Автор: Doberman
30.05.2020 00:00 - Обновлено 27.02.2021 13:05



Сексуальная Энергия | Часть 1

Понимание Тантры

Такой вещи, как сексуальная энергия, не существует. Энергия едина, энергия одна и та же. Секс - лишь один выход, одно из направлений энергии; одно из возможных ее приложений. Жизненная энергия едина, однако она может проявлять себя во множестве направлений. Секс - одно из них. Когда жизненная энергия становится биологической, она проявляется как сексуальная энергия.

Секс - всего лишь сфера приложения жизненной энергии. Если жизненная энергия течет в ином направлении, секса нет. Однако это нельзя назвать сублимацией; это трансформация. Секс - естественное, природное протекание жизненной энергии и самое ее низшее применение. Секс естествен, ибо жизнь без него невозможна. Низшее - потому что это основание, но не вершина. Когда секс заменяет все, жизнь проживается напрасно. Представьте, что вы постоянно закладываете фундамент, но здание, для которого он предназначен, не возводится.

Секс - это возможность для более высокой трансформации жизненной энергии. Пока это так, проблем не возникает, но стоит только сексу затмить собой все, стать единственным выходом энергии жизни, он начинает разрушать. Он может быть инструментом, средством, но не самоцелью, не окончанием; инструмент значим лишь в том случае, когда помнят о конечной цели. Если инструмент используется неправильно, если средством злоупотребляют, утрачивается весь смысл.

Когда секс становится смыслом жизни, как это происходит в наши дни, средство достижения подменяет цель. Секс обеспечивает биологическую основу для существования, продолжения жизни. Это средство; не следует превращать его в саму цель.

Как только секс становится пределом достижения, моментально утрачивается пространство духовности. Однако если секс становится медитативным, он направляется к духовности, превращаясь в ступень на пути к цели, в некий трамплин.
Энергия всегда нейтральна. Сама по себе энергия безымянна - название дает дверь, через которую она вытекает. Название не является названием энергии как таковой; это название формы, которую принимает энергия. Под выражением "сексуальная энергия" подразумевается энергия, вытекающая из сексуального биологического центра.
Та же самая энергия называется духовной, когда она течет в Божественное. Сама же энергия - нейтральна.
Выраженная посредством природы, она называется сексом.
Выраженная при помощи эмоций, она характеризуется как любовь, ненависть или гнев.
Выраженная интеллектуально, она может стать наукой или литературой.
Протекая через тело, она становится физической. Протекая через ум, энергия становится ментальной.
Различия не являются различиями энергии как таковой, разнятся лишь сферы ее проявления.
Многие занимаются любовью, но не имеют ни малейшего представления, что такое оргазм, ибо они уже все растранжирили. Во время занятия любовью люди пусты, в них нет энергии, которой можно было бы поделиться с партнером. Энергия не переполняет их. Самое большее, что их ждет, - генитальный оргазм. Очень маленький, незначительный оргазм, не несущий в себе ни капли духовной ценности. Такой оргазм напоминает чихание. Безусловно, чихнув, вы почувствуете облегчение. Почешите себе спину - и вам станет легче. Вы расслабитесь.
Оргазм - это не облегчение: оргазм - это празднование. Оргазм - это ваша встреча со Всем при помощи партнера. Оргазм всегда божествен - другой становится дверью, проходом для вашего проникновения в Божественное.
Оргазм всегда духовен, и никогда не сексуален. Причисляющие оргазм к категории секса, ничего не понимают. Им ничего не известно о сексе, им ничего не известно об оргазмических переживаниях.
Оргазм - всегда самадхи, экстаз. Но люди не подозревают об этом, потому что встречаются из потребности, а не вследствие переполненности энергией.

