

التانفرا

إذا استطعت استحضار بعض من نور الذكاء لحياتك
الجنسية، فإن هذا النور سيعمل على تحويلها.

عندئذ ستكف حياتك الجنسية هذه عن كونها جنسانية،
وتتحول إلى شيء آخر مختلف تماماً، مختلف لدرجة أنك لا
تمتلك له اسماً.

في الشرق تدعى تانترا ، أما في الغرب فلا يوجد مقابل لهذه
الكلمة.

عندما يقترن الجنس بالذكاء تولد طاقة مختلفة
تماماً، تلك الطاقة هي التانترا.

إذا كنت شديد الانقياد للوسائل والتقنيات، فستفقد
سرو وعمق التانترا.

يجب ألا تكون التانترا عملاً ينفذ... لا يمكن أن تكون
مقادة بالتقنيات.

يمكنك أن تتعلم بعض التقنيات... يمكن اتباع بعض طرق
التنفس مما يطول فترة الجماع، فمثلاً إذا استطعت التنفس
ببطء شديد جداً لا يكاد يظهر فعندها يمكن إطالة فترة
الجماع.

لكنك ستكون متحكماً بهذه الطريقة، لن يكون عملاً
طبيعياً ولا بريئاً... لن يكون تأملاً أيضاً، إنه ببساطة
فكر.

ليست التانترا الحقيقية تقنية بل حياً، ليست التانترا
الحقيقية تقنية بل صلاة، وليست التانترا مقادة بالعقل
وإنما استرخاء وسلام في القلب.

في جماع التانترا، يمكنكما البقاء لساعات.

المسألة أن تصبحا فطريين ولا فكريين إلى أقصى درجة
ممكنة مما يمكنكما من الاندماج بالطبيعة الأم...
بحيث تختفي المرأة وتصبح باباً إلى القمة، ويختفي الرجل
ويصبح باباً إلى القمة.

هذا هو تعريف التانترا لجنسيتنا: العودة إلى البراءة التامة،
والعودة إلى الأحذية المطلقة.

تمنحكما التانترا أبعاداً من الاسترخاء الإيجابي
الراقي.

يدوب كل من الشريكين بالآخر مانحاً طاقة حيوية.
بالتحرك عبر، فيمنح كل منهما الحياة للآخر... في جماع
التانترا يصبح الرجل والمرأة دارة تبدأ طاقتيهما بتجديد
الحياة.

لا يوجد أي هدر للطاقة، بل على العكس هناك ربح واستفاضة منها، فمن خلال الاتصال بالجنس المعاكس تثار كل خلية من خلايا الجسد وت شحن بالطاقة.

وإذا استطعنا الانصهار في هذه الإثارة دون قيادتها نحو الذروة؛ إذا استطعنا البقاء في البداية دون أن تصبحا حارين؛ أي البقاء دافئين عندئذ سيلتقي الدفئان مما يمكنكما من إطالة فترة الجماع.

دون أي قذف للمني؛ ودون أي تبديد للطاقة يصبح الجماع تأملاً وتصبحان أحدية كاملة.

هناك نوعان لذروة الجماع... نوعان للهزة.

أحدهما وهو المعروف... تصلان إلى قمة الإثارة ثم لا تستطيعان المتابعة أكثر... النهاية قد أتت.

أما في التانترا فيتم التركيز على نوع آخر من الهزة.

إذا دعونا النوع الأول للهزة بهزة الذروة، فيمكنك أن تدعو النوع الثاني بهزة الوادي. حيث لا يصل المحبان بها إلى ذروة الإثارة بل إلى أعماق أودية الاسترخاء والمتعة.

علينا استخدام الإثارة في كلا النمطين ولكن عند البداية، أي أن النمطين متشابهين في البداية ولكن النهاية مختلفة تماماً.

البداية يجب أن تكون الإثارة متصاعدة تدريجياً من
حيث الشدة.

