

AMORUL TANTRIC

OSHO RAJNESH

“Celălalt este în realitate o poartă. Și astfel, actul amoros cu o femeie este de fapt actul amoros cu întreaga Manifestare”.

Sigmund Freud a spus la un moment dat că omul se naște ca ființă nevrotică. Nu este tocmai neadevărat. De fapt, omul nu se naște ca ființă nevrotică, ci este integrat unei societăți nevrotice, care mai devreme sau mai târziu îl împinge spre nebunie. Omul se naște ca ființă normală, firească și pură. De îndată ce un copil este încadrat societății, el este expus în mod neputincios influențelor sale nevrotice.

În starea în care ne aflăm acum, sîntem cu toții ființe nevrotice. Iar această nevroză își are originea într-o profundă scinziune: tu nu mai ești unul singur, ci doi și chiar mai mulți. Aceste lucruri trebuie înțelese foarte bine, pentru că numai așa putem înainta pe calea tantrică. Gîndurile și sentimentele tale sînt două lumi diferite și în aceasta constă nevroza. Lumea gîndurilor și lumea sentimentelor tale nu mai sînt legate una de alta. Te-

ai identificat complet cu lumea gîndurilor tale și te-ai desprins de lumea sentimentelor. Dar sentimentele sînt mai adevărate decît gîndurile, mai autentice. Sentimentele sînt mult mai aproape de ființa naturală decît orice gînd. Tu ai fost născut cu o inimă simțitoare, în timp ce gîndirea ta a fost cultivată în mod artificial și antrenată ca atare de către societate. Iar această lume a sentimentelor ai reușit s-o înăbuși complet.

Chiar și acum cînd spui că simți ceva, de fapt doar gîndești că simți. Sentimentul pur a fost ucis, și anume din motive foarte precise. Un nou-născut este o ființă sensibilă – el simte lucrurile – pentru că el nu este încă o ființă gînditoare. El este o ființă absolut naturală, ca toate celelalte, ca un copac sau un animal. Însă apoi începem să formăm copilul, să-l cultivăm și astfel el însuși învață să-și reprime sentimentele, pentru că altfel ar întîmpina permanent greutăți. Copilul nu mai poate țipa cînd vrea să țipe, pentru că părinții se supără, muștrîndu-l și amenințîndu-l că nu-l vor mai iubi. El nu este acceptat așa cum este ci trebuie să se conformeze modelului ideologic al părinților și să corespundă idealurilor acestora. Numai atunci va fi iubit.

Așa cum este nu poate fi iubit. Copilul poate fi iubit numai dacă respectă anumite precepte, care și ele sînt impuse, neveninid în mod firesc. În acest mod ființa

naturală este tot mai mult reprimată, fiind înlocuită cu ceva nenatural, răzvrătit. Acel ceva “nenatural” este caracterul, gândirea. Și cîndva mai tîrziu vine un moment, cînd distanța dintre lumea gândurilor și lumea sentimentelor este atît de mare, încît o conciliere devine imposibilă. Iar din acel moment nu mai știți ce a fost cîndva ființa naturală din voi și ve a mai rămas din ea. Ați devenit niște măști, niște false personalități și ați uitat fața voastră originară. Mai mult decît atît, voi înșivă vă temeți deja să simțiți ceea ce ține de originar, pentru că știți că atunci întreaga societate se va împotrivi. Voi înșivă veți ajunge să vă împotriviți naturii voastre adevărate.

Aceasta este o stare absolut nevrotică. Deja nu mai știți ce vreți și care sunt necesitățile voastre reale – și de aceea încercați să satisfaceți necesități false. Numai o inimă sensibilă poate să vă clarifice care sunt necesitățile voastre adevărate. Înăbușind nevoile voastre autentice, veți reuși să produceți altele neautentice. De exemplu, începeți să mîncăți prea mult, vă îndopați cu mîncare fără să aveți senzația că v-ați săturat. Nevoia voastră reală este de iubire și nu de mîncare. Într-adevăr există o legătură fundamentală între iubire și mîncare, în sensul că dacă nevoia de iubire nu este satisfăcută, ea se transformă într-un surogat – nevoia de a mîncă. Dar veți putea mîncă oricît de mult veți dori, fără ca necesitatea să fie vreodată

satisfăcută, pentru că dintr-nceput ea nu a fost autentică. Pierdem vremea încercînd să satisfacem nevoi neautentice și este clar că astfel nu putem fi niciodată satisfăcuți.

Tu vrei pur și simplu să fii iubit. Aceasta este o necesitate firească și fundamentală, dar care poate fi orientată greșit. De exemplu, în încercarea de a atrage atenția altora asupra ta, poate să iasă la iveală nevoia adevărată de iubire. Tu vrei să fii observat și admirat de către alții, devii deci un politician căruia masele îi acordă atenție. Dar pentru că adevărata ta necesitate este năzuința de a fi iubit ar putea o lume întreagă să-ți acorde atenția, fără ca necesitatea ta fundamentală să fie cîtuși de puțin satisfăcută. Dorința ta poate fi implinită doar de către acea unică persoană, care iubindu-te îți oferă întreaga ei atenție.

Cînd iubim pe cineva cu adevărat îi acordăm toată atenția noastră. Există o strînsă legătură între respect și iubire, căci dacă înfrîngem în noi nevoia de iubire, se creează prin compensație o falsă nevoie: dorim să fim respectați de ceilalți. Dar și cînd aceasta se întîmplă tot nu sîntem mulțumiți. Nevoia aceasta este falsă și ruptă de adevărata nevoie naturală. Această sciziune în personalitate este nevroza.

Tantra este un concept absolut revoluționar – cel mai vechi și cel mai nou în același timp. Tantra aparține celei mai vechi tradiții, dar este în același timp și total

netradițională: după concepția tantrică noi ne irosim viața dacă nu reușim să ne vindecăm și să devenim întregi. Tantra spune că nu avem voie să rămânem în această stare de sciziune. Trebuie să devenim un întreg.

Ei bine, cum să facem aceasta? Poți să te gîndești cît vrei la această problemă, că tot nu te va ajuta cu nimic, pentru că însăși gîndirea este precesul care te dedublează. Gîndire înseamnă analiză, gîndirea separî lucrurile. Sentimentele le unesc, le purifică și produc sinteza lor.

Deci veți putea chibzui pînăla adînci bătrîneți, citind cărți și reflectînd asupra lor, fără ca ceva să se schimbe, pentru că singurul lucru ce te poate ajuta, este să ajungi în centrul tău afectiv. Dar nu este atît de simplu, pentru că dacă începem să ne gîndim la centrul nostru afectiv, gîndim din nou. Dacă spui cuiva “Te iubesc”, fii atent să observi dacă este doar un gînd, sau un sentiment. Dacă este doar un gînd atunci scapi esențialul. Un sentiment apare din totalitatea ta – tot corpul și spiritul tău, tot ceea ce reprezînți tu participă la aceasta. La producerea unui gînd participă numai capul și nici acela în totalitatea sa, ci doar parțial. Capul produce un gînd care este trecător și care chiar în următorul moment poate dispărea. Numai o parte a creierului este angrenat și de aici nefericirea continuă de a lansa, pe baza unor trecătoare și fragmentare gînduri, jurăminte de dragoste pe

care să nu le putem onora. Poți să spui de exemplu: “Te iubesc acum și pentru totdeauna”, dar a doua parte a declarației tale este opromisiune pe care n-o poți ține, pentru că se bazează pe o frîntură de gînd la care ființa ta nu participă în întregime. Și ce vei face în momentul cînd a trecut? Promisiunea ta va deveni o datorie, o închisoare.

Sartre spune la un moment dat că în ultimă instanță nici o promisiune nu poate fi respectată.

În stadiul în care sînteți nu puteți promite nimic., pentru că nu sînteți o unitate integrală. Promisiunea este întotdeauna făcută doar de o parte din voi și ce vă veți face atunci cînd această parte va fi detronată și o alta va lua sceptrul în mînă? Cine să mai ducă la bun sfîrșit promisiunea? Atunci deveniți niște fățarnici, încercînd cu îndîrjire să vă prefaceți că împliniți promisiunea. În cazul acesta totul este minciună.

Tantra spune că trebuie să revenim în centrul nostru afectiv, în centrul inimii. Dar cum?

Cu aceasta încep comentariul sutrelor. Fiecare sutră se străduiește să vă vindece și să vă păstreze întregi.

Prima sutră:

***La începutul unirii sexuale
îndreaptați atenția
asupra focului de început
și menține-te în el
pentru a evita văpaia cea mare
a sfârșitului.***

Sexul poate aduce mulțumire profundă și poate să te readucă la ființa ta adevărată, naturală, la întregul originar și anume din mai multe motive. Aceste motive trebuie bine înțelese. Un motiv este acela că sexul este o experiență atât de totală, încât te scoate din echilibru. De aici și frica de sex.

Voi v-ați identificat cu gândurile și cu mintea voastră, ori sexul este tocmai treaba la care îți pierzi mintea. Îți pierzi capul, el nu mai joacă nici un rol. Toată rațiunea, întreaga desfășurare a gândurilor este suspendată. Și dacă nu se întâmplă așa, atunci nu este vorba de sex adevărat, autentic. Atunci nu ajungi nici la orgasm și nu găsești nici împlinire. Atunci chiar actul erotic devine o chestiune locală, o problemă a minții – asta se întâmplă cu voi.

Obsesiile sexuale ale lumii contemporane nu provin din faptul că potențialul sexual al omenirii ar fi crescut, ci din faptul că voi înșivă nu mai reușiți să vă deschideți total experienței sexuale. De fapt omenirea era în trecut mult mai dotată din punct de vedere sexual și de aceea nici nu exista această dependență obsedantă. Această poftă vulgară după sex nu arată decît că ceea ce este autentic nu mai are loc, ci se practică numai un fel de pseudo-sex. Gîndirea omului modern este dominată de sex tocmai pentru că actul sexual autentic nu mai are loc. Sexualitatea însăși a fost împinsă spre cap. Ea a devenit o gimnastică a minții. Numai la ea vă gîndiți.

La mine vin oameni, spunînd că se gîdesc tot timpul la sex. Le face plăcere să se gîndească la sex, să citească despre asta, să se uite la poze pornografice – este ceea ce savurează. Dar în momentul cînd sînt confrunțați direct cu această problemă, își pierd brusc interesul. Devin chiar impotenți. Ei percep această energie vitală doar atunci cînd se gîdesc la ea. Și de îndată ce trebuie să se cufunde cu adevărat în actul amoros, ei simt că pierd energia și dorința de a reuși. Ei se simt morți în propriile corpuri.

