

Алексей Меркулов вдохновляет многих. А что вдохновляет его?

Практики Кундалини-йоги, садхана рано утром на морском берегу и прекрасная музыка всех жанров.

Учитель Кундалини-йоги, организатор концертов духовной музыки. Про Алексея говорят, что он вдохновляющий. А что вдохновляет его?

Что у вас сейчас с настроением?

Сейчас утро, я, перед тем как отвезти на велике сына в школу, хорошенько позанимался Кундалини-йогой, поэтому настроение отличное.

Вы помните свое первое занятие йогой?

Первое занятие Кундалини-йогой было в клинике «Кундала», сейчас она называется «Клиника Маршака». Это было невыносимо! Я тогда вообще ничем не занимался, а тут — раз! — держи руки, маши ногами. Просто смерть!

Опишите ваш характер одним предложением.

Страстно любящий жизнь индивид, проверяющий реальность на прочность.

Если бы вы могли изменить в себе одну вещь, что бы это было?

Метаболизм мозга — я бы хотел его уменьшить. То есть сделать так, чтобы ум был более управляемым и не таким реактивным.

Каким своим достижением вы больше всего гордитесь?

Когда на телеканале «ЖИВИ!» по всей России показали концерт Снатам Каур, который я помогал организовывать в Москве, я выдохнул и подумал, что теперь точно могу сказать, что жизнь прожита не зря.

Где и когда вы были абсолютно счастливым?

Счастье не измеришь, оно либо есть, либо нет. Поэтому не могу сказать, когда и где. Иногда бываю счастлив, но к счастью намеренно не стремлюсь. Это как-то глупо, потому что быть счастливым естественно.

Кем вы восхищаетесь?

Своим отцом. Он смог достичь того, о чем мечтал.

Что вы не любите в людях?

Не люблю, когда они перестают слышать и видеть, когда живут, как им сказали, когда перестают мыслить самостоятельно, когда страх становится богом.

Какой у вас самый большой страх?

Я много чего боюсь — высоты, своей неполноценности, боюсь, что моя душа не выдержит мирских испытаний. Но больше всего боюсь того, что вместо принятия и любви буду по жизни ведом страхом и сомнениями.

Расскажите про великую любовь вашей жизни.

Моя великая любовь состоит из множества ярких самоцветов: особые люди, литература, мой родной город Москва, Франция с ее Нормандией и Бретанью. Среди этих драгоценных камней также удивительные практики Кундалини-йоги, садхана рано утром на морском берегу и прекрасная музыка всех жанров — от классики до джангл.

Какое качество вы больше всего цените в человеке?

Харизму, любовь к жизни, желание выйти за грань.

Каким вы видите себя через 10 лет?

Не знаю, где и каким, но точно другим, совершенно новым.

Что вас увлекает кроме йоги?

Мне нравятся буквально все виды искусства: кино, живопись, перформанс. Нравится бывать на природе, путешествовать. Но больше всего я люблю достойных собеседников и увлекательную беседу. Ее можно совместить, например, с велосипедной прогулкой или с походом в хороший вегетарианский ресторан.

Какие книги вы читаете, кто ваш любимый писатель?

Мне нравятся книги, в которых фантазия переплетается с реальностью, как, например, у Курта Воннегута в «Бойне номер 5» и в «Колыбели для кошки», как у Маркеса, Коваля, Липскерова, Алексея Иванова. Это будет громадный, бесконечный список. Но одним из таких шаманов, мимо которых нельзя пройти (не совсем литературы, но кино), я бы назвал Алехандро Ходоровского с его «Танцем реальности».

Какая школа йоги вам близка кроме вашей?

Мне нравится Аштанга-виньяса с ее безостановочным процессом: начал практиковать — и полтора часа находишься в потоке, пока не упал в Шавасане на коврик.

Как вы хотите умереть?

Строго в соответствии с естественным порядком вещей — сначала дед, потом отец, за ним сын — не раньше и не позже этого порядка. И, конечно, достойно.

Кем вы хотите быть в следующей жизни?

Я не уверен насчет следующей жизни. По крайней мере я хочу сосредоточиться пока на этой, а что там дальше будет — да какая, собственно, разница!

Какая ваша мантра по жизни — главное правило, которым вы руководствуетесь?

Действуй, вибрируй Космос, и все, что нужно, придет. Сначала Кабир пел: «Рам, Рам, Рам (Бог, Бог, Бог), теперь Бог поет: «Кабир, Кабир, Кабир».