عليك أن تمضي بها قدماً ، عليك مساعدتها على النمو
باتجاه الذروة.

أما في النوع الثاني: فالإثارة مجرد بداية، وحالما يدخل
الرجل يمكن المحب والحببية الاسترخاء ولا حاجة لأي
حركة... يمكنهما الاسترخاء في عناق حبي.

عندما يشعر الرجل أو تشعر المرأة بأنهما في طريقهما
لفقدان الانتصاب عندها فقط هناك حاجة لقليل من
الحركة والإثارة، أما بعدها فاسترخاء فقط.

يمكنكما إطالة هذا العناق لساعات طويلة دون قذف
للمني، وبعدها يمكنكما الخلود لنوم عميق سوية.

هذه هي هزة الوادي.

كلاكما في حالة استرخاء تام... تلتقيان كوجودين
مسترخيان مستريحان.

تبدو الهزة الجنسية العادية كجنون، أما هزة التانترا
فاسترخاء تأملي عميق.

يمكنكما الاستمتاع والانغماس قدر ما تشاءان فلا طاقة
تهدر، بل على العكس الطاقة تفيض وتزداد.

تتجدد الطاقة من مجرد الالتقاء بالقطب المعاكس.

يمكنكما ممارسة الحب التانثري قدر ما تشاءان على
خلاف الجنس العادي الذي يتطلب التوقف والانتظار حتى
يتمكن الجسد من استجماع بعض الطاقة.

وعندما تستجمعها لا يمكنك سوى فقدانها ثانية.

عندما أقول "ممارسة الجنس" فهذا يبدو وكأنه بحاجة
لبذل الجهد.

في الحقيقة... لا .

فقط ، ابدأ باللعب بجسد حبيبك: أو جسد حبيبك ،
فليشعر كل منكما بالآخر وليكن حساساً بالآخر؛ فقط
العبا وامرحا كما يلعب الأطفال الصغار أو كما تلهو
الحيوانات البريئة.

العبا وتابعي اللعب فقط ، ولا تفكرا بالجنس مطلقاً ، فقد
يحدث وقد لا يحدث.

إذا حدث الجنس من مجرد اللهو والمداعبة فسيقود إلى
الوادي بشكل أكثر سهولة ، أما إذا كنت تفكر به
فأنت في الحقيقة سابق لذاتك ، تلهو وتلعب بمحبتك
ولكنك تفكر بالجنس ، وعندها فأنت لا تعيش في

اللحظة الحالية وإنما قaddock فكرك إلى المستقبل وتعتبر
مداعبتك خاطئة.

العبا فقط وانسيا كل شيء عن الجنس وسيحدث من
تلقاء نفسه... وعندها اسمحا له بالحدوث ليصبح الاسترخاء
أمراً سهلاً ميسراً وعند حدوثه اسمحا بالحدوث واسترخيا
معاً.

فليكن كل منكما حاضراً بالآخر... واشعرا بالسعادة.

هناك جزءان لممارسة الجنس... البداية والنهاية.

ابقيا في البداية

البداية أكثر استرخاءً ودفناً، ولكن لا تكونا متسرعين بالذهاب إلى النهاية... انسيها تماماً.

كيف يمكن البقاء في البداية؟

هناك عدة أشياء عليكما تذكرها: أولها لا تنتظرا لممارسة الجنس كطريق لشيء... الجنس ليس وسيلة... الجنس نهاية بحد ذاته ولا نهاية له... إنه ليس وسيلة.

وثانيها: لا تفكرا بالمستقبل وابقيا في اللحظة فقط، وإذا لم تستطيعا البقاء في اللحظة في مرحلة البداية من الممارسة الجنسية عندها لا يمكنكما أبداً البقاء في اللحظة، لأن الطبيعة الطبيعية لممارسة الجنس هي دفعك لتتعلم أن تحيا اللحظة.

ابقيا في الحاضر.

