

LBRIS

We know
books

SVETLANA SAUCIUC

**FEMEIA
și
TANTRA**



EuroPress
GROUP

București, 2023

Cuprins

1. Tantra – psihologia firescului	7
2. Centrii de forță – porți către eternitate	20
3. Misterul iubirii	55
4. Orgasmul – poarta spre dumnezeire	74
5. Fascinația femeii.....	113
6. Tipologii feminine – vitalitate și împlinire armonioasă	137
7. Amorul astral și întâlnirile astrale	155
8. Femei ce au atins stadii de măiestrie în Tantra ...	179
9. Cuplul continent – o nouă modalitate de abordare a iubirii	198
10. Posturile amoroase – atitudini sublime.....	232
11. Ritualuri secrete – Maithuna, o cale directă către perfecțiune	261
12. Astrologia tantrică – o modalitate de amplificare a feminității.....	294
13. Imaginația creatoare și gândirea pozitivă.....	306
Bibliografie	321

1

TANTRA – PSIHOLOGIA FIRESкулUI

Tantra înseamnă, înainte de toate, a înțelege și a trăi plenar frumusețea și misterul acestei lumi, folosind tot ceea ce oferă această manifestare în scopul transformării spirituale, mai simplu, în scopul înțelegerii profunde a ființei noastre și a întrebărilor vieții.

Atunci când înțelegi și iubești, ai și puterea de a merge mai departe, puterea de a ierta și... se pare că tocmai aceste aspecte ne lipsesc deseori din viață.

Să ne închipuim că suntem magicieni, că închidem ochii și ne trezim în lumea pe care o dorim, cu toate lucrurile și ființele pe care le dorim. Și apoi?

Cum se simte o ființă care și-a împlinit toate dorințele? A dori înseamnă a trăi. Cum poți să fii dincolo de dorințe și să trăiești plenar fiecare clipă?

În fiecare strop de rouă se ascunde esența magiei, a alchimiei. Să aduni roua din zori și să o dăruiești ființei tale ca pe un elixir alchimic dătător de fericire.

Cum ar fi dacă ființa iubită, pe care o dorești de atât timp, ar fi lângă tine? Ai recunoaște-o?

Cum ar fi ca în loc de plictiseală, depresie, oboseală eternă și obișnuitul fiecărei zile să trăiești plenitudinea,

fericirea debordantă și împlinirea că ai întâlnit iubirea vieții tale, că toate dorințele s-au împlinit?

Poate fi și rămâne doar un vis, dar dacă am trăi în realitatea lui? Am uitat să visăm și să credem în visuri și în împlinirea lor? Într-o manieră mai poetică, se poate spune că Tantra ne oferă mijloacele prin care să împlinim cele mai intense dorințe ale imaginației noastre, fiind o modalitate care ne permite să ne întoarcem la firescul existenței noastre, la acea spontaneitate divină a ființei noastre.

Deseori Tantra se confundă doar cu o simplă modalitate de abordare a sexualității, dată fiind necunoașterea complexității acestei... filozofii, tradiții, mod de viață. Ea este cea care ne oferă oportunitatea de a trăi plinar, de a înțelege că magia nu este decât un lucru obișnuit la un anumit nivel de cunoaștere.

„Cunoașterea înseamnă putere!” Prin cunoștințele care ni le oferă Tantra vom putea să trăim cu putere și măreție adevărul naturii umane, care constă din conștientizarea naturii divine, a eternității ce se ascunde, în cel mai mare secret, în fiecare ființă.

A crede că Tantra înseamnă o modalitate simplă de abordare a vieții și spiritualității este o mare greșală, căci deseori se confundă simplitatea cu simplismul. Ce vrea să însemne acest lucru? Că această știință se poate compara cu marile adevăruri, pe care le poți trăi plinar, cu toată ființa ta, doar când ai ajuns să trăiești la nivel de esențe. Ceea ce... este un fenomen destul de rar întâlnit la nivelul planetei noastre.

Tantra desemnează o grandioasă mișcare filozofică și religioasă care a început în secolul al IV-lea, d. Hr., extinzându-se apoi foarte mult și devenind o mișcare pan-indiană.

Dintre multiplele semnificații ale termenului Tantra, cele care personifică cel mai bine sensul acestei filozofii sunt: țesătură, urzeală, dezvoltare, proces continuu – „ceea ce extinde conștiința”.

Rădăcina sanscrită „tan” înseamnă „a extinde, a continua, eliberare”.

Tantra desemnează o metodă experimentală, științifică și sistematică ce conduce la realizarea deplinătății puterilor spirituale umane, la realizarea perfecțiunii umane.

