



# TANTRA

*a lidská sexualita*

Na závěr trilogie o tantrě, kterou jsem pro vás ve spolupráci s časopisem Regena připravil, se budeme věnovat tématu, jenž většinou moderního člověka na tantrě nejvíc přitahuje. Vaše ohlasy na první dva články byly velmi inspirativní, avšak skoro pokaždé v nich bylo jedno „ale“.

... ale jak je možné, že tantra je v současnosti známa především jako učení o sexualitě?

... ale jak je možné, že jste napsal článek o tantrě a pokrytecky nezmínil sex? Pojďme se tedy na téma tantra a lidská sexualita podívat blíže.

text: Marcel Jayananda Harazím  
foto: Shutterstock.com

## Lidská sexualita a tradiční učení

Ze všeho nejdřív pojďme prozkoumat vztah lidské sexuality a tradičních učení naší planety. Domněnka, že tantra je jediná nauka se sexuálním aspektem osobního rozvoje je totálně mylná. Prvky posvátné – léčivé sexuality v sobě nese naprostá většina tradic dávnověku. Stačí se podívat hned do indického sousedství, na dalšího velmocenského obra Dálného východu, do Číny.

Taoismus už od svých počátků rozvíjel práci s léčivou sexualitou jako velmi důležité a praktické odvětví čínské medicíny. Na císařských dvorech staré Číny byly sepsány objemné lékařské knihy, věnující se sofistikované práci s energií vytvořené erotickou stimulací, technikám, které tuto energii pomáhají budovat či reflexní masáží pohlavních orgánů. A tak bychom mohli pokračovat dál a dál.

Chrám staré Mezopotámie, egyptské a řecké kultury, gnostické sekty judaismu, islámu i raného křesťanství, mysterijní školy Mayů a Inků, pohanské rituály plodnosti a jednoty...

Všechny tyto tradice nesou napříč časem i prostorem poselství sexuality jako jedinečného (ale ne jediného!) prostředku osobního rozvoje a léčení těla i duše. Když odhrneme závěs kulturních, sociálních a náboženských obyčejů, za který každá z tradic své pojetí posvátné sexuality schovala, dostaneme se

ke stejnému základu. Oslava spojení muže a ženy v jednotě dvou protikladných aspektů, které tvoří náš vesmír – energie a vědomí. Uvědomění si vlastní energetické podstaty skrze to nejpříjemnější, co nám život dal – naši sexualitu. Praktikování nejrůznějších tělesných, dechových a meditačních cvičení pro dokonalé uvolnění na fyzické a energetické úrovni, jemnější či intenzivnější stimulační stále senzitivnějších zón za účelem budování energie, a její rozptýlení do celého těla pomocí práce s dechem a vědomím. Tím vším je tělo a vědomí připraveno pro pomalou a kontrolovanou léčivou či extatickou zkušenost prožívanou celým tělem jako zkušenost energetické jednoty s univerzálním bytím, Bohem, Brahmou...

Přeměnou hrubé – pudové sexuální energie na energii jemnou – duchovní, lze dosáhnout hlubokého transformačního procesu rozšiřujícího vědomí, povzbuzujícího imunitní systém a regenerující tělo. Pro moderní muže by mohl být zajímavý fakt, že většina těchto tradic obsahuje i techniky, které dokáží při správném použití oddělit mužský orgasmus od ejakulačního reflexu. Tím jim dává možnost uchování a zjemnění energie vybudované milováním. Tuto energii lze využít jako zdroj kreativity, léčení i radosti ze života.

## Pohled tradiční tantry

I tentokrát se na chvíli zastavíme v Indii za Bhagavanem Shanmukhou, Acharyou tradičního tantrického Shaivismu, učitelem kung-fu a mistrem Shri Kali ašrámu.