لا تذهب إلى أي مكان... ابقيا في اللحظة وانصهرا.

أغلقا أعينكما أثناء العمل.

فليشعر كل منكما بجسد الآخر، فليتحسس كل منكما طاقة الآخر متدفقة نحوه ولينصهر بها... فلينتظر قدومها.

فقط استرخاء واسترخاء واسترخاء، وإذا لم يكن هناك قذف مني فلا تشعرنا بأن هناك شيئاً، لم تفقد شيئاً.

قد تشعرنا بفقدان بعض الأشياء قبل قدوم الوادي، ولكنها مجرد عادة قديمة، خلال فترة من ثلاثة أسابيع إلى شهر سيبدأ الوادي بالظهور وعندها ستتسيان كل شيء عن القمم.

لا يمكن لذروة أن تعادل هذا...

ولكنه بحاجة للانتظار ولا ترغمانه على الظهور ولا تتحكما به.

فقط، استرخاء.

عندما تبدأ أحاسيسكما بالتراقص كأوراق الأشجار في غمرة هذا العناق والوحدة مع الحبيبة أو مع الحبيب... أرقصا معها.

لا تسمحا لجسديكما بالمزيد من الحركة أثناء ممارسة الحب لأن ذلك سيؤدي إلى انتشار الفعل الجنسي عبر الجسد بأكمله.

يمكنك السيطرة على العمل الجنسي ما دام متركزاً في مركز الجنس وعندها ممكن للفكر التحكم والإرادة.

وعندما ينتشر الأثر الجنسي إلى كامل الجسد فستفقد كل السيطرة عليه، وربما تبدأ بالاهتزاز أو الصراخ، ولن تكون قادراً أيضاً على التحكم بجسدك عندما يستولي عليه الجنس.

رياح عاتية تهب فتأخذ الشجرة بالاهتزاز... تهتز معها الجذور وتهتز معها الأوراق.

كن كالشجرة والجنس رياح عظيمة تهب بك، طاقة عظيمة تتدفق من خلالك.

أرقص وتمايل...

دع كل خلية من جسدك ترقص.

ترقص المحبوبة أيضاً، وتتمايل كل خلية من خلاياها.

عندها فقط. و فقط عندها يمكنكما اللقاء، سوف لن يكون لقاءً عقلياً وإنما لقاء طاقات حية.

ادخلا هذه المعمة ولا تكونا متحفظين أو متفرجين فالفكر هو المتفرج.

لا تقفا متفرجين، كونا راقصين، تحولا إلى راقصين، وانسيا كل شيء وأصبحت الرقصة ذاتها.

ليس جسديك هو الذي يرقص، إنه أنت... وجودك وكليتك، لقد أصبحت الرقصة ذاتها.

وعندها لا يوجد جسدين ولا فكرين.

في البداية هناك طاقتان تهتزان وفي النهاية دارة واحدة.

فقط تحرك أثناء الجنس، تحرك بكاملك، كن لا
فكرياً تماماً.

وعندها فقط ضع في وعيك بأنك قد أصبحت واحداً مع
أحدهم، ممكن لهذا الشعور بالأحدية أن يتحقق بمعزل
عن شريك، ويمكن تحقيقه مع الكون بأكمله.

يمكنك أن تمارس الجنس مع شجرة أو مع القمر... مع أي
شيء.

عندما تتعلم إنشاء هذه الدارة يمكنك إقامتها مع أي
شيء، وحتى دون أي شيء.

يمكنك تحقيق هذه الدارة مع نفسك، لأن الرجل في حقيقته رجل وامرأة، والمرأة في حقيقتها امرأة ورجل.

أنت كلاهما لأنك مخلوق من كليهما.

خلقت من رجل وامرأة، لذلك فإن أحد نصفيك يبقى الآخر دائماً... يمكنك أن تنسى كل شيء تماماً وتحقق الدارة بمفردك.