Nici o manifestare fenomenală nu este în opoziție cu autorealizarea. De altfel, viața efemeră poate fi folosită integral pentru dezvoltarea spirituală. Astfel, în loc să fugă de manifestare, de natură și de obstacolele sale, tantricul se confruntă cu acestea printr-o abordare directă: experiența perfectă se concretizează în experiența întregului ca și conștiință, ca ființă, și conștiința ca putere de devenire.

Tantra este acea „terra mirabilis” care răstoarnă concepte, produce revoluții, provoacă revelații, creează noi moduri de viață. Ea este, după spusele lui Mircea Eliade, „o viziune genială asupra vieții și sublimării energiilor sexuale”. Tantra aduce, ca o noutate pentru civilizația europeană, revalorizarea valorilor feminine. Ea afirmă că eliberarea ultimă este pură spontaneitate.

Privit din afară, tantrismul poate părea o cale ușoară, care conduce în mod gradat și fără obstacole la libertate. *Kularnava Tantra* afirmă: „nimeni nu poate obține perfecțiunea prin operațiuni dificile și plictisitoare; dar perfecțiunea se poate obține ușor prin satisfacerea tuturor dorințelor”. Această abordare facilă a căii tantrice este doar aparentă.

Gampopa, un maestru al tantrismului tibetan, afirmă:

„Tantrele reprezintă o filozofie destul de complexă pentru a îmbrățișa întreaga cunoaștere, un sistem de meditație care va produce creșterea puterii de concentrare a minții asupra oricărui subiect, o artă de a trăi care face pe oricine capabil să utilizeze fiecare activitate a Corpului, Vorbirii și Minții, ca un ajutor pe calea eliberării.”

Scripturile tantrice sunt în general clasificate ca hinduse sau budiste, în funcție de sfera religioasă-culturală din care provin: Hinduism sau Budismul Vajrayana. Deși un mare număr de texte sanscrite originale s-au pierdut de-a lungul secolelor, ele există de multe ori în traduceri, adesea în tibetană și în chineză.

Această știință pierdută vine dintr-o Tradiție fără vârstă a înțelepciunii planetei Pământ. Din timp în timp, Marii Maeștri au făcut să renască această tradiție, deoarece aceasta s-a impus ca o cerință a perioadei respective.

Un asemenea maestru a fost Abhinavagupta, care a trăit aproximativ cu o mie de ani în urmă. El a fost unul din cele mari genii și giganți intelectuali care au trăit pe această planetă, cel mai strălucitor Maestru Tantric, de o foarte înaltă realizare spirituală, un filozof profund și un metafizician, un poet inspirat și un dramaturg subtil.

Abhinavagupta a fost un scriitor prolific, dar și unul dintre cei mai mari maeștri ai tradiției tantrice; unele din cele 20 de opere tantrice ale sale încă mai există și astăzi, dar un mare număr dintre acestea s-au pierdut. În scrierile (operele) sale el a făcut să renască toate direcțiile majore ale tradiției tantrice: TRIKA, KAULA, PRATYABHIJNA, SPANDA, KRAMA. Despre toate acestea au rămas puține informații.

Deseori Tantra Yoga este sinonimă cu Kundalini Yoga. Tratatele tantrice sunt în general redactate sub

forma dialogurilor dintre Shiva, Absolutul divin, și Shakti a sa, ce încarnează energia feminină subtilă divină. Aceste texte au drept scop să accelereze trezirea spirituală și să eleveze ființa umană în întregime, conducând-o la perfecțiunea divină, învățând-o cum să își trezească și să conducă în sus forța cosmică latentă (Kundalini Shakti) care dormitează în el (mare parte din aceasta manifestându-se prin potențialul sexual specific, atât la bărbat, cât și la femeie), cu ajutorul diferitelor exerciții specifice și procedee meditative.

Veche de câteva mii de ani, Tantra Yoga este o sinteză plină de înțelepciune a tradiției și a științei yoghine care urmărește corelarea inefabilă într-o deplină armonie a stărilor fizice cu anumite experiențe metafizice, pe care numai o ființă umană plinar conștientă și inițiată le poate realiza.

Practica tantrică oferă individului o gamă uluitoare de modalități care îl ajută să fie în echilibru și în armonie cu Universul, folosind condițiile oferite de viața cotidiană.