Ce se întâmplă cu oamenii aceștia?

Actul erotic a devenit o chestiune mentală. Ei nu mai pot să-l facă, ci pot doar să se gîndească la el. Actul sexual presupune ca întreaga ființă să fie implicată și

de îndată ce totalitatea ființei trebuie să participe, capul devine neliniștit pentru că nu mai este stăpîn pe situație. Nu mai deține controlul.

În Tantra actul amoros este folosit pentru a vă unifica. Pentru aceasta trebuie să uitați tot ce ați auzit și învățat vreodată despre sex: tot ce v-a predicat societatea, biserica, religiile și profesorii. Uitați tot și dezvoltați-vă total în act. Uitați de orice control; controlul este un obstacol, dați-vă frîu liber. Nu încercați să vă păstrați controlul, ci lăsați-vă luați de val ca și cînd ați fi înnebunit de-a binelea. Această stare fără gînduri, fără intelect, seamănă într-adevăr cu nebunia.

Deveniți trup, deveniți animal, pentru că animalul din voi mai este încă întreg și nevătămat. Pentru omul modern, așa cum este construit el, sexul pare a fi cea mai ușoară cale de mîntuire, avînd în vedere faptul că centrul sexual este cel mai profund centru biologic al ființei.

Prin sex apăreți în lume, fiecare celulă este o celulă sexuală. Corpul vostru este forma de manifestare a energiei sexuale. Prima sutră spune:

***La începutul unirii sexuale
Focalizează-ți atenția
asupra focului de început
și menține-te în el***

***pentru a evita văpaia cea mare
a sfîrșitului.***

În aceasta constă întreaga diferență. Pentru voi actul sexual este o ușurare și de aceea vă grăbiți să scăpați de această energie. Scăpînd de această energie suplimentară vă simțiți ușurați. Dar satisfacția pe care voi o resimțiți nu este decît epuizare. Energiile excedentare duc la tensiuni, omul devine agitat dorind să acționeze împotriva acestei stări de lucruri. Scăpînd de aceste energii, vă simțiți epuizați, și luați această epuizare drept relaxare. Dar acest tip de relaxare este negativ. Dacă voi reușiți să vă destindeți doar pieryînd această energie, atunci prețul este prea mare. Iar în plus, nu veți decît o destindere pur fizică, care nu poate fi atît de profundă încît să atingă nivelele spirituale.

Prima sutră spune deci că nu trebuie să ne grăbim să ne atingem scopul. Rămîneți la început. Actul sexual cuprinde două părți – jocul amoros și ejacularea. Rămîneți la jocul amoros, pentru că în această fază sînteți relaxați, mai degrabă încălziți decît fierbinți. Și nu vă grăbiți să vă stingeți scopul. Încercați să uitați complet scopul.

***La începutul unirii sexuale
focalizează-ți atenția***

asupra focului de început

În timp ce urcă energia, nu irosiți nici un gând pentru a o perturba, ci rămâneți așa lăsând energia să vă inunde. Nu năzuiți să ejaculați, uitați complet de asta. Trăiți cu toată intensitatea căldura preludiului și contopiți-vă cu iubitul sau iubita, ca și când ați fi devenit o singură persoană. Realizați un circuit energetic.

Există trei posibilități – doi îndrăgostiți pot reda în timpul actului sexual trei constelații geometrice diferite. Poate că ați mai auzit despre acestea, sau ați văzut unul dintre acele vechi desene alchimeice, în care un bărbat și o femeie goală sînt reprezentați în cadrul a trei figuri geometrice. Primul desen este un pătrat, al doilea un triunghi și al treilea un cerc.

Aici este vorba de una din vechile analize alchimice și tantrice ale actului amoros. La un act sexual normal nu participă două, ci patru “persoane”, ceea ce este exprimat printr-un pătrat. Se formează patru unghiuri, pentru că fiecare din cei doi parteneri este scindat în două jumătăți, o lume a gândurilor și o lume a sentimentelor. Deci la un act sexual obișnuit, nu se vor întîlni două persoane ci patru, și aceasta este o experiență în care nu se petrece niciodată întîlnirea profundă a celor doi. Este o afacere în patru colțuri iar întîlnirea rămîne absolut superficială. Pare a fi o întîlnire, dar nu este de fapt, neputînd avea loc

o comuniune, pentru că nici unul dintre parteneri nu atinge nivelele mai profunde ale celuilalt. Se întîlnesc două minți, două lumi raționale, dar nu lumile lor afective; această dimensiune le rămîne ascunsă și străină.

Al doilea tip de întîlnire este exprimat printr-un triunghi. Cei doi îndrăgostiți sînt reprezentați prin cele două puncte ale bazei orizontale, iar aceste două puncte devin brusc și pentru scurt timp unul singur; cei doi devin punctul din vârful triunghiului.

Pentru un moment vă pierdeți individualitatea separată și deveniți un întreg. Este mai bine decît să formați un pătrat, pentru că reușiți să vă contopiți măcar pentru o singură clipă, iar această unitate vă umple de putere și energie. După aceea vă simțiți din nou tineri și proaspeți.

Dar a treia constelație este cea mai bună, iar aceasta este de fapt modul de întîlnire al tantricilor. La această întîlnire se încheie un cerc. Un cerc nu are colțuri și astfel întîlnirea nu va dura doar o singură clipă, ci ea va fi nelimitată. Timpul nu mai joacă nici un rol. Dar aceasta este posibil doar dacă nu urmăriți cu orice preț să ejaculați. Dacă tindeți spre punctul culminant, totul devine un triunghi, pentru că după ejaculare se pierde punctul de contact.

Rămîneți la preludiu, nu vă năpăstuiți asupra sfîrșitului.

Cum trebuie să procedăm? Pentru a rămîne în faza de început, nu trebuie să punem multe lucruri la inimă. În primul rînd nu concepeți actul amoros ca pe un mijloc de a ajunge undeva. Nu-l folosi ca mijloc pentru a ține un scop. Actul amoros este în sine un scop, și nu mai urmărește altul. Nu este un drum care să te ducă undeva.

În al doilea rînd, nu vă gîndiți la viitor, ci rămîneți în prezent. Cine nu reușește să se mențină în prezent în timpul preludiului acela nu va reuși să se mențină în prezent nici în viață. Și trebuie să fie așa, pentru că stă în natura actului erotic să vă arunce în prezent. Rămîneți în prezent, savurați întîlnirea a două corpuri, a două suflete și contopiți-vă! Prin căldura inimii și prin iubire, încercați să creați o situație în care să vă puteți contopi unul în celălalt.

De aceea atunci cînd nu iubiți persoana cu care vă culcați, simțiți nevoia să vă grăbiți. Celălalt este doar folosit, celălalt este doar mijlocul pentru atingerea scopului. Și partenerul la rîndul lui se folosește de voi în același mod. Vă exploatați reciproc, fără să ajungeți să vă contopiți. Dacă vă iubiți veți reuși să vă dizolvați unul în celălalt, și această dizolvare din timpul jocului amoros vă va aduce tot felul de revelații profunde.

Cu cît vă veți grăbi mai puțin să finalizați actul amoros, cu atît va deveni totul mai puțin sexual și din ce în ce mai spiritual. Chiar și organele genitale se contopesc, iar energiile celor două corpuri intră într-o stare de unire profundă și liniștită care se poate menține ore în șir. Acest nivel al comuniunii voastre va deveni tot mai adînc. Dar nu vă gîndiți la asta, savurați clipa și rămîneți contopiți unul în celălalt. Cîndva această stare se va transforma în extaz, în samadhi. Cînd ați aflat ce este această stare, cînd o veți putea simți și recunoaște, atunci veți pierde dorința după sex. Atunci puteți deveni brahmacharis (cei ce practică abstenența sexuală). Ceea ce veți prin sex va fi inocență.

Poate părea contradictoriu, pentru că noi întotdeauna ne-am închipuit că cel care practică abstenența sexuală nu trebuie să aibă de-a face cu sexul opus și că trebuie chiar să-l evite pe cît posibil. De aici va decurge o falsă pudoare, pentru că preocupările noastre mentale vor fi în continuare legate de sex. Și cu cît evităm mai mult sexul, cu atît ne preocupă mai mult, pentru că sexul este o necesitate existențială.

Tantra spune că nu trebuie să evadăm și să ne sustragem sexului (pentru că aricum n-am avea nici o șansă) – ci urmăm calea naturală, care ne va ajuta să o și depășim. Nu luptați împotriva propriei voastre naturi.

Acceptați-o dacă vreți s-o depășiți. Dacă reușiți să vă mențineți în starea de comuniune cu partenerul, fără a urmări un scop anume, atunci vă veți putea menține ore în șir în faza de început a actului sexual. Tensiune înseamnă energie. O puteți pierde atingând punctul culminant, apoi sînteți goi și cădeți într-o stare de epuizare depresivă. Voi vedeți în aceasta o destindere, cînd de fapt este o stare negativă.

Tantra vă va purta către o dimensiune înaltă a relaxării și această dimensiune este pozitivă. În unire deplină partenerii își dau unul altuia energie. Ei fac un cerc, în care energia îi inundă circular. În felul acesta ei își dau viața unul altuia și își îmbrospătează energia vitală. Nu se pierde energie, din contră partenerii primesc mereu energie nouă, pentru că acest contact stimulează fiecare celulă în parte. Și dacă reușiți să vă dedați acestor stimulări, erotice, fără să stingeți punctul culminant; rămînînd deci la faza de început și fără să vă înfîrbîntați, schimbînd numai căldură între voi, atunci reușiți cu adevărat să vă cunoașteți (întîlniți).

Actul amoros se poate prelungi foarte mult timp. Fără ejaculare, fără a risipi energie în mod stupid, actul devine meditație, și, prin aceasta redeveniți o unitate înseamnă sciziune. De îndată ce ea a fost anulată, veți putea urma regulile societății fără să vă mai identificați cu

ele, jucîndu-vă pur și simplu rolul.