Понимание Даоссов

Активизированная сексуальная энергия подобна огню. Если вы умеете обращаться с огнем, он может сослужить вам хорошую службу. Но если вы не будете пользоваться им с уважением, огонь может уничтожить ваш дом. Хорошая идея научиться правильно обращаться с этой энергией! То же самое справедливо и для сексуальной энергии.
Сексуальная энергия, основное единение сил Инь и Ян, движущее Вселенную, и тем не менее, большинство людей относятся к ней без должного понимания. Она приносит экстаз и глубокое удовлетворение, но может стать причиной сильной боли и душевных страданий из-за отсутствия необходимых знаний. Она может помогать нашим телам, а может стать причиной тоски, смущения и болезней.
Сексуальное влечение, если оно неверно направлено, может стать настолько сильным и непреодолимым, что заставляет человека рисковать всем для его удовлетворения, включая репутацию и свободу. Однако преобразованная и позитивно направленная эта энергия становится мощной творческой силой в любом начинании, будь то искусство, карьера или профессия, любовные отношения или развитие сильной, неотразимой,

привлекательной личности.
Человек — единственное живое существо, обладающее способностью с помощью своего воображения направлять сексуальную энергию, куда он захочет. Возникает только один вопрос: как это сделать? Некоторые злоупотребляют своей энергией, предпочитая негативно использовать ее, другие просто расходуют ее зря и неразборчиво, никогда не отказывая себе в удовольствии. Существует множество способов выражения сексуальной энергии, как позитивных, так и негативных. Если ею правильно управлять, такая энергия может стать бесценным сокровищем, неисчерпаемым источником радости и счастья. Она может служить инструментом для создания и поддержания оптимального состояния здоровья и жизненных сил, преобразуя заурядную жизнь в жизнь гения, превращая несчастливое, полное стрессов существование в успешную жизнь, приносящую удовлетворение. Это простая, но мощная энергия.
Вибрации ума легко усилить и активизировать с помощью множества разных стимулов. Ум легко реагирует на любовь, искреннюю дружбу, на музыку, также на страх, ревность, на наркотики и алкоголь и т.п. Однако самый сильный стимул — это желание выразить свою сексуальную энергию. Самым мощным оно становится в сочетании с любовью и остается добродетелью только тогда, когда используется мудро, с состраданием и пониманием. Вместе с пониманием приходит ответственность за использование дополнительной энергии с любовью и позитивно. Только такой путь позволяет реализовать свои возможности.
Сексуальная энергия — это значительно больше, чем просто энергия, участвующая в половом акте, так как она пронизывает все сферы нашей жизни. Воздействуя на выработку гормонов, она оказывает влияние на здоровье и процесс старения тела. Изобилие сексуальной энергии позволяет избавиться от гормональных нарушений, снижает уровень холестерина и кровяное давление. Стимулирование половых желез усиливает действие гормонов, выделяемых другими эндокринными железами: надпочечниками, вилочковой и щитовидной, гипофизом и шишковидным телом. Есть много доказательств того, что существует связь между гармоничной половой активностью и замедлением процесса старения. Сексуальные рефлексы стимулируют выделение гормонов роста, которые недавно были открыты западной медициной, что замедляет старение. Согласно даосским представлениям, выделение гормонов следует стимулировать не лекарствами, а естественным путем, с помощью упражнений и массажа. Наличие этих гормонов в крови действительно замедляет процесс старения.
"Никакие лекарства, никакая пища, никакие другие средства спасения не смогут продлить жизнь человека, если он не понимает и не практикует гармонию сексуальной энергии".
Бяньцзы, врач императора
Используя техники совершенствования сексуальной энергии, можно добиться чрезвычайно сильного выделения гормонов, фокусируя энергию непосредственно на эндокринных железах. Сексуальная энергия не только полезна для тела, она служит топливом для эмоций, которые могут как выходить из-под контроля, так и обеспечивать теплую, спокойную энергию. Отсутствие сексуального равновесия может затмевать разум извращенными мыслями и искаженными желаниями, тогда как уравновешенная сексуальность может стать источником творческих сил и обеспечить удовлетворение наших стремлений. Кроме того, такая энергия обеспечивает духовное удовлетворение, поскольку является объединяющей силой, из противоположностей создающей целое.

При таком подходе мы начинаем понимать, насколько важно правильно использовать сексуальную энергию. Здесь важно напомнить, что энергию не следует подавлять или игнорировать. Подавление сексуальной энергии можно сравнить с попыткой удержать сотни шариков для пинг-понга под водой. Когда вы надавливаете на них, они выскакивают на поверхности воды где-то в другом месте. Вместо этого сексуальная рефлексология ищет пути такого выражения этой энергии, которое позволит укрепить ваше тело, ум и дух. В противном случае эта энергия будет искать выход и может оказаться недоиспользованной или расходуемой зря, а может даже причинить вред вашему здоровью. Независимо от того, есть у вас партнер или нет, техники и упражнения, описанные в этой книге, крайне важны для сексуального здоровья. Даосы, разрабатывая их, стремились к тому, чтобы вы могли жить в гармонии с собой и другими людьми.