Vzpomínám si na jeden úplňkový večer na pláži Talpoona poblíž ašrámu. Seděli jsme spolu v jediné restauraci v širokém okolí, popíjeli sladký masala čaj, koukali se na převalující mořskou masu a vesele

diskutovali o mých zkušenostech ze seminářů moderní tantry v Evropě. Jak už bývá Shanmukhovým zvykem, debata probíhala ve veselé, hravé a někdy až brutálně upřímné atmosféře.

„Víš“, říkal, „stavět svůj osobní rozvoj na pouhém zkoumání sexuality je stejné jako pokoušet se postavit rodinnou vilu na základech zahradní chatky. V tantrických tradicích byli zasvěcováni do technik práce se sexualitou výhradně adeпти připravení někdy i mnohaletým praktikováním jógy a dokonalou znalostí principů tantrické puji (meditační rituál s pomocí manter a yanter, popsaný v předchozím článku). Tradiční tantra nikdy nezmiňuje změnu přístupu k sexualitě. Tato tradice stojí na poznatku, že dokážeme-li prostřednictvím jógových a rituálních technik kultivovat sami sebe, měnit svoji vnitřní podstatu, začne se měnit i naše sexualita. Měnit



možná není to pravé slovo. Skutečná transformace spočívá spíše v objevování a poznávání svého potenciálu. Budeme-li objevovat a poznávat sami sebe jako bytosti, které jsou nejen různé, sebevědomé a organizačně schopné, ale také jemné, něžné, vnímavé a vědomé, rozšíříme o tyto kvality i svou sexualitu. Dokážeme-li pracovat se svou vlastní energií, je jedno, jestli k ní získáme přístup prostřednictvím milování, tance nebo dechových cvičení. Ve všech případech je to stejná energie a lze ji použít stejnými technikami pro své blaho. Tradiční tantra, jako ostatně většina starověkých nauk, tvrdí, že pročistíme-li svůj vztah k sobě samotným, pročistíme i vztah k ostatním lidem a světu vůbec. A tím samozřejmě i náš vztah k sexualitě a jejímu prožívání.“

**Obrovská masa lidí se snaží mluvit hlavně anglicky, má velmi ambivalentní vztah k nahotě a sexualitě všeobecně, a při slově tantra si představí pomatence pijící víno z lidských lebek a pořádající jakési zvrhlé orgie.**

Se zatajeným dechem a slzami v očích jsem sledoval Shanmukhův obličej s velkým šedým knírem a pomalu (jako mnohokrát předtím i potom) začal chápat některé ze svých bolestí a proher, způsobených mou iluzí o tantrě a sexualitě.

## Proč právě tantra?

Proč má tedy v dnešní době právě slovo tantra tak pikantně skandální nádech tajemného erotického učení?

Pro odpověď se musíme vydat pár set let do minulosti. Do doby, kdy angličtí kolonizátoři měli pod svou nadvládou větší část jižní a střední Indie. V té době začali na indický kontinent proudit kromě vojáků, obchodníků a dobrodruhů v menší míře také učenci, duchovní a vzdělaná šlechta. Začalo období velkého přesunu informací a mnohé se bohužel zcela

vytratil, nebo bylo překrouceno neumělými překladky ze sanskrutu. Kolonizátorům, kteří se slušnou slovní zásobou začali posvátné védské a tantrické spisy překládat, většinou naprosto chyběla skutečná znalost podstaty tohoto jazyka, popisujícího spíše realitu energetickou než fyzickou. Slova příběhů, legend a bájí byla překládána bez základního pochopení celého smyslu a souvislosti daného textu, které se po tisíce let přenášely mezi adepty védských učení ústní tradicí a zasvěcením na linii mistr – žák.

Představme si pak učence staré Anglie, jejichž sexualita byla po staletí deformována puritánskou výchovou, jenž nepřipouštěla možnost vidět nahé tělo opačného pohlaví ani v případě manželů. Tato výchova redukovala vnímání milostného aktu na jakousi špinavou pekelnou neřest, které je lépe se vyhnout a když už k ní dojde, je lepší ji vykonat rychle, a pokud možno schovat pod peřinu. Když se tito lidé dostali k textům popisujícím malebným jazykem mystické propojení mužského a ženského principu v jednotě posvátného sexuálního spojení, bylo na skandál zaděláno.