Tantra „de mâna dreaptă” cuprinde o serie vastă de practici care includ exercițiile fizice profund binefăcătoare pentru sănătate, metode respiratorii care fac să se miște la voință fluxurile energiei vitale, procese de purificare ce armonizează aspectele emoționale ale ființei, tehnici mentale care disciplinează și focalizează mintea, practici meditative ce implică diagrame geometrice (yantra) și sunete subtile (mante) care rafinează conștiința și o fac aptă să reveleze spiritul.

În practica tantrică, potențialul creator, energia sexuală transmutată, atunci când este valorificată prin sublimare, devine o forță foarte importantă care poate conduce rapid la o transformare extraordinară a ființei umane. Toate acestea pot fi realizate de o persoană care,

rămânând abstinentă, practică singură, sau pot fi trăite într-un cuplu plin de tandrețe și iubitor, în care se urmărește permanent continența și sublimarea superioară a energiilor rezultate în Tantra „de mâna stângă”. Abordarea intimă, afectuoasă, în cuplu presupune o rafinată și sensibilă explorare și valorizare a relației dintre bărbat și femeie, iubire reciprocă, respect pentru celălalt, transfigurarea fiecăruia de către celălalt în ființa divină, transmutarea potențialului sexual și sublimarea energiei rezultate în sferele cele mai elevate ale ființei, pentru a atinge împreună, sau fiecare la un anumit moment dat, starea de extaz divin.

Aplicarea corectă a acestor precepte izvorâte din învățătura milenară a Orientului conduce gradat la o elevare și o amplificare a trăirilor în cazul unirii sexuale conștient controlate, de la un proces guvernat de instincte ajungându-se la o veritabilă experiență spirituală, în care cuplul resimte la unison fericirea oceanică infinit nuanțată. Această stare extraordinară este definită în textele fundamentale yoga sub numele de Ananda, beatitudine cosmică sau extaz. Dincolo de aberațiile pe care le susțin cei ignoranți și răuvoitori, Tantra este viața trăită plener și superior. Tantra practică bine este echivalentă cu o viață echilibrată și în armonie cu Totul.

Un mare maestru tibetan, Drukpa Kunley (Dragonul Perfect), faimos pentru realizările sale spirituale și sexuale, spunea:

*Deși clitorisul este de formă triunghiulară,
El nu este potrivit ca hrană a entităților negative
pentru cultul zeului local.*

*Deși suncul dragostei nu se usucă niciodată la soare,
Este nepotrivit ca să stingă setea.*

*Deși un scrot poate atârna foarte jos,
Este un sac nepotrivit pentru hrana pustnicului.*

*Deși un lingam are o coadă robustă și un cap mare,
El nu este un ciocan cu care să bați un cui.*

*Deși mintea poate fi virtuoasă și pură,
Învățătura lui Buddha nu se obține stând acasă.
Învățătura teoretică a misterelor tantrice este cea
mai profundă,
Dar eliberarea nu poate fi câștigată fără o
experiență interioară profundă.*

*Drukpa Kunley vă poate arăta calea,
Dar trebuie să traversați voi înșivă cărarea.”*

Iată părerea unuia dintre cei mai mari maha-siddha
și budiști, maestrul tantric Sarahapada:

*Deși lămpile au fost aprinse în casă,
Cei orbi continuă să trăiască în întuneric.
Deși spontaneitatea este omniprezentă și atât de
aproape de noi,
Pentru cei aflați în iluzie ea rămâne veșnic
îndepărtată.
Albinele știu că mierea
Trebuie căutată în interiorul florilor.
Dar cum ar putea să înțeleagă vreodată cei aflați
în iluzie
Că samsara și Nirvana nu sunt două lucruri
diferite?
Nu există nimic care să poată fi negat, la fel cum
nu există nimic
Care să poată fi afirmat sau înțeles.*

*Căci acela nu poate fi conceput cu mintea.
Cei aflați în iluzie sunt păcăliți de
fragmentarea intelectului lor.
În timp ce spontaneitatea rămâne veșnic
nedivizată și pură.”*

Un alt mare inițiat al Orientului, Ramakrishna, sec. XIX-lea d. Hr., spunea despre Tantra: „Nu puteți prinde razele soarelui fără soare, cum nu puteți cuprinde soarele fără raze. Nu ne putem imagina absolutul fără relativ, dar nici relativul fără absolut. Puterea divină se joacă continuu. În acest joc ea creează, menține și distruge în același mod.” (H. Zimmer, *Philosophies of India*, Princetown University, 1969)

Tantra este un mister creator care valorizează spiritual experiențele umane, ajutând ființa umană să-și transmute acțiunile din ce în ce mai mult în partea conștiință a ființei, dar nu prin încetarea oricărei acțiuni, ci prin transformarea acestora în modalități evolutive. Tantra este o sinteză între spirit și materie care oferă omului modalitatea cea mai simplă de a-și atinge cele mai înalte potențialități materiale și spirituale.