عندما تتحقق الدارة داخلياً أي عندما يلتقي الرجل الداخلي بالمرأة الداخلية، تصبح في عناق داخلي مع ذاتك.

وعندما تحقق هذه الدارة الداخلية تكون قد حققت مرحلة العزوبية الحقيقية.

عندما تتحقق الدارة داخلياً تكون قد حققت الحرية.

عندما تخرجنا من ممارسة الجنس التانترى، تكوننا قد
حققتنا رقياً وليس هبوطاً.

تشعر بإشباع من الطاقة، تشعرنا بحيوية وبهاء أكثر.

وستستمر تلك النشوة لساعات وربما أياماً وهذا متوقف
على درجة العمق التي كنتمنا عليها.

اختبار جنس تانترى واحد كاف للشعور بالراحة
والاسترخاء لأيام، كاف لتحقيق الطمأنينة المنزلية ونبد
العنف، الغضب والاكئاب.

تقول التانترا: إذا أنت دخلت في التأمل فسيختفي
الجنس تماماً... نعم يمكن للجنس أن يختفي تماماً.

في التأمل تشغل كامل الطاقة بمراكز أعلى... في جسدك
العديد من المراكز.

يعتبر الجنس أدنى هذه المراكز حيث يتواجد الإنسان الآن... وكلما ازدادت كمية الطاقة الصاعدة ازداد عدد المراكز العلوية المتفتحة.

عندما تصل الطاقة نفسها إلى مركز القلب تصبح حياً.

وعندما يرتفع نفس المقدار من الطاقة إلى مراكز أعلى فأنت على موعد مع أبعاد جديدة واختبارات جديدة.

أما عند وصول نفس المقدار من الطاقة إلى أعلى المراكز، أي إلى ذروة الجسد، تكون قد وصلت إلى ما تدعوه التانترا "الشاكرة العليا في الرأس" أو Sahasrar

أدنى الشاكرات هي الجنس، وأعلىها هي Sahasrar وبين هذين المركزين تتحرك الطاقة الجنسية التي بإمكانها أن تتحرر من الجنسي منهما.

عندما تتحرر الطاقة الجنسية من مركز الجنس تصبح سبباً لخلق أحدهم، أما عندما تتحرر نفس الطاقة من مركز ٩، أي من الكون تصبح سبباً لمنح ولادة جديدة.

إنها ولادة وخلق ولكن ليست بيولوجية بالطبع ، بل ولادة روحية...ويدعى مثل هذا الشخص في الثقافة الشرقية بالشخص ثنائي الولادة.

فقد منح نفسه ولادة جديدة.

التانترا ليست جنسانية تدرس، ولكنها تقول وبكل
بساطة: يمكن أن يكون مصدراً للفرح الغامر.

وحالما تتعرف على ذلك الفرع التان تري الغامر يمكنك
المضي قدماً لأنك تكون عندها قد وطئت أرض الحقيقة.

على أحدنا ألا يبقى في الجنس إلى الأبد، بل عليه أن يتخذه
كنقطة انطلاق نحو الأعلى وهذا ما تعنيه التانترا: الجنس
نقطة للوثوب نحو الأعلى.

وحالما تتعرف وتفهم حقيقة النشوة الجنسية يمكنك أن
تفهم عما تتحدث الصوفية... تتحدث عن هزة أعظم؛ عن
هزة كونية.

ألفت العديد من الكتب في التانترا، وتحدث جميعها
عن تقنية.

ولكن لا علاقة للتانترا الحقيقية بالتقنيات والوسائل.

لا يمكنك الكتابة عن التانترا الحقيقية بل يمكن
ارتشافها ارتشافاً.

ما زالت إنسانيتنا جمعاء مهووسة بالجنس، وستبقى
هكذا ما لم نغير كامل الصورة.

تقوم الصورة الحالية على الكبت والانغماس، وما بين
هاتين النهايتين نواصل حياتنا.