Veți fi chiar siliți să purtați măști, pentru că trăiți într-o lume ipocrită care altfel v-ar strivi, v-ar anihila. Oamenii puri, autentici, chipurile originare, sînt mereu și mereu distruse. Noi l-am răstignit pe Iisus, pentru că s-a comportat autentic, lucru pe care societatea în ipocrizia ei nu l-a putut suporta. Noi l-am otrăvit pe Socrate pentru că a început să fie cu adevărat onest.

Comportați-vă așa cum vă cere societatea. Nu vă aduceți pe voi înșivă și pe alții în mod inutil în situații grele. De îndată ce ați cunoscut natura adevărată a ființei voastre și unitatea sa internă, societatea nu vă va mai împinge spre alienare, făcînd din voi niște nevrotici.

***La începutul unirii sexuale
îndreaptăți atenția
asupra focului de început
și menține-te în el
pentru a evita văpaia cea mare
a sfîrșitului.***

Dacă ajungeți la ejaculare și vă risipiți energia, atunci se stinge și focul. Ați pierdut energia pur și simplu, fără să cîștigați nimic în schimb.

A doua sutră:

***Într-o astfel de îmbrățișare
simțurile tale freamătă (se înfioară)
ca frunzele în timpul furtunii.
Fii tu însuși acest freamăt.***

Dacă se întâmplă ca în timpul unei astfel de îmbrățișări, unei astfel de comuniuni profunde cu iubita ta, simțurile tale să freamăte ca frunzele în timpul unei furtuni, atunci menține-te în acest freamăt.

Încă ne mai este frică, chiar și atunci când ne iubim. Nu permitem corporilor noastre libertate de mișcare, pentru că dacă le permitem să facă ce vor, sexualitatea se va răspîndi peste tot în corp. Atîta timp cît sexualitatea este limitată la centrul sexual, treaba mai este sub control – capul vostru ține totul în frîu. Dar atunci când tot corpul este inundat de plăcere, pierdeți controlul. Atunci se poate întâmpla chiar să tremurați din tot corpul și să urlați tare, pentru că corpul vostru a preluat conducerea și capul nu mai are nimic sub control.

Noi reprimăm exprimarea liberă în mișcări. În mod deosebit a fost reprimată libertatea de expresie a femeilor, peste tot în lume. Ele nu au voie să se înfioare, să se miște și rămîn încremenite ca niște cadavre. Bărbatul are toată inițiativa, iar partenera rămîne neclintită, pasivă. Cum s-

a ajuns pînă aici? De ce stăpînesc bărbații astfel femeia peste tot în lume?

Din teamă că de îndată ce tot corpul femeii ar fi cuprins de fior, bărbatul n-ar mai putea-o satisface. Și asta pentru că femeia poate atinge nenumărate orgasme, iar bărbatul nu. Un bărbat atinge doar o dată punctul culminant, pe cînd femeia poate avea un orgasm după celălalt. Se cunoaște faptul că ea poate atinge un adevărat lanț de orgasme. Fiecare femeie poate avea cel puțin trei orgasme unul după celălalt, iar bărbatul numai unul. La aceasta se mai adaugă și faptul că femeia este stimulată de orgasmul bărbatului, de a mai avea în continuare orgasme. Și în aceasta constă dificultatea. Cum să se descurce bărbatul într-o astfel de situație?

Urmarea este că femeia are imediat nevoie de alt bărbat, pentru că sexul în grup este tabu. Peste tot în lume oamenii au avut grijă să instaureze sisteme sociale monogame. Părerea generală a oamenilor este că, este cel mai sănătos lucru ca femeia să fie stăpînită în acest mod și pentru totdeauna. De aceea nu este de mirare că 80-90% din femei nu știu ce este acela un orgasm. Pot naște copii, asta este O.K. ele pot să-și satisfacă bărbații, și asta este în ordine, dar ele însele rămîn mereu nesatisfăcute. De aceea este aproape natural că femeia peste tot în lume suferă de o așa amărăciune, o așa frustrare; este clar că necesitatea ei

existențială nu este satisfăcută.

Ai sentimentul minunat atunci când în timpul actului sexual începi să tremuri, pentru că astfel energia se poate distribui în tot corpul. Ea inundă fiecare parte a corpului cu o vibrație, la care participă în mic fiecare celulă. Atunci fiecare celulă pare însuflețită pentru că fiecare celulă este de fapt o celulă sexuală.

În momentul când sînteți concepuți, se unesc două celule sexuale din care se naște corpul vostru. Ele s-au înmulțit la milioane, dar celula fundamentală rămîne o celulă sexuală. Atunci când începe tot corpul să tremure, are loc nu numai întîlnirea voastră cu partenerul, ci și întîlnirea fiecărei celule cu perechea ei. Această înfiorare este expresia faptului că s-a întîmplat întocmai. În această stare păreți a fi devenit animale – dar omul este un animal și nu-i nimic rău în asta.

***Într-o astfel de îmbrățișare
simțurile tale se înfioară
ca frunzele în timpul furtunii.
Devin-o tu însuși această înfiorare.***

Este ca și când o furtună reușește să zguduie copacul pînă la rădăcină, astfel că fiecare frunză se cutremură.

Fiți ca și copacul – lăsați furtuna să vină. Iar sexul este o astfel de furtună, o energie uluitoare care vă învăluie. Termurați! Vibrați! Lăsați fiecare celulă a corpului să danseze. Aceasta este valabil pentru ambii parteneri. Și partenerul vibrează pînă la ultima celulă. Numai atunci vă puteți întîlni, iar această întîlnire nu se realizează la nivelul gîndurilor, ci într-o întîlnire a două energii corporale.

Deveniți această înfiorare și nu vă despărțiți de ea, nu fiți spectatori – pentru că spectator este doar rațiunea. Nu încercați să vă postați deasupra situației. Deveniți această înfiorare, pentru că atunci nu se înfioară doar corpul, ci toată ființa ta, tu însuși devii fiorul. Atunci nu vor mai exista două corpuri, cu două viziuni diferite.

La începutul unirii sexuale sînt două energii care vibrează, care se întîlnesc, iar la sfîrșit este un cerc. Cei doi nu mai există.

Ce se întîmplă când se închide un astfel de cerc?

Mai întîi devii brusc parte a forței dezlănțuite a naturii, nemaifiind un mecanism rațional format de societate, ci o adevărată putere existențială. Devii o parte a nesfîrșitei totalități. În această cutremurare devii parte a întregului cosmos și aceastăa este un moment de uluitoare creație. Tu și iubita ta nu mai sînteți substanță solidă deveniți alunecoși, energiile curg unele într-altele, vă

pierdeți rațiunea. Toate procesele mentale încetează, în sfârșit nu mai sînteți scindați și ați devenit o unitate. Această anulare a dualității se numește advaita. Dacă nu atingeți această stare, atunci nici un fel de alte filosofii despre non-dualitate nu vă vor ajuta, vor fi doar cuvinte goale. Dar cînd ați trăit anularea dualității la nivel existențial, veți putea înțelege Upanishadele și pe mistici cînd vorbesc despre “uniune cosmică” și “a fi un întreg”. Atunci veți înțelege ce înseamnă să nu trăiești izolat de lume, să nu fii un străin pe acest pămînt, să te simți în univers ca la tine acasă. Și în acest sentiment de “mă aflu în această existență ca la mine acasă” dispar orice fel de griji. Nu va mai exista suferință, nici frică, nici vreun conflict. Aceasta este ceea ce Lao se numește “tao” și Shankara “advaita”. Vă puteți găsi chiar voi înșivă o denumire pentru această stare – dar pentru a o avea, trebuie să intrați cu profundă iubire în actul sexual, să fiți vioi, să tremurați, să vă înfiorați, să deveniți fiorul însuși.

A treia sutră:

***Singură amintirea
unității,
fără acea îmbrățișare
aduce transformarea (devenirea).***

Odată ce ați experimentat asta, nici nu mai aveți nevoie de partener. Trebuie doar să vă reamintiți actul sexual și senzația respectivă vă apare din nou. Dar mai întîi trebuie să fi trăit acest sentiment. Dacă l-ați trăit, puteți să-l mai produceți și fără partener. Nu este prea simplu, dar este posibil. Atîta vreme înșă cît nu s-a produs, sînteți dependent de un partener. Și sînt mai multe motive pentru care această trăire apare și independent de partener.

Odată ce ați trăit sentimentul acesta cu un partener, aproape că nici nu mai trebuie să existați pentru el. De îndată ce ați devenit energie care vibrează în cerc, ați înțeles că de fapt partenerul nici nu mai există. Exiști doar tu pentru tine – la fel și partenerul există doar pentru el. Această unitate rezidă în temeiurile cele mai profunde ale fiecărui om.

Femeilor le vine mai ușor să atingă această stare, pentru că ele au de la natură pornirea de a închide ochii în timpul jocului amoros. La această tehnică este bine să țineți ochii închiși, pentru că este mai ușor să te concentrezi astfel asupra unității date de circuitul energetic creat.

Închideți ochii, așezați-vă, ca și cînd partenerul ar fi lîngă voi, aduceți-vă aminte cum a fost și intrați în starea respectivă. Dacă corpul vostru începe să se înfioare și să

vibreze, nu-l împiedicați. Uitați complet că partenerul nu este de față și mișcați-vă ca și când el ar fi. Numai la început vă veți comporta ca și când partenerul ar fi de față. Dar de îndată ce știți ce urmează, nu mai este o autosugestie. Atunci “celălalt” este cu adevărat lângă voi.

Mișcați-vă ca și când ați face dragoste. Faceți tot ceea ce faceți de obicei, țipați, unduiți-vă, tremurați. Și imediat o să observați că se restabilește cercul. De data aceasta însă cercul nu mai este realizat cu o femeie sau cu un bărbat. Tot universul devine femeia ta, dacă ești bărbat, și bărbatul tău dacă ești femeie. În acet moment vă aflați într-o profundă comuniune cu existența însăși, fără ca celălalt să vă fie poarta de intrare.

Celălalt este în realitate o poartă. Și astfel este actul amoros cu o femeie, actul amoros cu întreaga existență. Femeia este o poartă și astfel este și bărbatul. Celălalt reprezintă intrarea în totalitate, dar sînteți atît de grăbiți că nu observați asta niciodată. Reușind să rămîneți cîteva ore în comuniune cu celălalt, într-o adîncă îmbrățișare, uitați de celălalt și deveniți o ramură prelungită a existenței. Dacă ați trăit vreodată așa ceva, puteți folosi această tehnică și când sînteți singuri și astfel ați mai cîștigat o libertate – libertatea față de celălalt.