Tantra înseamnă nu o retragere din fața vieții, ci acceptarea plentară a tuturor dorințelor și sentimentelor noastre, dar și a condiției noastre umane.

Se poate spune că Tantra a vindecat dihotomia care exista între lumea fizică și realitatea interioară a ființei umane, și spiritualitate. Pentru un adept al acestei căi viața nu reprezintă un conflict interior organic, ci o împlinire. Scopul său nu este să descopere necunoscutul, ci cunoașterea și realizarea plentară a tot ceea ce este cunoscut, căci: „Ceea ce este aici, este pretutindeni. Ceea ce nu este aici, nu există nicăieri.”; rezultatul unei

asemenea căutări nu poate fi decât o experiență plenară și totală a vieții.

Se poate spune că nici o manifestare fenomenală nu este în antiteză cu realizarea perfecțiunii. Chiar dacă viața este efemeră, tot ceea ce ne înconjoară are dimensiunea sa pozitivă. În loc de a fugi din fața naturii și a obstacolelor ridicate de aceasta, Tantra este cea care indică confruntarea directă cu acestea. O experiență perfectă rezultă din experiența totalității, adică a conștiinței de a fi și de a deveni.

În Extremul Orient masculin și feminin nu sunt decât cele două aspecte polare complementare ale Unității Primordiale sau, altfel spus, femeia reprezintă Forța maternă, eternul feminin, iar bărbatul Supremul masculin, Esența Divinității.

Într-o societate în care tinerii sunt educați să privească în acest mod ființele de sex opus cu care urmează să fuzioneze erotic nu poate să existe decât o concepție despre sexualitate plină de puritate și sfințenie. Astfel, în Orient, actul erotic era și este privit ca un act sublim ce aparține ordinii firești a lucrurilor, o refacere a însuși procesului cosmic de manifestare a Creației. Sexualitatea nu este doar un instrument al plăcerii și nici un elogiu al trupului, ci un mijloc de elevare spirituală. De aceea literatura erotică și educația sexuală a tinerilor au fost dintotdeauna manifestări și procese firești în evoluția societăților.

Occidentul însă, dimpotrivă, s-a confruntat și încă se confruntă cu o adevărată angoasă a sexualității. Considerat subiect tabu până prin anii '60, cunoaște o preocupare excesivă care erijează într-o libertate prost înțeleasă, ca dovadă constituind-o revistele și filmele porno, telefoanele „fierbinți” și elogiuul trupului în reclame. La capătul celălalt, frustrarea, sentimentul

vinovăției, ideea că sexul este ceva rușinos și imoral au făcut, paradoxal, ca în Occident sexul să devină o obsesie. De unde și o „dezvoltare” pe orizontală a sexualității, care nu lămurește și nu deslușește cu nimic acest mister. În Occident această preocupare excesivă pentru sex este o dovadă a insatisfacției. Se spune despre actul sexual că este un elan mistic decăzut. Epoca modernă, cu multiplele sale realizări tehnologice, a adus totuși și un fenomen general de „desacralizare”, de însingurare sau chiar de negare a oricăror experiențe și trăiri de factură mistică. Însă acestea fac parte din însăși natura umană. Se poate spune că ființa umană intuiește o anumită experiență care-o scoate din ritmurile sale monotone și o caută în orice clipă. Dar pentru că actul sexual este redus la un banal act biologic instinctual, o nevoie ca oricare alta, de aici apare frustrarea.

În Orient sunt cunoscute profunzimea și implicațiile actului erotic în viața ființei umane și tocmai de aceea se apleacă asupra acestui univers pentru a putea să-i cunoască legile și să i le aplice. Pentru orientali nu există nimic profan, carnal sau degradant în actul amoros; unele tradiții secrete dau valoare trupului trezindu-și și amplificându-și potențialitățile spirituale latente, considerându-le adevărate mijloace de elevare și înălțare a ființei umane și chiar de eliberare spirituală.

Pentru occidentali, preocuparea orientală pentru sexualitate poate apărea șocantă. Dar această preocupare susținută de o viziune mai sus amintită fac din actul erotic o adevărată artă, în care se întâlnesc în egală măsură rafinamentul și înțelepciunea, spiritul și plăcerea, spiritualitatea.

O parte din sexologia modernă a preluat unele principii și metode din tradiția Orientului, pledând pentru o transformare atât a mentalităților despre experiența