Мы предлагаем самые разнообразные практики, которые наверняка помогут увеличить сексуальную энергию, глубоко повлияют на всю вашу оставшуюся жизнь, поскольку сексуальность — это неотъемлемая часть нашей человеческой природы, обладающая такой силой, что, если у вас отсутствуют соответствующие знания о том, как справляться с этой энергией и направлять ее, она неизбежно направится совсем не туда, куда следует. И в то же время при необходимых знаниях и продуманных действиях сексуальная энергия может наполнить радостью все сферы нашей жизни. Пришло время подключиться к нашему истинному потенциалу, развив способность проникновения в сущность, делающую жизнь яркой, исполненной страсти и позволяющую каждому стать тем, кем он должен стать.

Сексуальная энергия питает наше тело, ум и дух. Это вода жизни, заполняющая сады человеческого храма. Упражнения, используемые в даосских техниках для повышения сексуальной энергии, более утонченные и сфокусированные, чем те, что применяются на Западе. Они воздействуют непосредственно на источник нашей сексуальности и совершенствуют ее таким образом, что тот, кто правильно их выполняет, получает сексуальную энергию и силу.

Философия Ци (энергии) является частью китайской культуры уже тысячи лет. Слово «Ци» переводится по-разному: энергия, воздух, дыхание, жизненная сила или жизненная сущность. Это та дающая жизнь сила, которая создает движение и поддерживает Вселенную. Ци — это то, что обуславливает вращение планет, солнца и звезд. Это движение атомов и всех физических тел. Это сила, благодаря которой из семени вырастает могучее дерево, а из зародыша развивается вполне сформировавшееся человеческое существо. Ци — это то, что вдыхает жизнь во все живое, питает жизненные циклы.

Сексуальность, энергия и взаимоотношения

Отношения между мужчиной и женщиной на протяжении столетий озадачивают и сбивают с толку философов, ученых и мыслителей. Сексуальность — это игра, заполняющая страницы истории всех обществ. Это ритуал, увлекающий человечество миллиарды лет, и тем не менее наша культура находится в затруднении. Если что-то существует так долго, составляя часть повседневной жизни, то, казалось бы, люди давно должны обладать глубокими специальными знаниями в этой области. Однако наши сексуальные отношения по сей день продолжают изумлять и сбивать с толку. С одной стороны, они порождают страсть и любовь, дарят удовольствие и зажигают огонь желания, жизнь приобретает смысл. С другой — сексуальность является

источником разрушения и негативности, порождая множество социальных проблем. Секс — созидательная сила, которая перемещается по телу, питая эмоции и мысли и порождая желание. Это удовольствие в чистом, неразбавленном виде. Если эту энергию не понимать и не использовать надлежащим образом, она становится причиной неудовлетворенности, разрушения и несчастий. Двойственная в своей основе, как мужчина и женщина, как день и ночь, сексуальная энергия может стать источником как боли, так и удовольствия.

Сексуальность подобна огню: если использовать его с умом, он значительно улучшает нашу жизнь. С помощью огня мы обогреваем свои жилища, готовим пищу, освещаем темные комнаты. Но если использовать огонь не по назначению, например, поджигая крышу вместо камина, неизбежно сгорит весь дом. Однако в огне нет ничего плохого или злого, это просто сила, которую необходимо позитивно направлять. То же можно сказать и о сексуальности: если использовать ее правильно, то она доставляет невероятное удовольствие, но если не обуздывать эту энергию, не понимать и не направлять ее, то наша жизнь может подвергнуться физическим и эмоциональным разрушениям.

Важным считается еще и то, что сексуальная энергия абсолютно нейтральна и не имеет никаких моральных качеств - она ни хороша, ни плоха. Обусловленность нашего общества, частью которого мы являемся, наше социальное окружение и особенно родители - вот кто заставляет нас ощущать наше использование сексуальной энергии плохим или хорошим, угнетающим или освобождающим.

Сексуальная энергия тесно связана с эмоциями. Если вы ощущаете любовь, радость и нежность, сексуальная энергия усиливает их и сама становится положительной. Если же вы ощущаете гнев, ненависть, страх и разочарование, сексуальная энергия усилит и их, а сама станет отрицательной.

