



Fragment książki "Mistyka Rozkoszy"

Czego dotyczą Nauki o Miłości

Jedynym czarodziejem i alchemikiem, który przekształca wszystko w złoto, jest miłość, jedyną magią przeciw śmierci, starości, pospolitemu życiu jest miłość.

H. JOWANOWICZ

Nauki o Miłości są drogą, która rozdzieliła się na kilka ścieżek prowadzących do jednego celu. Najbardziej znanymi i rozpowszechnionymi obecnie ścieżkami Nauk o Miłości są: Tantra Joga, Tao Miłości oraz Kamasutra. Choć niektórzy autorzy odzegnują się od tego, wszystkie wywodzą się z tego samego pnia. Co prawda, Tantra i Tao wprowadziły odmienne nazewnictwo i różniące je praktyki, mają jednak podobne założenia i podobny cel. Dlatego też w tej książce będę odnosić się do wszystkich.

We współczesnej, zdominowanej przez kulturę anglosaską Europie, wokół Tantryzmu i Tao Miłości narosło sporo kontrowersji. Wielu osobom przyzwyczajonym do szufladkowania pojęć, ścieżki te niesłusznie kojarzą się jedynie z erotyką, co prowadzi do niepotrzebnych wypaczeń. W istocie aspekt seksualny jest jedynie ich niewielką częścią. Nie stanowi on celu sam w sobie, ale jest drogą prowadzącą na wyższe etapy poznania. Sama etymologia pojęć Tantra i Tao w ogóle nie odnosi się do seksualności. Słowo Tantra oznacza: rozszerzać się, tkać, zasada, wyzwolenie.

Pojęcie Joga tłumaczy się jako połączenie, związek. Joga może oznaczać związek między dwojgiem ludzi, może też odnosić się do związku człowieka z Bogiem. Tantra Joga to nauka rozszerzania poziomu świadomości, rozszerzania związków międzyludzkich i partnerskich oraz zawiązywania trwalszych relacji między człowiekiem a Bogiem.

Tao oznacza ścieżkę i bramę, przez którą wszystko przechodzi. Tao jest jednością i głosi zasady postępowania zgodnego z porządkiem przyrody. Taoistyczni mędrcy zaobserwowali, że cały wszechświat jest ze sobą powiązany, a ludzkie ciało jest odzwierciedleniem kosmosu. Dowiedli wszechobecnego istnienia dwóch pierwiastków: męskiego - yang i żeńskiego - yin. Aby osiągnąć harmonię Tao, należy zrównoważyć ze sobą te dwa elementy. Można to czynić na wiele sposobów.



Tao Miłości propaguje uzyskiwanie złotej harmonii dzięki praktykom seksualnym, które przedłużają życie i odmładzają partnerów, prowadząc ich do nieśmiertelności. W obiegowej opinii pokutuje jeszcze jeden mit, który pragnę zdementować. Niektórzy ludzie uważają, że Tantra oraz Tao Miłości to ścieżki przeznaczone jedynie dla współżyjących ze sobą seksualnie par. Co prawda, istnieją tu ćwiczenia, które wykonuje się w parach, ale podstawową pracę wykonuje się samodzielnie. Zgłębianie zakamarków własnej psychiki pozwala zbudować moc wewnętrzną. Natomiast praktyki fizyczne wzmacniają i odmładzają ciało. Wspaniałe efekty, jakie uzyskuje się na ścieżce Nauk o Miłości, polegają na tym, że pracuje się na niej z emocjami. Uczucia i emocje mogą być naszym naturalnym sprzymierzeńcem lub ogromnym wrogiem. Ta książka podpowie ci, jak zarządzać emocjami.

Kiedy twoja siła wzrośnie, będziesz mógł pozbyć się tego, co cię ogranicza. Dla wielu z nas takimi ogranicznikami są urazy z dzieciństwa, toksyczne związki, czy też tzw. zła karma. Gdy jesteś słaby, nie potrafisz pozbyć się tych ciężarów, bo obawiasz się odrzucenia, samotności. Żaden sportowiec nie jest w stanie podnieść od razu stukilowej sztangi, jeśli wcześniej nie poparł tego treningiem oraz odpowiednią dietą. Podobnie jest z tobą. Dopiero wówczas, gdy nakarmisz swoją duszę odpowiednim pokarmem, uporasz się z emocjami, wytrenujesz siłę wewnętrzną, ciężary, które do tej pory wydawały ci się stukilowymi sztangami, staną się dla ciebie małymi hantlami. Będziesz mógł je podnieść i bez trudu odrzucić. Oswobodzony od tego zbędnego bagażu, poczujesz radość wolności. Bardzo możliwe, iż twoje otoczenie zacznie na ciebie patrzeć jak na kogoś innego. Uzna, że odmłodniałeś i wstąpił w ciebie nowy duch. Potem zechcesz zbudować nowe, lepsze relacje z otoczeniem, możliwe, że poprawią się twoje stosunki z najbliższymi. Jeśli byłeś samotny, możliwe, że stworzysz nowy, szczęśliwszy dla obojga z was związek. Dzięki większej pewności siebie, bogatszej duchowości i wiedzy będziesz mógł zaoferować wybranej przez siebie osobie o wiele więcej niż wcześniej.