De fapt întreaga existență devine un celălalt, devine iubita ta, iubitul tău și de aceea poate fi folosită această

tehnică oriunde este posibil să te menții într-o comuniune continuă, neîncetată, cu totalitatea. Când ai ajuns atît de departe, poți face asta și la alte dimensiuni. Poți s-o faci de exemplu în timpul plimbării de dimineața, venind astfel într-o legătură intimă cu aerul dimineții, cu soarele care răsare, cu stelele care pălesc și cu copacii. Noaptea puteți s-o faceți privind la Lună. Când veți ști cum să procedați veți ști să iubiți tot universul.

Dar trebuie început totuși cu un om; ființele umane vii sînt cele mai apropiate. Ele sînt manifestarea universului vostru celui mai familiar, dar nu și indispensabil. Puteți să faceți saltul uitînd de poarta care vă conduce spre cer.

***Amintirea însăși
asupra unității
aduce transformare.***

Și veți fi cu adevărat transformați, veți fi ca și născuți a doua oară. Tantra folosește sexul ca pe un vehicol. Sexul este energie și poate fi folosit ca un bun mijlocitor. Sexul poate să vă transforme fundamental, transpunîndu-vă în sfere transcendente.

Dar așa cum se practică sexul în mod obișnuit este o eroare care nu poate duce nicăieri. Această modalitate este

falsă și nefirească. În cazul acesta sînt chiar și animalele mai istețe ca noi. Ele se comportă natural. Noi sîntem pervertiți. Insistența cu care societatea v-a băgat în cap că sexul este un păcat, v-a blocat în interior și asta nu vă permite să fiți relaxați și totali în ceea ce faceți. Vă implicați oarecum parțial; dați vina pe sex în mod greșit și în felul acesta contaminați și generațiile viitoare. Tînăra generație susține ce-i drept că nu mai este apăsată de prejudecăți, că nu are obsesii sexuale, că nu cunoaște tabu-uri; în realitate conștiința tinerilor nu se poate debarasa atît de ușor de toate aceste blocaje. Această anti-atitudine v-a fost insuflată de secole. Trecutul omenirii trăiește în voi. Chiar dacă în mod conștient nu considerați sexul un păcat, totuși subconștientul vostru este tentat să condamne energia sexuală. Nu reușiți să intrați cu toată ființa într-o relație amoroasă, întotdeauna ceva rămîne pe dinafară; și acel ceva cauzează scindarea în personalitate.

După Tantra trebuie să vă dăruiți total, să uitați pur și simplu de voi, de civilizație, de religie, cultură și de ideologii. Uitați de tot și de toate și dăruiți-vă plenar actului amoros! Goliți-vă de gânduri. Numai atunci puteți percepe că ați devenit una cu partenerul. Și acest sentiment de unitate poate fi detașat de persoana fizică a partenerului și dăruit întregului univers. Puteți fi într-o relație amoroasă cu un copac, cu Luna, cu orice altceva. Cînd veți cunoaște

cum se realizează cercul energetic, îl veți produce fără nici un ajutor. Poți chiar produce cercul energetic în tine, pentru că omul are în sine atît esența masculină, cît și pe cea feminină. Tu îi cuprinzi pe amîndoi, pentru că te-ai născut dintr-un bărbat și o femeie, deci ai cîte o jumătate de la fiecare.

Poți să-i uiți pe toți ceilalți și să închizi cercul energetic în propria interioritate. De îndată ce s-a întîmplat asta – iar bărbatul tău interior a cunoscut femeia ta interioară – te vei afla într-un act erotic cu tine însuși. Și cînd s-a închis cercul în felul acesta, te păstrezi cu adevărat în abstenență. Toate celelalte forme de abstenență nu sînt decît perversiuni care aduc cu sine probleme specifice. Doar cînd cercul s-a închis în propria persoană, ai obținut libertatea.

Învățătura tantrică spune că sexul este cea mai mare încătușare dar tocmai această încătușare poate fi folosită ca instrument pentru obținerea celei mai înalte libertăți. Tantra spune că poți folosi și otravă ca medicament, dacă ești suficient de înțelept.

Deci nu condamnați nimic! Folosiți orice, găsiți căi pentru a folosi și transforma lucrurile. Tantra înseamnă o acceptare profundă și totală a vieții și se dovedește a fi o metodă unică în felul ei. N-a existat niciodată, în nici o țară din lume ceva asemănător. Tantra spune – nu vă

debarasați de nimic, nu vă împotriviți, nu creați conflicte, pentru că fiecare formă de opoziție vă distruge pe voi înșivă.

Toate celelalte religii sînt împotriva sexului, dintr-un fel de teamă, pentru că sexul generează o energie copleșitoare. Cel care se dedă acestor practici, nu mai prea este aici, și nici știe unde-l mai poate duce valul. Frica interioară te obligă să gîndești astfel - “Încearcă să crezi o barieră între tine și acest flux energetic și nu permite acestei energii vitale să pună stăpînire pe tine. Încearcă tu s-o stăpînești pe ea”.

Numai Tantra spune că ideea acestei supremații este închipuită și bolnăvicioasă și că de fapt nu te poți disocia de această energie. Această energie ești chiar tu! De aceea orice scindare este nenaturală, samavolnică și voluntară! În realitate ea este imposibilă, pentru că tu însuți ești acest flux energetic, sau o parte din el, un val în această curgere.

Bine înțeles că poți să devii rigid și să te separi de flux, dar această crispă a ta va duce doar la o atrofiere a sensibilității. Lumea este compusă din astfel de oameni abrutizați. Nici un om nu mai este cu adevărat vivace. Sînteți bucăți de gheață, purtate și ele mai departe de curgerea vieții. Topiți-vă. Tantra spune că trebuie să vă topiți. Nu fiți niște ice-berguri. Topiți-vă și deveniți una cu fluxul vieții. Fiți conștienți cînd deveniți una cu acest

curent energetic. Simțiți contopirea și veți fi transformați. Iar transformarea va fi cu siguranță totală. Această transformare nu se va produce prin luptă și conflict, ci printr-o reală conștientizare.

Aceste trei tehnici de Tantra sînt pur științifice – și dacă le aplicați, sexul va deveni altceva decît cunoașteți voi. Atunci sexul nu mai poate fi o ușurare momentană și energia nu mai poate fi pierdută. Atunci actul de iubire devine nesfîrșit. Devine un cerc meditativ.

Iată și cîteva tehnici înrudite:

***Cînd întâlnești un prieten
pe care l-ai așteptat îndelung
întîmpină-l cu bucurie
și ia toată bucuria asupra ta.***

Intră în această bucurie și devin-o una cu ea – poate fi orice bucurie, orice te face pe tine fericit. Această propoziție “întîmpină cu bucurie un prieten care ți-a lipsit” este doar un exemplu.

Pe neașteptate poți întîlni un prieten pe care nu l-ai mai văzut de zile sau ani în șir și te cuprinde brusc bucuria. Însă în loc să-ți îndrepti toată atenția asupra bucuriei, o îndrepti asupra prietenului și scapi astfel esențialul, iar bucuria ta nu va mai dura mult. Atenția ta

se concentrează asupra prietenului, începi să vorbești, să reactualizezi amintiri comune și scapi momentul spre a te bucura cu adevărat. În acest mod bucuria se pierde.

Cînd întâlnești un prieten și inima ta este inundată brus de bucurie, concentrează-te asupra acestei bucurii. Încearcă să simți plinar bucuria și fii tu însuși acest belșug de trăire. Întîmpină-ți prietenul în așa fel încît amîndoi să fiți cuprinși de bucuria voastră, în mod conștient. Lasă-ți prietenul la marginea evenimentelor, în timp ce tu rămîi în centrul acestui sentiment de fericire. Această trăire se poate realiza în orice situație.

Soarele răsare și dintr-o dată simți că și în interiorul tău răsare ceva. Uită atunci de soare, lasă-l la periferie, iar tu rămîi centrat în propria energie ascendentă. Felul în care vei reuși să te concentrezi, va declanșa răspîndirea energiei în tot corpul tău, în toată ființa ta. Și nu fi nici acum spectatorul care observă ce se întîmplă. Contopește-te în acest proces! Nu se întîmplă prea des să cunoașteți bucuria, fericirea, beatitudinea și ar fi păcat să scăpați aceste momente din cauza faptului că vă concentrați atenția asupra obiectului. De cîte ori resimțiți bucurie, aveți impresia că ea vine din afară. Prietenul apare și atunci este ca și cînd bucuria ar veni din faptul că l-ați întîlnit – ca și cînd ea s-ar datora prietenului. Dar în realitate nu este așa. Bucuria este întotdeauna în voi, iar

prietenul reprezintă doar pretextul prin care ea se poate exprima. Prietenul poate doar să vă atenționeze, că bucuria a și venit și aceasta este valabil nu numai pentru bucurie, ci pentru toate sentimentele. Pentru mînia, tristețea, durerea, fericirea voastră – așa se întîmplă cu toate lucrurile. Ceilalți oameni creează doar situația favorabilă, pentru ca sentimentele tînuite să iasă la iveală. Ceilalți nu sînt acum ce declanșează sentimentele noastre, și nu pot schimba nimic în voi. Orice s-ar întîmpla cu voi, se întîmplă din interiorul vostru, pentru că s-a aflat acolo dintotdeauna. Întîlnirea cu un prieten se constituie în ocazia de a da la iveală ceea ce este latent și ascuns în voi. Din acele izvoare tainice se manifestă ceea ce dintotdeauna a existat aici. Trebuie să rămîneți în orice situație ați fi, la sentimentele voastre cele mai intime. Și atunci veți dobîndi o cu totul altă atitudine în viață.

Aplicați această tehnică și la senzațiile voastre negative.

Cînd vă înfuriați, nu transferați furia asupra persoanei care v-a declanșat starea. Uitați de celălalt și deveniți voi înșivă furia. Simțiți furia în totalitatea sa, lăsați-o să se dezlănțuie. Nu încercați să raționalizați spunînd – “Acest individ m-a făcut mînios”. Nu acuzați pe celălalt, pentru că el este doar factorul declanșator... Fiți recunoscători! Cineva v-a ajutat să aduceți la lumină

ceva obscur și reprimat. Celălalt v-a atins tocmai un punct vulnerabil, care exista dinainte, dar într-un mod ascuns. Acum că ați fost atenționați, încercați să simțiți mai bine rana.