В сексуальной энергии, вместо того чтобы считать ее великим грехом, практикующие видят путь к здоровью и преумножению жизненных сил, а также способ установить более близкую связь с божественным. Под этой божественностью понимается состояние целостности и завершенности, возможность которого подразумевается в каждом из нас. Согласно восточным традициям, мужчина и женщина представляют противоположные половинки этого единого целого. Каждый — это земное проявление двух космических творческих сил, смешение которых порождает все явления. Когда мужчину и женщину объединяет половая близость, объединяются Небо и Земля.

«Сознательно направляя Ци, или жизненную энергию человеческого тела, китайские даосы в своих исследованиях искусства любви пошли дальше использования пищи и трав, даже дальше использования эротических приемов... Они делали это для повышения сексуального возбуждения, управления оргазмом и усиления экстаза как мужчины, так и женщины».

Валентин Чу. Бабочка Инь-Ян

Сексуальную энергию можно использовать для укрепления органов и ощущений, стимулируя сексуальные рефлекторные точки. Органы и ощущения становятся сильнее, и вы становитесь более привлекательным и волнующим.

начнем воспринимать сексуальную энергию и половые органы как священные, как источник жизненной силы, мы будем получать гораздо больше удовлетворения от других людей, да и от самих себя.

Сексуальное переживание — величайший дар, полученный человечеством, который

делает для него относительно доступным ощущение общего равновесия и гармонии и тем самым служит метафорой более высокой цели в жизни. Эта цель, как утверждают даосские мудрецы, заключается в достижении покоя и гармонии посредством объединения противоположностей. Посмотрите вокруг, увидьте в мужчине и женщине еще одно выражение той же космической энергии, которая создает день и ночь, зиму и лето, позитивное и негативное, север и юг, небо и землю. Объедините эти противоположности, и мир взорвется в духовном экстазе, говорят даосские учителя, которые считают секс таким же естественным и необходимым для человеческого здоровья и долголетия, как естественен и необходим дождь для засеянного поля.
Даосы подходят к совместимости с самых разных точек зрения. Совместимость имеет непосредственное отношение к обоюдному энергетическому влечению двух людей, особенно любовников. Существуют некоторые очевидные признаки совместимости, с которыми следует считаться, и тем не менее многие люди не обращают на них внимания. Мы можем определить совместимость исходя из прикосновения, запаха, вида, вкуса, разговора, пожатия рук, интересов, черт характера и энергии.
Совместимость можно сравнить с вкусом хорошего красного вина, со временем она становится богаче и многограннее. Вот почему каждый этап развития взаимоотношений — ухаживание, встречи и, наконец, брак — должен быть достаточно длительным. Используя даосские секреты любви, все дольше оставаясь со своим партнером, вы почувствуете, что глубже и крепче становятся ваши отношения. Это объясняется тем, что даосы учат культивировать и преумножать энергию, а не расходовать ее. Если два человека, испытывающие сильное влечение и любовь друг к другу, потакая своим сексуальным желаниям, высасывают друг у друга энергию, вызывают постоянные всплески эмоций и ведут бесполезные споры, сила и глубина отношений постепенно сходит на нет. Это одна из причин столь высокого процента разводов в западных странах. При использовании даосских техник любовь крепнет и расцветает.
На Западе к совместимости иногда относятся как к «химии». Когда у пары «хорошая химия», существует электрическая, магнитная энергия. Вопрос в том, как партнерам сохранить этот магнетизм, эту химию на всю жизнь. Даосы раскрыли этот секрет — он заключается в культивировании энергии. Когда во взаимоотношениях есть энергия, есть интерес, возбуждение и радость.
Не существует правильного или неправильного пути к соприкосновению со своей собственной сексуальной энергией. Потребуются время, терпение, юмор и любовь. Мы надеемся, что вы привнесете эти качества в свою сексуальную практику и, основываясь на предоставленной нами информации и следуя новому пути, насладитесь отношениями со своим сексуальным партнером, что принесет вам много лет спокойствия и радости.

Автор: Doberman
30.05.2020 00:00 - Обновлено 27.02.2021 13:05



Автор: Doberman
30.05.2020 00:00 - Обновлено 27.02.2021 13:05