علينا التوقف عند المنتصف تماماً.

هل حاولت مرة إيقاف رقص الساعة عند المنتصف تماماً؟

ما الذي سيحدث عندها؟

تتوقف الساعة... ويتوقف الزمن.

هذا ما أوده منك... لا أريدك أن تكون كاتباً مكبوتاً،
ولا أريدك أن تكون متوازناً في المنتصف.

في المنتصف تماماً حيث يمكن تجاوز الجنس.

لا يشترط استخدام الجنس للخلق والإبداع.

في كل عملية إبداع وابتكار هناك جنس.

هذا ما يجعل كبار المبدعين من شعراء ورسامين وغيرهم
يبدون انجذاباً أقل نحو الجنس... فهم يبدعون شيئاً ما من
مرتبة أرقى مما يؤدي إلى إشباع الحاجة.

لم يكن الحبيب محمد شاعراً أو موسيقياً، لم يكن بوذا رساماً أو نحّاتاً، ومع ذلك تجاوزا الجنس ومضيا أبعد منه، فما الذي حصل معهما؟

قمة الخلق والإبداع هي خلق الإنسان لنفسه، قمة الخلق والإبداع هي خلق وعي كلي داخلي، خلق الكلية والأحدية داخلاً... إنها قمة القمم.

على تلك القمة يوجد الحبيب ويوجد بوذا، فقد أعادا خلق نفسيهما.

هناك ثلاثة عوامل تجعل الجنس لحظة غامرة من الفرح.

أولها: انعدام الزمن أو توقفه.

أي أنك تتجاوزه تماماً وتتساه، فلا يعود هناك زمن بالنسبة لك... يتوقف الزمن عندك بمعنى خروجك منه وليس توقف الزمن الفعلي المألوف.

وثانيهما: في الجنس يتلاشى غرورك... أي يتلاشى "الأنا"، لا توجد أنت ولا يوجد الآخر، يندمج المحب والحبيبة ويتحولاً إلى شيء آخر مختلف.

وآخرها: في الجنس تكون طبيعياً للمرة الأولى، حيث تصبح جزءاً من الطبيعة... تصبح جزءاً من الأشجار وجزءاً من الحيوانات، وتصبح جزءاً من النجوم... تصبح جزءاً مغموراً في كلية واحدة عظيمة... تصبح مغموراً في الكون.

لا يمكنك العوم به فأنت لا شيء... أنت مجرد وجود يطوف مع التيار.

ما الجنس إلا حالة ما يحدث فيها يحدث طبيعياً.

حالما تتعرف على هذه العوامل وتتمكن من الشعور بها
يمكنك تحقيقها بشكل مستقل عن الجنس.

التأمل في جوهريته هو اختيار للجنس دون جنس.

ولكن لا بد لك من المرور بالجنس؛ يجب أن يكون الجنس
جزءاً من اختبارك، ويجب ألا يبقى على مستوى الآراء
والأفكار والمعتقدات.

طاقتك الجنسية هي زادك في رحلتك نحو الضمير
الكوني أو السمادهي.

من طين الجنس تتفتح ورود السمادهي.

فلا تكبته.

لا تكن عدواً للجنس، بل امض به عميقاً بنقاء وحب
عظيمين.

امض به وكن كالمستكشف وابحث في كل ركن
وزاوية من جنسانيتك ولا شك ستتكون مشبعاً ثرياً
ومكثفاً.

تعرف على جنسانيتك ، لتعثر يوماً ما على روحانيتك
وعندها ستصبح حراً.

سيحمل المستقبل رؤية مختلفة تماماً للجنس.

سيكون أكثر مرحاً وسعادة... سيكون أكثر محبة ولهواً
من صورته الجدية التي كان عليها في الماضي ولا يزال.

الجنس بداية وليس نهاية...

ولكن إذا فقدت البداية ستفقد معها النهاية أيضاً....