Folosiți această tehnică la fiecare sentiment ce va apare, fie negativ sau pozitiv și vă veți supune astfel unei transformări radicale. Fie că este pozitiv sau negativ, deveniți voi înșivă acest sentiment. Dacă este mînie, atunci mînia se va dizolva – și aceasta este diferența dintre sentimentele pozitive și cele negative.

Atunci cînd un sentiment dispare prin trăire conștientă, este vorba de un sentiment negativ. Cînd prin trăire conștientă a unui anumit sentiment, deveniți sentimentul însuși, care se dilată și vă cuprinde întreaga ființă, atunci este vorba de un sentiment pozitiv. Conștiința voastră generează efecte diferite în cele două cazuri. Dacă este un sentiment malițios, conștiința voastră se va debarasa de el. Dacă este un sentiment bun, frumos și plăcut, atunci deveniți una cu el; și conștiința voastră îl va face tot mai profund.

Aceasta este criteriul pentru mine; dacă ceva devine mai profund prin conștiința voastră, atunci este bun. Dacă însă dispare prin conștiința voastră, atunci este ceva rău. Ceea ce nu rezistă în fața conștiinței este păcatul, iar ceea ce prin conștiință crește, este virtutea. Virtutea și

păcatul nu sînt concepte impuse de societate, ci convingeri interioare.

Folosiți raza de lumină a conștiinței ca pe o lampă și întunericul va dispărea. Trebuie doar să faceți lumină și întunericul va dispărea, pentru că în realitate el nici n-a existat. Întunericul n-a fost decît o stare negativă, respectiv absența luminii. Și multe alte lucruri mai apar la lumină, pentru că ele existau dinainte.

Aceste rafturi cu cărți, acești pereți nu dispar, dacă aduc lumină în încăperea. În întuneric nu erau aici – nu erau vizibile pentru voi – dar cînd faceți lumină, dispare întunericul și apare realul.

Prin conștiință dispare tot ce este negativ precum ura, mînia, tristețea, violența, iar atunci se va revela pentru prima dată iubirea, bucuria, extazul.

De aceea sună această tehnică astfel:

***Cînd înfîlnești un prieten
pe care l-ai așteptat îndelung
întîmpină-l cu bucurie
și ia toată bucuria asupra ta.***

A cincea tehnică spune:

În timp ce mănînci și bei

*devin-o gustul însuși
și împlinește-te astfel.*

Mîncăm mereu tot felul de lucruri, pentru că altfel n-am putea trăi, dar o facem total inconștienți și în mod mecanic, ca niște roboți. Atîta vreme cît nu savurați total gustul mîncării, doar vă îndopați. Mîncăți încet și deveniți conștienți de gust – și puteți fi conștienți de el, numai mîncînd încet.

Nu înfulecați mîncarea pur și simplu. Simțiți-i gustul fără grabă. Lăsați-o să se topească pe limbă și atunci veți simți senzația aceea plăcută în tot corpul și nu numai în gură și pe limbă, ci cap pînă-n picioare. O anumită dulceață – sau ce gust va fi să fie – se va răspîndi cu niște valuri. Gustați ceea ce mîncăți și deveniți gustul însuși.

În acest punct Tantra pare a se afla în contradicție cu toate celelalte tradiții. Așa numiții Jainas spun: aswad, fără gust. În asiramul lui Mahatma Ghandi chiar, aswad era o prescripție, conform căruia nu trebuia savurat gustul mîncării. Mîncarea da, dar nu savurarea ei: “Trebuie să vă scoateți din cap ideea de a savura gustul mîncării. Mîncarea este necesară, deci asimilați-o în mod mecanic. Dorința de a gusta este o poftă lumească, deci nu gustați nimic”.

După Tantra însă, trebuie să savurăm gustul cît de mult posibil și să devenim astfel tot mai sensibili, delicați și plini de viață. Dar nu numai să fim mai simțitori, ci să devenim gustul însuși.

Practicînd tehnica “lipsei simțului gustativ ”, vă omorîți simțurile, și deveniți tot mai insensibili. Și cînd deveniți indensibili, nu vă mai puteți simți corpul – deci nici propriile senzații. Atunci vă axați doar pe cap, vă plasați centrul de greutate în cap, și asta înseamnă sciziune. Tantra spune că nu este bine să fiți scindați. Este bine și corect să gustați, să fiți simțitori, căci cu cît sînteți mai simțitori, cu atît deveniți mai plini de viață; și cu cît sînteți mai plini de viață cu atît mai multă vitalitate vă va inunda ființa interioară, căci astfel sînteți deja mai deschiși.

Bine-nțeles că puteți mîncă, fără să simțiți absolut nimic, asta nu este greu. Poți să atingi un om fără să participi afectiv – asta facem tot timpul. Cînd strîngi mîna cuiva nu o atingi cu adevărat, pentru că asta ar însemna să fii cu totul acolo, să fii tu însuși cuprins în strîngerea mîinii. Trebuie să te afunzi cu totul în degetele și palmele tale, ca și cînd tu și sufletul tău ar fi cuprinse în mînă. Numai atunci atingi cu adevărat. Dar tu te retragi atunci cînd atingi mîna cuiva și mîna ta rămîne lipsită de viață, prefăcîndu-se că atinge pe cineva; și astfel atingerea

autentică nu mai are loc.

În general ne ferim de atingeri. Ne este frică să punem mîna pe cineva, căci atingerile au devenit pentru noi expresia sexualității. Te poți afla într-un tren aglomerat și să atingi în același timp mai mulți oameni, fără ca să ai un contact cu ei, și fără ca ei să aibă vreun contact cu tine. Doar corpurile se îngrămădesc unele în altele dar sufletele sunt retrase. Diferența se simte imediat. Dacă chiar atingi pe cineva într-o adunare, respectivul va fi indignat. Corpul tău poate fi în contact cu un altul, dar tu n-ai voie să fii în corpul tău. Trebuie pur și simplu să fii în afara problemei, ca și cînd n-ai fi în corpul propriu, ci ai fi un obiect mort care atinge pe un altul.

Această lipsă de receptivitate este dăunătoare. Este dăunătoare pentru că astfel voi vă feriți de viață. Aveți o teamă îngrozitoare de moarte – cînd de fapt sînteți deja morți! Deci nu vă fie frică, nu mai trebuie să muriți, pentru că deja sînteți morți! Dar de aceea vă este frică – pentru că nu ați trăit. Ați ratat viața, iar moartea se apropie tot mai mult.

Un om plin de viață n-are niciodată frică de moarte, tocmai pentru că trăiește. Cînd vă trăiți viața cu adevărat, nu mai aveți frică de moarte, căci atunci veți putea trăi (experimenta) chiar și moartea. Cînd va veni moartea, veți fi suficient de sensibili și receptivi s-o savurați ca pe o

viață însăși. Atunci moartea va fi o experiență uluitoare.

Cînd sîntem suficient de vitali, putem să trăim inclusiv moartea și atunci nu mai există moarte. Cînd veți putea experimenta și moartea, cînd veți putea urmări cu simțurile treze moartea corpului și percepe retragerea și dizolvarea sinelui în propriul centru – cînd veți putea trăi și asta, ați devenit deja nemuritori.

***În timp ce mănînci și bei
devin-o gustul însuși
și împlinește-te astfel.***

Cînd bei apă simte întreaga răcoare. Închide ochii și bea încet, gustă fiecare sorbitură. Percepe răcoarea apei și fii una cu ea, pentru că această răcoare, pe care apa o transferă asupra ta, devine parte a corpului tău. Gura și limba ta vor prelua răcoarea apei, și vor lăsa întregul corp să participe la asta. Lasă valurile să se reverse peste întregul corp și atunci le vei simți peste tot. În felul acesta îți crește sensibilitatea și devii mai vital și mai mulțumit.

Noi sîntem frustrați, goi, nesatisfăcuți și spunem atunci că viața este nesatisfăcătoare. Dar vina este în noi. Noi nu împlinim viața noastră și nici nu ne lăsăm împliniți de ceva. Purtăm cu noi un scut de protecție, pentru că ne este frică să nu devenim astfel cadavre umblătoare.

Tantra spune: deveniți mai vitali, mult mai vitali, pentru că viața este însuși Dumnezeu. Nu există alt Dumnezeu decât viața. Deveniți vitali și veți deveni mai divini.

Fiți plini de viață și nu veți cunoaște moartea.

Tantra, calea dăruirii

“Dacă iubirea nu vă poate ajuta
să intrați în starea de meditație
atunci nimic altceva nu vă va ajuta ”

Prima întrebare:

Te rog explică-ne dacă tehnicile din “Vigyana Bhairava Tantra ”, despre care ne-ai vorbit tot timpul, sînt de fapt tehnici de yoga sau tema centrală a învățăturii tantrice?

Această întrebare și-o pun mulți oameni. Tehnicile despre care am vorbit pînă acum, sînt folosite și în yoga. În yoga, ca și în Tantra tehnicile sînt aceleași, dar există totuși o diferență. Tu poți folosi aceleași tehnici, folosind diferite filosofii ale vieții. Cadrul general, fundalul diferă, nu tehnicile în sine. Yoga are o cu totul altă viziune asupra vieții – exact pe cea opusă căii Tantra.

Yoga înseamnă luptă. Yoga este propriu zis calea voinței. Tantra se opune oricărei forme de luptă și nu este calea voinței, din contră, este calea totalei dăruiri. Pentru aceasta nu ai nevoie de voință. După Tantra voința proprie este problema și originea tuturor suferințelor, iar în yoga este exact invers. În yoga impedimentul principal este tocmai această totală abandonare a voinței.

Yoga spune că o voință slabă este sursa tuturor chinurilor și suferințelor. Tantra dimpotrivă, spune că suferința provine din voința proprie, ego și dintr-o individualitate scindată.

Yoga spune: cultivă-ți voința pînă la perfecțiune și vei fi iluminat, eliberat. Tantra spune: renunță la voință, fii gol de orice voință proprie și vei fi iluminat. Și amîndouă teoriile au dreptate – aici apare problema, pentru mine amîndouă au dreptate.

