы нужны. Как они будут без вас?

— Так же, как и до меня. Матаджи замолчала, давая мне понять, что разговор пора бы закончить. На прощание она заключила меня в объятия и несколько минут не отпускала от себя. Потом прощентала мне на ухо: «Очень хорошая девочка».

И. КОЧЕТКОВА.

Московский Центр йоги Айенгара проводит дополнительный семинар с 21 по 27 июня. Всем, кто прислал заявку на объявленные ранее три семинара, рассланы приглашения.

Справки по телефону: 261-52-15.