Těžko dnes už odhadnout, kolik pasáží a kapitol z posvátných knih bylo překrouceno a zcela vynecháno zuřivými moralisty, kolik cenných spisů bylo zničeno nenávislivými strážci duchovní „čistoty“. Zbytek díla zkázy pak už dokonalo několik století vzájemného přelévání deformovaných informací mezi indickým a evropským kontinentem podle aktuální nabídky a poptávky.

Důkladná pečlivost, kterou angličtí okupanti věnovali vymývání mozků indického domorodého obyvatelstva, je nejlépe vidět na střední třídě současné Indie. Obrovská masa lidí se snaží mluvit hlavně anglicky, má velmi ambivalentní vztah k nahotě a sexualitě všeobecně a při slově tantra si představí pomatence pijící víno z lidských lebek a pořádající jakési zvrhlé orgie.

Celé národy tak byly vykořeveny ze svých dávných tradic, oslavujících život ve své magické přirozenosti

a uctívajících mystické spojení muže a ženy v božské jednotě. Stejně jako byla evropská populace díky katolické církvi ožebračena o podobné tradice svých pohanských předků.

## Osho a jeho poselství

Kdy začala historie dnešní moderní tantry, je těžké odhadnout, můžeme však relativně přesně určit, kdy se začala masově šířit mezi populací euroatlantické civilizace. Byla to doba, kdy Beatles proslavili jogínské svaté město Rishikesh a indická mystika, podpořená voňavým dýmem himalájského hašiše, začala lákat mladé lidi z celého světa.

V indické Puně tehdy mladí dobrodruzi objevili muže jménem Bhagavan Rajneesh, známějšího dnes světu pod jménem Osho. Abychom lépe pochopili učení tohoto lehce kontroverzního mystika, musíme nejdřív pochopit, kdo byli jeho žáci. Tato první poválečná generace mladých v sobě nesla spoustu neuróz a strachů svých rodičů, více či méně dotčených válečným běsněním první poloviny dvacátého století. Tvrdá výchova, zaměřená na soutěžení, výkon, produkci a konzumaci, schizofrenní postoj většinové společnosti vůči sexualitě – to všechno začalo generovat obrovskou skupinu dospívajících, kteří tušili, že život musí být o něčem jiném. A Osho něco jiného nabízel.

Důmyslným systémem aktivních meditací, žití v přítomnosti, alternativní psychoterapie a osvícenou sexuální výchovou začal tyto lidi osvobozovat od představ, očekávání, neuróz a společenské schizofrenie jejich rodičů. On sám říkal svému učení neo tantra (nová tantra), neboť s tradiční formou tantry měla jen málo společného. Věděl, že v moderní uspěchané době by s dlouhými léty příprav pomocí jógy, meditací a pochopení sanskrutu neuspěl. Zaměřil tedy pozornost mladých přímo na život v přítomnosti a sexuální přirozenosti.

Osho začínal být stále více populární, jeho slovy lákaly tisíce lidí k bráně osvobození od nadále neudržitelných dogmat západní civilizace. To ovšem

nemohlo ujít pozornosti vládnoucí hierarchie, která postupem času začala v Oshovi vidět nepřítele č.1. Nastává období další skandalizace tantry jako zvrhlého a nemravného kultu, neslučitelného se životem řádného občana. Netřeba zde popisovat, kolik velkých osvěcovaných duchů lidské historie padlo za obětí štvavých kampaní, pronásledování a věznění ze strany vládnoucích elit, snažících se udržet národy ve stavu otupělé a snadno manipulovatelné stádnosti. Nejinak to bylo i u případu Osha. Když na konci minulého století umírá, zanechává světu dědictví v podobě tisíců mladých lidí, rozhodnutých šířit jeho odkaz dál.