Dar drumul pe care îl urmează yoga este un drum cumplit de greu, pentru că este aproape imposibil să-ți aduci ego-ul la perfecțiune. Aceasta ar însemna să devii centrul întregului univers. Acest drum este de lungă durată și foarte chinuitor, astfel că în realitate nu te va duce niciodată la țelul dorit. Ce se va întîmpla deci cu adepții Yoga? Undeva pe drum, într-una din vieți, aceștia se vor reorienta spre Tantra.

Yoga poate fi practică la modul intelectual, dar niciodată nu va găsi o acoperire existențială. Numai un om capabil de asta poate să-și atingă scopul prin calea Yoga. În mod normal însă, nu se întâmplă așa – și dacă există totuși o excepție, aceasta este un om ca Mahavir. Secole de secole vor trece pînă să apară un om ca Mahavir, care să fie iluminat prin Yoga. El este excepția care întărește regula.

Și cu toate acestea Yoga are o mai mare putere de atracție. Tantra este o cale mai ușoară, mai naturală, prin care poți atinge țelul simplu și fără effort; dar tocmai de aceea nu vă place drumul acesta. De ce ? Orice v-ar place, place de fapt conștiinței de sine. Tot ceea ce întărește conștiința de sine și satisface ego-ul, are putere de atracție mai mare. Ego-ul vostru vă are total în mînă și de aceea vă apare Yoga mult mai atrăgătoare.

Cu cît ești mai egoist, cu atît apare Yoga mai atrăgătoare, pentru că Yoga este provocarea totală a ego-ului. Cu cît este mai dificil de obținut ceva, cu atît îi place mai mult ego-ului. În asta constă de exemplu, forța de atracție a muntelui Everest. Tentația mare de a exalada unul din vîrfurile Himalaiei, rezidă în faptul că este atît de greu să o faci. Hillary și Tensing au fost cuprinși de extaz cînd au atins vîrfurile Everest. Ce fel de extaz? Ego-ul lor fusese profund satisfăcut, pentru că ei erau primii.

Puteți să vă imaginați cum s-a simțit primul om pe Lună? Primul om din istoria omenirii, căruia nimeni nu-I mai poate lua locul, pentru că rămîne primul pentru totdeauna? Astfel ego-ul se va simți profund satisfăcut și va fi lipsit pentru totdeauna lipsit de concurență. Acum poate să ajungă pe Lună oricine ar dori – oricum n-ar mai fi primul.

Însă pe Lună pot ajunge mulți și pe munții Everest la fel – dar Yoga reprezintă o culme și mai înaltă. Și cu cît este mai îndepărtată ținta, cu atît poate fi satisfăcut ego-ul mai bine. În acest fel se naște orgoliul curat, perfect și absolut.

Nietzsche ar fi avut mari satisfacții cu Yoga, pentru că el credea că energia care stă în spatele a tot ce este viață, este energia voinței – voința de putere – iar prin Yoga devii mai tare, mai puternic. Cu cît ai mai mult control asupra ta, cu atît controlezi mai bine instinctele, corpul și spiritul, cu atît te simți mai puternic. Devii propriul tău stăpîn. Dar numai prin luptă, prin conflicte, prin violență. Iar cîndva în timp, pentru omul care a practicat vieți la rînd Yoga, vine un moment cînd realizează că întreaga trudă a fost în zadar. Totul este așa de monoton – și-n ultimă instanță iluzoriu: de fapt cu cît îți întărești mai mult ego-ul, cu atît devine mai puternic sentimentul că totul este lipsit de sens. Ajuns în acest

punct, adeptul Yoga de cele mai multe ori face apel la Tantra.

Dar Yoga pare mai ispititoare, fiindcă toți sînteți niște egoiști. Atitudinea tantrică este proprie doar acelor care vieți la rînd s-au ostenit din greu cu exercițiile Yoga. Doar în acel moment Tantra va însemna ceva pentru ei, atunci cînd au dobîndit deja o mai bună înțelegere a conexiunii vieții.

În mod normal nu te simți atrs de Tantra și dacă totuși se întîmplă, atunci din motive greșite. Deci încercați să înțelegeți și aceste motive. Tantra nu pare de la bun început fascinantă, pentru că presupune dăruire totală. N-aveți voie să luptați. Trebuie doar să vă lăsați purtați de curentul vieții – n-aveți voie nici măcar să înnotați. Trebuie să vă lăsați purtați de curent, nu să mergeți împotriva lui.

Tantra acceptă natura așa cum este și spune – încredințați-vă naturii, nu luptați împotriva ei. Însăși sexualitatea este dată de natură și este bună. Aveți încredere în forța impulsivă, instinctuală, lăsați-vă purtați de ea, nu luptați împotriva ei.

O supunere fără luptă este miezul învățaturii tantrice. Curgeți odată cu valul vieții. Eliberați-vă.

Aceste învățături nu vor găsi un ecou prea mare pentru că ego-ul vostru nu poate fi satisfăcut prin așa ceva.

Tantra cere de la bun început, ca să renunțați la ego-ul vostru; deja cu primul pas trebuie dizolvat ego-ul.

Și în Yoga se cere să-ți abandonezi ego-ul dar numai la sfîrșit. Mai întîi trebuie purificat și cînd este complet cristalizat, se dizolvă, pentru că atunci nu mai poate exista. Dar acesta este ultimul pas în Yoga în timp ce în Tantra este primul.

Deci Tantra nu pare convingătoare la modul general și dacă este, atunci numai din motive false. Dacă vrei de exemplu să te destrăbălezi sexual, atunci fără doar și poate poți să-l numești “exercițiu tantric”.

Aceasta poate fi motivul real pentru fascinația învățaturii tantrice. Dacă nu ai în cap decît vin, femei, muzică și astfel de lucruri pentru care Tantra trebuie să dea socoteală – atunci nuești cu adevărat interesat de Tantra, ci de altceva pentru care Tantra reprezintă o justificare. De aceea Tantra vă interesează de cele mai multe ori din motive greșite.

Tantra nu există pentru a vă satisface sexualitatea debordantă, ci pentru a vă transforma radical. Deci nu vă duceți singuri de nas ! Puteți să vă înșelați foarte ușor spunînd “Tantra”, în timp ce vă referiți la cu totul altceva. De aceea Bahavir nu a irosit nici un cuvînt despre Tantra, pentru că pericolul de a vă autoînșela este foarte mare. Omul este întratît de pervertit, încît poate invoca mereu

alte lucruri, decât cele care există în realitate. Omul își poate raționaliza orice motivație.

În China antică exista o tradiție asemănătoare celei tantrice. Ea exista ca știință ocultă și se numea “Tao”. Tao se bazează pe cunoștințe asemănătoare cu cele din Tantra. Taoismul spune de exemplu să nu rămâi la un singur partener dacă vrei să te eliberezi de sexualitatea ta. Să nu te cramponezi de o femeie sau un bărbat; este mai bine să schimbi.

Așa este corect, dar poți prelua acest gând înșelându-te asupra motivelor sale reale. De fapt ești doar obsedat de sex și spui: “eu practic un exercițiu tantric și de aceea nu pot rămîne la o singură femeie. Trebuie să schimb partenera”. Mulți dintre împărații chinezi au practicat “Tao” și și-au făcut de aceea haremuri uriașe. Sensul profund al învățaturii taoiste îl recunoști doar atunci când pătrunzi adînc în psihicul uman. Dacă rămîneți doar cu o singură femeie vă pierdeți mai devreme sau mai tîrziu interesul pentru ea, fără să pierdeți interesul pentru femei în general. Te simți și înainte și după la fel de atras de sexul opus, numai că femeia cu care trăiești acum – soția ta nu mai aparține sexului opus. Ea nu te mai fascinează, iar forța ei de atracție, magnetismul ei a scăzut – te-ai obișnuit cu ea.

Tao spune că un bărbat care are relații sexuale cu mai multe femei nu numai că depășește ideea de cuplu, ci transcende chiar ideea de sex. Intimitatea cu multe femei îl aduce în situația de a termina cu această problemă. Este adevărat, dar periculos și vouă vă plac aceste învățături nu pentru că sunt adevărate ci pentru că vă dau cale liberă. Aceasta este problema în Tantra.

De aceea a fost împinsă în obscuritate această învățătură chineză. Așa trebuie să fie. Și în India a fost înăbușită învățătura tantrică pentru că era periculoasă – și este periculoasă, doar pentru că sunteți atît de pervertiți. Astfel, aceste învățături sunt de o frumusețe unică. În toată istoria spirituală a omenirii nu există ceva mai frumos și mai misterios ca Tantra. Nici o cunoaștere nu este așa de profundă. Dar cunoșterea aduce cu sine mereu și pericole. Știința conemporană a devenit o amenințare pentru omenire tocmai că a pătruns în miezul unor mistere profunde. De exemplu astăzi se știe cum se produce energia atomică.

Einstein se pare că a zis că într-o viață viitoare, în cazul în care ea ar exista, și-ar dori să fie mai degrabă tinichigiu decât om de știință, căci privind retrospectiv, toată viața lui a fost în zadar – și chiar mai mult decât atît, a fost chiar un pericol pentru umanitate. El a divulgat una din cele mai profunde mistere oamenilor, care în toate

acțiunile lor nu știu decât să se autoamăgească.

Cred că ziua aceea nu este prea îndepărtată, când va trebui să ținem sub cheie orice descoperiri științifice. După unele zvonuri se pare că oamenii de știință reflectează în ascuns, dacă este cazul să facă publice descoperirile lor; și chiar dacă să le mai continue, deoarece se mișcă pe un teren foarte exploziv.

Orice cunoaștere reprezintă un pericol, doar necunoașterea este inofensivă, pentru că nu poți să faci prea multe cu ea. Poveștile naïve pentru copii sînt drăguțe și la fel de inofensive ca medicina homeopatică – care nu poate în nici un caz să dăneze. Dacă ea ne ajută, aceasta depinde de cît sîntem de creduli, dar un lucru este cert – nu dăunează cu nimic. Medicina homeopatică este inofensivă. Efectul se resimte în funcție de cît ești de credul. Și dacă se obține un efect, acela nu poate fi decât bun.

Nu uitați când ceva generează numai bine, este vorba de o superatiție. Când ceva poate provoca bine și rău, atunci este vorba de cunoaștere – și numai atunci. Ceva autentic le cuprinde pe amîndouă – și să ajute și să facă rău. Numai ceva neautentic este în exclusivitate bun în efectele sale. Iar atunci efectul curativ nu se produce prin procedeul respectiv, ci prin propria proiecție mentală. Într-un anumit sens sînt bune doar lucrurile neautentice, pentru că nu pot dăuna cu nimic.

