**Транскрибация отрывка из интервью Эвана Кармайкла с Садхгуру**

*В начале видео идёт нарезка разных моментов из интервью.*

**0:50**

**Эван Кармайкл [далее Э.К.]:** Привет всем, кто верит в себя! Новый формат сегодня: мы отправляемся на интервью с Садхгуру. Он индийский мистик и йог с миссией, меняющей мир. Я сделал с ним «Топ-10 правил» [название одного из видео на канале Эвана]. До того я о нём даже не слышал, но очень многие в комментариях просили такую подборку, и я решил посмотреть, кто же он такой. Его посыл оказался очень интересен, так что мы с радостью сделали это видео. Оно набрало 2,5 миллиона просмотров. Прошлым вечером он выступал в Торонто. В конференц-центре собралось более 6000 человек, в том числе мы с Ниной. И этим ранним воскресным утром он согласился пообщаться с нами. На улице -5, но он хотел побеседовать именно на улице, так что сейчас мы с ним встретимся и узнаем, что же он нам скажет.

**2:05**

**Э.К.:** Добро пожаловать! Это наше особое интервью. Для меня большая честь оказаться рядом с легендарным Садхгуру. Большое спасибо, что встретились с нами. Прошлым вечером он выступал в Торонто – это было потрясающее выступление, на которое пришли 6000 человек. Теперь ему нужно ехать в другой город, но он смог выделить нам несколько минут этим утром. Я заготовил для вас целый ряд вопросов, но после вашего вчерашнего выступления я решил, что хочу спросить о чём-то очень личном для меня. Потому что ваши слова, конечно, заставляют взглянуть на жизнь иначе. Вчера вы решили нас растормошить и наполнить энергией. Вы сказали нам закрыть глаза, досчитать до трёх, а затем мы должны были закричать, отпустить свой контроль и освободить свои эмоции. Но эта идея отпустить себя, отпустить свой контроль над собой всегда была для меня испытанием. И мне хотелось бы услышать ваш комментарий. Я никогда не употреблял наркотики, потому что не хотел потерять контроль. Американские горки для меня - испытание, потому что там тоже сложно себя контролировать.

**Садхгуру [далее С.]:** И я должен в это поверить?

**3:11**

**Э.К.:** Я бы просто хотел услышать ваше мнение, потому что вчера я постарался расслабиться, но даётся мне это непросто. Так что я хотел понять природу этого, услышать ваш комментарий.

**С.:** Природа наложила много существенных ограничений на нашу жизнь. Ты не можешь просто выпрыгнуть в космос. Ограничений хватает, и нет нужны придумывать себе новые. А если ты их всё-таки изобретаешь, через некоторый промежуток времени жди жизненный запор. Это значит, что всё будет происходить еле-еле, с большим трудом. И состояние «отпускания» - не потери контроля, а именно «отпускания» - означает, что все эти ограничения, которые ты навешивал сам на себя, ты можешь и отпустить. Природные ограничения должны остаться для твоей же безопасности и благополучия. Но зачем же придумывать себе лишние? Их достаточно. Гравитация тянет вас вниз: таков закон природы. Так зачем ты ещё вешаешь на ноги гири? Почему? Всё дело в страхе. Чего ты боишься? Страх всегда говорит: «Если я сделаю это, я могу пострадать». И вот в чём заключается основа моей работы: привести вас туда, где нет страха страдания. Потому что существует только 2 возможных вида страдания: физическое и ментальное. Когда мы говорим о физическом страдании, то говорим о телесной боли. Но, к сожалению, правда в том, что если бы в теле не было физической боли, то большинство людей начали бы разрушать сами себя, калечить себя. Ты уже сделал это. Видишь, тебе нужно лишить себя хоть чего-то, и ты лишил себя бороды. Если бы твой нос не ощущал боли, уверен, во имя моды ты бы фигурно его порезал. Если бы наше тело не чувствовало боли, возможно, кто-то решил бы достать свои кишки и так прогуляться по улице, найдя это вызывающим, гротескным. Поверь мне, если бы люди не чувствовали боли, они давно бы уже разделали друг друга на кусочки. Но есть боль, которая позволяет им сохранять физическую целостность. Такова боль телесная. Но страх страдания связан не только с болью. Страх страдания вызываем в себе мы сами. Никто не может причинить тебе ментальной боли, кроме тебя. Ты сам выбираешь такую реакцию на окружающие события и сам причиняешь себе боль. Если удалить тебе половину мозга, то ты увидишь, что станешь весьма спокойным. Люди сейчас испытывают стресс, тревогу, депрессию, состояние никчёмности и прочее-прочее. Ты можешь называть это любыми изощрёнными названиями, какими хочешь, но в реальности это означает лишь одно – человеческий разум обернулся против нас самих. Вот и всё. А как только твой ум оборачивается против тебя – никакая сила на свете уже не в состоянии тебя спасти. Потому базовый принцип таков: все способности, которые мы имеем, должны способствовать нашему благополучию. Но прямо сейчас наше собственное тело, наш собственный ум, наши собственные эмоции работают против нас. И это необходимо исправить. Починить нашу машину.