Nastává doba rozkvětu moderní tantry, budované na základech Oshova učení. Semináře a kurzy tantry, které dnes můžeme navštívit právě díky Oshovým žákům a jejich následovníkům, jsou postavené na moderních metodách alternativní psychoterapie – práce s vnitřním dítětem, konstelace, bioenergetika, tajemství přítomného okamžiku, vědomá sexualita aj. Pro moderního člověka, zatíženého nedostatkem času, jsou srozumitelnější a dostupnější než poselství dávných tradic, jádro však zůstává stejné. Oslava a uctění života extatické lidské bytosti v pravdě a jednotě s vlastním bytím.

## Moderní s tradicí

Dnešní doba probouzejícího se lidského vědomí přeje seminářům a akcím osobního rozvoje. Lidé začínají objevovat, že život skutečně není o tom, jestli mají lepší auto a větší dům než soused. Svět je plný frustrovaných žen a přezaměstnaných mužů. Všichni mají hypotéky, půjčky, projekty, pracovní povinnosti. Svět dnešních dnů je rychlý a bezohledný. Moudrost, láska, soucit, spolupráce a dostatek osobního času ustoupily bezohlednému vykořisťování lidí i planety. Všichni víme, že bude-li naše civilizace pokračovat tímto směrem ve stejném tempu, zahubíme velmi rychle sami sebe. Jeden krásný výrok z tradice severoamerických indiánů říká: „Až otrávíte poslední





řeku, ulovíte poslední rybu a porazíte poslední strom, zjistíte, že peníze se nedají jíst.“

Lidé, vědomí si stále více této neudržitelné reality, se začínají probouzet. Vracejí se k dávno zapomenutým tradicím, nebo k jejich novodobým výhonkům, začínají se vytvářet mužské a ženské kruhy, skupiny stejně naladěných lidí tvoří komunity. I moderní forma tantry má své nezpochybnitelné místo v procesu transformace uvědomování si sama sebe. Nabízí relativně efektivní zkoumání zranění způsobených během psychosexuálního vývoje lidského jedince, léčí vztah k sexualitě jako ke krásné a přirozené součásti člověka, pomáhá odhalit příčiny našich strachů, studu, viny i obviňování, nepřijetí vlastního těla, mocenských her, nebo odsuzování odlišností. Po době sexuálního „temna“ posledních 2000 let, která zdeformovala lidskou sexualitu do podoby dnešní pornografie, je to osvěžující vánek jemného a něžného sblížení obou pohlaví, rozdělovaného po dlouhou dobu samozvanými strážci morálky, kteří svou vlastní sexualitu většinou brutálně potlačovali.

Avšak jako ve všech případech mohutně kypícího „duchovního byznysu“ dnešní doby je i tady potřeba vybírat velmi pozorně a opatrně. Primární zaměření pouze na sexuální aspekt lidského života přináší občas příliš mnoho temné energie, která bez dostatečného uvolnění může napáchat nesmírné škody, včetně zdravotních následků. Jednoduše tím, že tato uvolněná energie naráží na nevědomé bloky a nenachází dostatečně propustnou stezku tělem a vědomím.

A právě zde znovu roste místo pro starověké postupy, které možná nejsou tak rychlé, ale změny jimi podpořené činí trvale vtisklé do energetické i fyzické reality našeho bytí. Tradiční forma tantry z hloubky dávných věků přináší poselství uvolnění a plynutí na všech úrovních. Pomalu, s čistým vědomím vlastních hranic a vůlí k jejich láskyplnému rozšiřování do ne-

konečného prostoru. Tam, kde je možné poznat sebe sama jako magickou bytost, kterou ve skutečnosti každý z nás je a jež svým (ne?)vědomím ovlivňuje všechny aspekty svého života od energetického základu po fyzické prožívání.