Tantra este o știință care se află în posesia unor cunoștințe mai profunde ca știința atomului, pentru că știința atomului se ocupă cu materia, iar Tantra cu voi. Iar voi sînteți mai periculoși decât orice forță atomică! Tantra se ocupă de atomul biologic, de tine – de celula vie – de conștiința care este cea mai intim legată de viață și mecanismele sale primordiale.

De aici și interesul tantricilor pentru sex. Cine se interesează de conștiința omului și de forța sa vitală, acela automat se oprește la sex, pentru că sexul este originea a tot ce este viață, iubire, interconexiuni. Cel care caută adevărul și nu se preocupă în mod amănunțit în sexualitate, este cel mult un filosof. Și toată filozofia este mai mult sau mai puțin lipsită de sens, căci clocește ouă goale.

Din cîte știu Mulla Nasrudin a fost mare vîntor de fuste, dar fără să aibă prea mult succes la femei. Pur și simplu nu-l plăceau. Tocmai stabilise o nouă întîlnire cu o fată și de aceea îi ceru prietenului său sfatul: “Spune-mi, tu cum precedezi? Tu ești un adulat al femeilor, și le ispitești mereu cu vraja ta, iar eu rămîn un amăgit. Dă-mi un sfat! Astăzi mă întîlnesc cu noua mea pasiune pentru prima dată. Divulgă-mi cîteva din secretele tale”.

“Ține minte trei lucruri”, spune prietenul, “Trebuie să vorbești mereu numai despre mâncare, familie și filozofie”.

“Cum adică despre mâncare?”, întreabă Mulla.

Prietenul spune – “Este bine să vorbești despre mâncare pentru că atunci fata se simte ca acasă. Toate femeile se preocupă neconținut de mâncare. Ele însele sînt de fapt hrană pentru copiii lor. Ele au hrănit, ca să spunem așa, întreaga omenire și de aceea se interesează preponderent de problema mîncării”.

“O.K. – consimți Mulla, și de ce să-i vorbesc despre familie?”

“Trebuie să-i vorbești despre familie, pentru a pune intențiile tale în lumina cea mai optimă și despre filozofie, pentru a-i da sentimentul că o consideri inteligentă”.

Astfel Mulla se lănsă. De îndată ce o văzu pe fată, o întrebă: “Salut, ție îți plac tăiteii?” Puțin șocată ea răspunde “Nu”!

După aceea Mulla trecu la a doua întrebare – “Ai cumva doi frați?”

Fata de-a dreptul uluită, se întreabă oare ce întîlnire dubioasă mai este și asta și spuse – “Nu!”

Mulla simți pentru moment că nu mai are aer, pentru că nu știa cum să treacă la filozofie, dar după o scurtă ezitare îi veni ideea salvatoare – “Ce părere ai, dacă

ai avea doi frați crezi că le-ar place tăiteii?”

Filozofia este în linii mari o absurditate. Tantra nu se interesează de filozofie, ci de existența așa cum este ea. De aceea Tantra nu se întreabă dacă există Dumnezeu sau eliberare fianlă, dacă există cer sau iad, ci pune doar întrebările de bază asupra vieții. De aici și interesul pentru sex și iubire. Acestea sînt două lucruri fundamentale. Sînteți născuți prin asta, deci sînteți această energie. Sînteți un joc al energiilor sexuale, nimic altceva, și atîta timp cît nu pricepeți modul de avîionare al acestor energii și nu le depășiți, nici nu existați. Actualmente nu sînteți altceva decît energie sexuală. Există posibilitatea să depășiți această stare, dar atîta vreme cît nu sînteți conștienți de ea și nu o transcedeți, nu veți putea fi mai mult decît atît. Posibilitatea există – dar în stare embrionară și pentru a face să se dezvolte acest embrion, Tantra se preocupă de sexualitate, iubire, de o viață naturală și firească. Nu poți cunoaște niciodată aceste lucruri printr-o atitudine conflictuală. Tantra spune că nu putem cunoaște prin anti-atitudine, pentru că astfel nu ești suficient de deschis. Misterele nu se revelează cînd opui rezistență, pentru că atunci nu ești suficient de deschis să receptezi ceva. Atîta vreme cît lupți împotriva a ceva, te afli în afara lucrului.

Cînd lupți împotriva sexualității tale, ești în fond despărțit de ea. Numai cînd te dăruiești sexualității tale poți pătrunde în cele mai adînci mistere ale acestei energii. Atunci devii un “insider”. Doar atunci cînd te dedici unuicru și se deschid perspective nebănuite.

Voi cu toții v-ați dăruit sexului, însă abordînd o atitudine mai mult sau mai puțin antagonistă și de aceea multe taine v-au rămas ascunse. De exemplu, habar n-aveți de puterile dătătoare de viață ale sexualității. Ele v-au rămas necunoscute, pentru că ele nu pot fi cunoscute! Pentru aceasta trebuie să devii un “insider”.

Reușind să înaintăm odată cu valul energiei noastre sexuale, vom ajunge mai devreme sau mai tîrziu la punctul în care să recunoaștem că sexul nu numai că produce o viață nouă, dar ne și dă o viață nouă. Actul sexual poate deveni un act dătător de viață pentru cei doi iubiți, dar pentru aceasta trebuie să vă dați drumul complet. De îndată ce puteți face asta, vor avea loc transformări enorme la toate nivelele posibile.

Tantra și Tao știu de exemplu, sexul nu poate avea acest efect dăunător de viață, dacă se ajunge la pierderea seminței prin ejaculare. Nu este necesar să ejaculați; puteți renunța complet la asta. Atît Tantra cît și Tao spun că ajungi să ejaculezi pentru că opui rezistență, în caz contrar devine absolut inutil.

Doi îndrăgostiți se pot afla într-o profundă unire sexuală, relaxîndu-se, fără să se grăbească să atingă punctul culminant și deci să ducă treab la bun sfîrșit. Vor putea pătrunde destinși unul în celălalt. Și dacă vor reuși să se relaxeze într-adevăr total, amîndoi vor fi inundați de o viață nouă și îmbogățiți de unirea lor.

În Tao se spune că poți să ajungi la vîrsta milenară, dacă știi să fii complet relaxat în timpul actului sexual. Un bărbat și o femeie, care împreună sînt profund relaxați, care se contopesc, care se dizolvă unul în celălalt – fără nici o grabă, fără nici o crispă – pot experimenta împreună multe lucruri, pot suferi un proces de transformare alchimic, pentru că sucurile vitale, bio-energiile celor doi parteneri se unesc. Numai și numai prin această întîlnire a două energii contrare – a polului negativ și pozitiv – doar prin această împreunare profundă devine și unul și celălalt mai însuflețit, mai puternic, mai vital.

O astfel de pereche amoroasă poate exista la nesfîrșit fără să îmbătrînească vreodată sufletește. Aceste experiențe sînt numai atunci posibile, cînd ai anulat orice urmă de rezistență interioară. Pare paradoxal, dar dacă lupți împotriva propriei sexualități și ești crispat ejaculezi mai repede, pentru că vrei să scapi cît mai repede posibil de această tensiune.

Cele mai noi cercetări în domeniu au dus la rezultate surprinzătoare. Masters și Johnson au fost primii cercetători care au analizat procesele din timpul unirii sexuale și au ajuns la concluzia că 75% din bărbați ejaculează prea repede – 75% înainte de a se ajunge la o unire cu adevărat profundă, ei au dat deja afară sămînța și au pus astfel capăt actului sexual. Iar 90% din femei nu trăiesc niciodată un orgasm, nu ating niciodată punctul culminant, punctul culminant profund satisfăcător 90% din toate femeile.

De aceea sînt femeile așa de irascibile și agresive și așa vor rămîne mereu, pentru că nici o formă de meditație nu le va ajuta să își găsească pacea interioară; nici o filozofie, religie sau ideologie nu le va putea face să trăiască liniștite și mulțumite lîngă partenerul lor. Sînt mînioase și frustrate. Și atît știința modernă cît și Tantra spun că starea se va menține așa, atîta vreme cît femeile nu vor fi satisfăcute prin orgasme profunde. Atîta timp cît asta nu se întîmplă, ele vor fi o continuă problemă pentru întreaga familie. Fiindcă femeilor le lipsește în permanență ceva ele sînt necăjite, puse pe scandal și în fiecare moment gata de luptă.

Dacă observi că femeia ta este mereu prost dispusă, începe să te gîndești un pic la tine. Nu este în fond numai treaba femeii – se prea poate că tu ești motivul pentru

dorința ei de scandal. Femeile care nu ajung niciodată la orgasm vor respinge pînă la urmă sexul cu desăvîrșire. Femeile nu încep actul sexual prea ușor și de aceea trebuie găsite orice mijloace pentru a le îndupleca. Nu au chef. Și de ce ar avea? Ce să însemne pentru ele sexul, dacă nu le face fericite? Dimpotrivă, la sfîrșit au sentimentul că au fost folosite, exploatate. Își închipuie că sînt ca niște obiecte, pe care le folosești, după care le dai deoparte.

Bărbatul este mulțumit, pentru că a scăpat de sămînța sa, după care se întoarce cu spatele și adoarme, în timp ce femeia se jelește lîngă el ore în șir. Din nou ea a fost doar folosită. Pentru ea experiența n-a fost în nici un fel satisfăcătoare. Chiar dacă bărbatul, prietenul sau iubitul se simte ușurat, ea se simte total nesatisfăcută.

90% din femei nici nu știu ce este acela un orgasm. N-au trăit niciodată punctul culminant, în care tot corpul este cuprins de un asemenea fior de plăcere, încît fiecare fibră vibrează și fiecare celulă este umplută de viață nouă. Ele n-au trăit niciodată așa ceva, și asta ca urmare a învățăturilor anti-sex ale societății. Cu toții au fost educați în spiritul acestei atitudini de respingere, iar femeile au fost în așa fel stăpînite, că au devenit frigide.

Bărbatul își termină actul sexual, ca și cînd ar fi un păcat. Se simte vinovat și își spune – “Nu mai ai voie s-o faci”. În timp ce se culcă îl întrebă în tăcere, cum se poate

depăși această cloacă a păcatelor și poftelor carnale.

