

Ленин и Йога

В запорожском порту можно бесплатно заняться йогой. За тем, чтобы все упражнения выполнялись правильно, Владимир Ильич наблюдает лично.

С первых чисел мая, каждое воскресенье в порту, возле памятника Ленину стартовали бесплатные занятия восточной духовной и физической гимнастикой. Место для своих практик эзотерики выбрали не случайно. Уверяют, что картинная поза Ильича – тоже своего рода йоговская асана. А значит, сам Маркс велел проводить занятия восточными оздоровительными практиками рядом с Лениным. Закинуть ногу за голову на глазах вождя мирового пролетариата попробовали и корреспонденты «Правды».

Пионеры и йоги

Еще 25 лет назад возле памятника Ленину принимали в пионеры. Сегодня здесь посвящают в йоги. Инструктор Константин Яременко, инициатор бесплатных занятий под открытым небом, привез эту идею из Великобритании.

– Мой друг преподает йогу в лондонском Гайд-парке, – рассказывает Константин. – Пока я гостил у него, тоже провел несколько уроков. По возвращению решил внедрить этот формат и в Запорожье. Получилось. Идея оказалась востребована.

Одна из особенностей воскресных занятий йогой в порту – они бесплатны. Это позволяет познакомиться с индийской практикой всем желающим. Тем более что преподаваемый комплекс упражнений не сложен – так называемую сурью-намаскара (приветствие солнца) смогут выполнить даже новички в йоговском деле.

Ленин-асана

На вопрос, почему решили заниматься йогой рядом с Лениным, а не, например, в Дубовой роще, Константин шутит, что Владимир Ильич – лучшая реклама здорового образа жизни в Запорожье, потому что он всю жизнь стоит в йоговской позе:

– В принципе, асана, в которой стоит Ленин, не имеет аналогов в йоге. Это – статичная асана в положении стоя, но конкретного названия у нее нет. Поэтому ее можно смело назвать Ленин-асана. Вождь знает, что никакого прошлого и будущего нет, поэтому указывает рукой в светлое «здесь и сейчас».

Дмитрий Зеленый работает на одном из запорожских заводов. Это не мешает парню в свободное время практиковать йогу. На занятие в порт Дмитрий пришел, чтобы, по его словам, расслабить тело и душу после трудовой рабочей недели. Парень также мечтает о возрождении на запорожских промпредприятиях производственной гимнастики. Но на новый лад:

– Я хотел бы, чтобы люди на заводах, на производстве, в обеденный перерыв занимались гимнастикой.

Причем, хорошо бы, если бы это была не просто гимнастика, а йога.

Одобрят занятия йогой и отдыхающие в тени у памятника Ленину пенсионеры. Говорят, что о том, что такое йога знают, и ничего предосудительного в занятиях рядом с Владимиром Ильичем не видят. И добавляют советскую мантру: «В здоровом теле – здоровый дух».

Запорожские же йоги на бесплатных занятиях в парке останавливаться не собираются. В ближайшее время ребята планируют выстроиться в асанах на зеленой разделительной полосе одного из самых длинных проспектов Европы, чтобы заинтересовать йогой еще больше запорожцев. Пока же репетируют будущий перформенс на фоне Днепрогэса.

Занятия йогой возле Ленина будут проходить каждое воскресенье с мая по сентябрь. Начало – 8:00 утра. При себе необходимо иметь удобный гимнастический коврик, хорошее настроение и веру в светлое «здесь и сейчас».

Автор: Максим Щербина, ТРК «Украина», 13.05.2013