Je to tak. My a všechno kolem nás jsme vibrace světla „nalité“ do formy atomu, skály, stromu či lidské bytosti na 3D plátně nekonečné „Šivalily“, božské hry, ke které nás vábí „Mája“, složená z neutronů, protonů a elektronů. Láká nás krásami i hrůzami dobrodružství energeticko-fyzické manifestace absolutního vědomí, boha, Brahmy... To říká nejen tantra, ale i moderní kvantová fyzika. Jen tak mimochodem, viděli jste film Matrix?

### Tak jak to vlastně je?

Co tedy říká tantra o sexualitě? Zdravá sexualita je nedílnou součástí naplněné a šťastné lidské bytosti. Zdravá sexualita je sexualita přirozená. A jak taková sexualita vypadá? Zkuste někdy sledovat probouzející se sexualitu malého dítěte. Je nevinná, hravá, zaujatá, naprosto přítomná a plná dobrodružného objevování potěšení z vlastního těla – nástroje pro zobrazení boha ve fyzickém světě.

Pamatuji se na jeden případ mého klienta a přítele, který mi kdysi telefonoval a zoufale volal: „Ty vole, co mám dělat? Malá (3 roky) sedí na stole, honí si frndu a směje se na mě.“

Se smíchem jsem mu tenkrát odpověděl: „No – usměj se na ni taky a běž pryč. Alespoň nebude mít potřebu to v osmnácti dělat někde v baru u tyče, protože to v ní někdo v dětství potlačoval. Až ji to přestane bavit, což někdy samozřejmě dost trvá, dejte si třeba zmrzlinu a běžte do zoo. Ať si ten den užije se vším všudy a vidí, že radost ze života je možné mít mnoha způsoby. Bude miň o dalšího frustrovaného jedince, kterému někdo v dětství tvrdil, že je to špatné, a on v těle cítil pravý opak.“

Sexualita je naší přirozeností, velkým darem a tedy i součástí božího plánu. Jestliže svůj život uctíváme a oslavujeme, měli bychom to samé udělat i svou sexualitou. Jako to malé dítě. Neříkal snad už Ježíš: „Amen, pravím vám, jestliže se neobráteíte a nebudete jako děti, nevejdete do království nebeského?“

Mohl bych popsat celé stohy papíru o lidské sexualitě a tantře. O její moderní formě a v poslední době třeba čím dál tím oblíbenější kombinaci s BDSM, kde lidé v hravém a bezpečném prostředí poznávají své úzkosti a strachy, které negativně ovlivňují jejich (nejen) sexuální život. Ale to už je na jiné povídání.

Užívejte si s láskou a potěšením svoji pozemskou pouť, své tělo, a jeho dary a možnosti. Bez těla bychom nikdy nemohli cítit vůni květin, ochutnat čokoládu, vystavit svou tvář jarnímu větru, ani se sladce rozplynout jeden v druhém. Jemně a něžně, divoce, vášnivě i bláznivě.

Hezké Vánoce a zase někdy na viděnou.

S láskou  
Jayananda



### Marcel Jayananda Harazím

Od roku 1998 na cestě za kouzlem doteku, meditace, masážních technik a tradičních učení naší planety. Každým rokem v období leden–březen proniká v Indii pod laskavým vedením Bhagavana Shanmukhy do tajů tradičního tantrického shivaismu a pod záštitou Shri Kali ašrámu se stará o výuku a program českých zájemců o relaxačně-jógové zimní prázdniny v Goa. V ČR se v sezóně duben–prosinec věnuje hlavně své čarodějnické praxi, specializované na mnohahodinové masážní terapie v rámci „Abumandra Healing Therapy“, a pořádá akce pro otevřené a vnímavé lidi. V Praze vede pravidelné lekce tradiční tantra jógy.

[www.buddhapark.info](http://www.buddhapark.info)  
[www.tradicnitantrajoga.cz](http://www.tradicnitantrajoga.cz)



autor článku s Bhagavanem Shanmukhou