Jeśli nie jesteś gotowy, nie chcesz lub też nie masz odpowiedniego partnera, nie musisz podejmować praktyk seksualnych. Ważne jest jednak, abyś wiedział, czemu poświęciłam im aż tyle miejsca. Erotyzm jest najbardziej intymną stroną naszego życia. Mimo wyzwolenia seksualnego większość z nas ma wiele fałszywych poglądów na ten temat oraz kompleksów seksualnych. Najważniejsze z nich dotyczą: braku akceptacji dla własnej płci oraz ciała, wstydu i nieumiejętności wyrażania swoich pragnień seksualnych, blokad w dawaniu lub przyjmowaniu przyjemności. Borykamy się z myślami czy potrafimy sprostać oczekiwaniom wybranej przez nas osoby, obawiamy się uwodzić i być uwodzonym. Te i inne problemy intymne tłumią naszą osobowość.



Badania naukowe wielokrotnie dowiodły, że ludzie posiadający dar cieszenia się własną seksualnością są zdrowsi, szczęśliwsi, osiągają więcej sukcesów i żyją znacznie dłużej.

Bez pełnej akceptacji płciowości nie można mówić o prawdziwej wolności, a także pełnym człowieczeństwie. Seks jest przecież potrzebą pierwszego rzędu, dzięki niemu istniejemy jako gatunek. Wiele ścieżek duchowych głosi ascezę. Nauki o Miłości mają na ten temat odmienne pojęcie, dążą do rozszerzania poziomu świadomości. Zamiast ascezy propagują zmysłową miłość prowadzącą do samopoznania i wyzwolenia. Dopiero wtedy, kiedy nasycisz się seksem, możesz wejść dalej i w prawdziwy sposób zgłębiać duchowość czy też inne dziedziny. Jeżeli czynisz odwrotnie, stłumione pożądanie zawsze będzie twoim ukrytym problemem, przejawiającym się w uczuciach; bunt, zazdrości, nienawiści, rozpacz, agresji, autodestrukcji, niedowartościowania, odrzucenia. Trudno jest opanować tak potężne emocje. To one sterują twoim życiem, dopóki nie zaakceptujesz swojej seksualności. Celem opisanych tu praktyk seksualnych nie jest oddawanie się niepohamowanej chuci, ale przyznanie sobie prawa do subtelnej akceptacji zmysłowej rozkoszy, czyli do pełnego kochania siebie i bliźniego. Bez właściwie rozumianej miłości fizycznej nie może istnieć żaden udany związek partnerski. Cud spółkowania ukazuje nasze skryte i prawdziwe uczucia. Miłosne zespolenie buduje między kochankami wielopoziomowe więzi, czyniąc z nich jedno ciało i jedną duszę. Nauki o Miłości dowodzą, że seks jest pomostem do wejścia w inny świat, zbliżeniem się do najpotężniejszego źródła boskiej miłości i doświadczeniem wieczności. Jeśli uda ci się choć raz doświadczyć intymności na takim poziomie, odrodzisz się ponownie.

Czerpanie wielostronnych korzyści z Nauk o Miłości możliwe jest wtedy, kiedy uznasz, że jesteś połączeniem ciała, umysłu oraz ducha, czyli energii. Wszystkie religie świata wyraźnie podkreślają, że ciało nie może istnieć bez duszy. Kiedy rozwijasz się duchowo, modyfikuje się twoje spojrzenie na świat, rozszerzają się horyzonty myślowe. Droga rozwoju wymaga pokonania wielu ograniczeń, ale jej wynikiem są cudowne odkrycia i świadomość wzrostu. Rozwój duchowy w żadnym wypadku nie wymaga od ciebie odosobnienia lub porzucenia normalnego trybu życia. Pokonywanie ograniczeń wynikających z funkcjonowania w zwykłej rzeczywistości, zazwyczaj przyspiesza twój rozwój dużo bardziej niż możliwość *przebywania* w odizolowanych od świata aszramach. Jeśli chcesz wkroczyć na ścieżkę Nauk o Miłości, wystarczą jedynie czyste intencje i systematyczność w wykonywaniu ćwiczeń.