Nu este simplu să scapi de toți acei predicatori și moralei. Ei sunt deja în dormitor și vă așteaptă! Nu sînteți în doi, ci în trei. Cel puțin un predicator este întotdeauna de față și dacă nu este un mahatma, se uită însuși Dumnezeu la faptele voastre păcătoase! Imaginea generală a lui Dumnezeu este pur și simplu aceea a unui voyeur care vă spionează continuu. Această închipuire produce frică și cînd îți este frică ajungi la o pierdere precoce a lichidului seminal.

Dacă nu vă este frică și nu sînteți crispați, ejacularea poate fi amînată ore în șir, chiar zile de-a rîndul. Nu trebuie să ejaculați. Într-un acr erotic profund cei doi parteneri se însuflețesc reciproc, astfel că nu mai apare delo necesitatea de a elimina sămînța. Doi iubiți pot avea contact unul cu celălalt ani de zile, fără să ajungă la ejaculare; pot fi împreună fără să risipească energie în vreun fel. Se pot relaxa pur și simplu împreună; trupurile lor se unesc într-o destindere absolută și se contopesc. Mai devreme sau mai tîrziu sexualitatea lor își pierde din irascibilitate. Așa cum este acum, sexul are loc într-o stare de iritare (agitație) – după o astfel de experiență nu mai este agitație, ci relaxare și o profundă eliberare. Iar aceasta este posibil numai cînd te dedai complet energiei tale vitale, curentului de viață propriu – numai atunci poți să te

dăruiești și iubitului tău.

Tantra explică, că fiecare poate ajunge acolo și sugerează căi care să te călăuzescă spre acest sop.

După teoria tantrică nu este bine niciodată să vă culcați unul cu celălalt cînd sînteți foarte excitați din punct de vedere sexual. Asta pare absurd, pentru că nu vă culcați unul cu celălalt decît cînd sînteți excitați. În mod normal cei doi parteneri se stimulează reciproc atîta timp pînă cînd se pot culca unul cu celălalt. Dar Tantra spune că energia se irosește în această excitare. “Iubiți-vă numai cînd sînteți într-o stare liniștită, calmă, meditativă. Meditați mai întîi împreună și apoi faceți dragoste. Iar dacă o faceți, nu vă rezeziți să vă atingeți scopul”. Ce vreau să spun cu acest “Nu vă rezeziți să vă rezeziți să vă atingeți scopul”. Ce vreau să spun cu acest “Nu vă rezeziți să vă atingeți scopul?” Nu deveniți agitați și brutali, ca să nu vă risipiți energia inutil.

Dacă te uiți la doi oameni în timpul actului amoros, ai senzația că se luptă unul cu celălalt. Copiii mici care își surprind părinții în timpul actului erotic, se gîndesc că tata omoară pe mama. Totul pare așa brutal ca la lupte libere. Nu arată frumos, ci respingător. Ar trebui însă să fie așa poetic ca un dans într-o armonie deplină. Cei doi iubiți ar trebui însă să se miște ca și cînd ar dansa și nu ca și cînd ar lupta unul cu celălalt. Ca și cînd ar cînta o melodie, care

creează o atmosferă în care ei se pot dizolva și deveni un întreg. La un astfel de joc amoros te destinzi și asta este Tantra. Tantra nu are nimic comun cu lascivitatea; Tantra este cel mai nesexual lucru care există, deși se preocupă în mod fundamental de sex.

De fapt nu este de mirare că natura vă revală tainele sale doar în această relaxare, în această dăruire. Numai în această stare puteți percepe ce se întâmplă cu voi și această percepție vă va face să recunoașteți multe alte conexiuni.

În primul rînd relizezi că sexul are puteri dătătoare de viață. Așa cum se întâmplă însă de obicei, sexul este mai degrabă aducător de moarte, vă irosiți energia, deveniți din ce în ce mai mici; aceasta este o moarte lentă. În al doilea rînd sexul devine o formă naturală de meditație. Gîndurile voastre au încetat. Fiind deplin relaxați cu iubita voastră, încetați să gîndiți, mintea nu mai există, doar inima mai bate. Jocul amoros devine meditație la modul cel mai firesc. Dar voi nu știți ce este iubirea; voi știți numai de sex și de senzația aceea neplăcută pe care o ai, dacă-ți risipești energia inutil. După aceea sînteți deprimăți și vă jurați că de acum înainte o să duceți o viață cumpătată. Dar acest jurămint se naște din mînia voastră, din frustrarea voastră și de aceea nu vă va folosi la nimic.

Un jurămint te poate ajuta, atunci cînd îl faci într-o stare de spirit relaxată, meditativă. În caz contrar astfel de

jurăminte sînt expresia supărării și a frustrării, nimic mai mult, air pe parcursul a 24 de ore le veți fi și uitat. Iarăși și iarăși vă veți excita sexual, veți scăpa de această energie din aceeași veche obișnuință, mereu în același mod.

După învățăturile tantrice sexul este cel mai profund lucru care există, pentru că sexul este viața însăși – dar bine înțeles că te poți interesa de Tantra și din motive total greșite. Nu vă interesați de Tantra din motive false – nicicum nu veți avea senzația, că Tantra este o treabă periculoasă. Atunci vă va fi clar că Tantra vă va schimba întreaga viață.

Și Yoga sînt folosite anumite metode tantrice, dar care implică înfruntarea. Tantra aplică aceleași metode într-o manieră foarte tandră și iubitoare, și aici este marea diferență, căci așa se modifică radical calitatea metodelor respective. Tehnica se schimbă pentru că fundamentul este cu totul altul.

Întrebarea sună așa:

“Care este tema principală, nucleul esențial al învățăturii tantrice?”

Răspunsul este: Tu! Tu ești tema principală a învățăturii tantrice, ceea ce ești acum și ceea ce există latent în tine, ceea ce ești și ceea ce poți deveni.

Actualmente ești o ființă sexuală și atîta vreme cît n-o să înțelegi asta în toată profunzimea ei, nu poți deveni

suflet, ființă spirituală. Sexualitatea și spiritualitatea sînt cele două aspecte ale aceleiași energii.

Tantra pornește de la ce sînteți acum, pe cînd Yoga pornește de la potențialul vostru. Yoga începe cu sfîrșitul, pe cînd Tantra cu începutul. Și este mai bine să începi cu începutul. Întotdeauna este mai bine să începi acolo unde te afli, căci dacă începi cu ținta îți provoci singur greutăți inutile.

Așa cum ești, nu ai atins încă scopul, nu ți-ai îndeplinit încă idealul. Idealul este să devii un Dumnezeu, dar momentan te adli pe scară animală. Și dacă începi să realizezi acest ideal, îți împingi animalul din tine la nebulie. Vă osteniți pur și simplu degeaba. Tantra spune că trebuie să uitați complet idealul vostru despre Dumnezeu. Dacă ești un animal, atunci înțelege animalul în totalitatea sa și prin această înțelegere vei deveni Dumnezeu. Iar dacă prin această cunoaștere tot nu poți deveni Dumnezeu, mai bine să-ți scoți toată treaba din cap. Nu prin idealuri poate fi concretizat potențialul vostru, ci prin cunoașterea realității.

Deci voi sînteți tema centrală, esența tantrismului. Ceea ce sînteți acum și ceea ce ați putea deveni. Realitatea voastră și posibilitățile voastre sînt tema principală a învățăturii tantrice.

Unii oameni sînt derutați. În Tantra nu este vorba nici de Dumnezeu, nici de moksha (mîntuire), nici de nirvana și de aceea se și întrebă ce fel de religie o mai fi și asta. În Tantra este mereu vorba despre lucruri pe care le respingeți și despre care ați prefera să nu discutați. Cine vrea în fond să se confrunte cu sexualitatea sa ? Toți sunt de părere că știu deja destule pe tema aceasta. Credeți că știți aceste lucruri, numai că știți să vă reproduceți ?

Nici un om nu vrea să se preocupe de sex și în fond este problema fiecăruia. Nici unul nu vrea să se preocupe de iubire, pentru că fiecare se consideră deja un mare suflet iubitor. Dar uitați-vă la viața voastră ! Ură, ură, ură, nimic altceva, iar ceea ce numiți iubire nu este altceva decît un mic respiro de la atîta ură. Uitați-vă în jurul vostru în lume, și atunci veți vedea ce știți despre iubire!

Un om odată a dorit să-și facă o îmbrăcăminte simplă. A mers zi de zi la croitor, timp de ase luni pentru a constata că tot nu este gata. După ce în sfîrșit a fost gata, omul a spus croitorului:

“Vă rog să-mi explicați și mie cum de a fost posibil ca pentru o îmbrăcăminte atît de simplă să aveți nevoie de șase luni, în timp ce Dumnezeu a creat pămîntul în numai șase zile ?”

Răspunsul croitorului s-a imprimat pentru totdeauna în memoria bărbatului. Croitorul a spus: “Se prea poate

că Dumnezeu a făcut lumea în șase zile, dar uitați-vă și dumneavoastră ce a ieșit!”

Uitați-vă în jurul vostru. Uitați-vă ce ați făcut din lumea aceasta! Atunci veți pricepe că nu știți nimic și că bîjbîiți în întuneric. Și fiindcă toți ceilalți bîjbîie în întuneric ca și voi, credeți că este imposibil să ajungeți la lumină. Pe voi nu vă neliniștește faptul că toți trăiesc în întuneric, pentru că n-aveți termen de comparație.

Aveți cu toții mintea întunecată și Tantra începe munca cu voi așa cum sînteți. Tantra vă edifică asupra trăsăturilor fundamentale ale vieții, a căror realitate nu poate fi tăgăduită și dacă totuși o faceți, nu vă alegeți cu nimic.

A doua întrebare:

Cum se poate face din actul sexual stare de meditație? Trebuie exersate anumite poziții?

Pozițiile sînt absolut neimportante, nu despre asta este vorba. Este vorba de atitudinea voastră interioară. Nu interesează poziția corpului, ci atitudinea conștiinței. Cine își transformă conștiința, este posibil să își schimbe și poziția corporală, pentru că una rezultă din alta, ar pozițiile în sine nu au o importanță de prim rang.

De exemplu, bărbatul stă în mod normal deasupra femeii și aceasta este o poziție egoistă, căci bărbații

apreciază că sunt în principiu superiori femeilor – ei sînt sexul mai bun și mai important. Cum ar putea deci sta sub femeie?