**6:54**

**Э.К.:** Я стопроцентно разделяю это. А если применить это к предпринимателям, которые составляют добрую половину моей аудитории, люди хотят основать собственный бизнес. Как привнести духовную сторону в свою компанию? Какой совет вы можете дать тем, кто начинает своё дело, как основать благоприятный бизнес?

**С.:** Природа нашей деятельности не играет роли, будь то бизнес, спорт, музыка или искусство. Не важно, чем ты занимаешься. Главное, что ты должен жить полноценной жизнью. Если ты не живёшь полноценной жизнью, то есть твоё тело, твой ум, твои эмоции, твой разум не подвластны тебе, о каком предпринимательстве может идти речь? Просто бизнес, чтобы выжить. Ты просто зарабатываешь пару баксов, вот и всё, а предпринимательство – это другое. Предпринимательство – это постоянное движение в неизведанное. Вот что это такое. И если ты хочешь вступить на новую территорию, скажи мне, что страх – отличная эмоция, которая тебе поможет (смеётся). Нет. Тогда ты всё время будешь искать привычного. Когда тобой двигает страх, ты ищешь привычного. А где привычное – там нет места предпринимательству, разве что розничной торговли.

**8:14**

**Э.К.:** Вчера вы озвучили идею, что ты можешь быть захвачен чем-то вместо того, чтобы быть вовлечённым и иметь некое пространство, воздух, чтобы свободно дышать. Можете пояснить?

**С.:** Люди всегда думают, что кто-то или что-то ограничивает их свободу. Но свобода человека ограничена по определению путами его тела и ума. Это две грани тебя, два твоих главных инструмента. И если они оба тебе подконтрольны, если они продолжают работать на тебя, а не против – только тогда человек способен жить успешной жизнью. Люди пришли к внешнему благополучию через науку, идеологию, философию или собственные безумные идеи. Пришло время достичь благополучия внутреннего через такой же научный подход, как и создание его вовне. Есть такая же наука и технология, которая позволяет это сделать. Это то, что мы называем «внутренней инженерией» - технологией внутреннего блага. Пришло время достичь внутреннего благополучия научным системным способом и призвать технологии на службу внутреннему миру. Где бы вы ни применяли технологии, вы понимаете, что они способны усовершенствовать буквально всё во внешнем мире. Но почему вы никак не поймёте, что лучшая технология этого мира – сам человек? И до тех пор, пока вы не научитесь ей пользоваться, вы не почувствуете жизнь. Жить в половину мощности недостаточно. Сейчас люди понимают под успехом то, что их дела идут лучше, чем у соседа. Нет. Вы должны понимать под успехом полноценную жизнь. И это не моя идея, не моя философия. Ей пропитано всё в этом мире: каждый червь, каждое насекомое, птица, дерево, животное и человек в том числе. Мы всегда стремимся к полноценной жизни. И мы знаем, какова она для червя. Знаем, какова она для насекомого. Знаем, какова она для яблони. Но не знаем, какова она для человека. Вот в чём проблема.