

Władimir Antonow

Bioenergetyka seksu

Rozdział z książki "Seksuologia"

Przekład Irina Lewandowska
© Władimir Antonow, 2019.

Przejdźmy teraz do omówienia następnego bardzo ważnego mechanizmu regulacji funkcji seksualnej — bioenergetycznego.

Na poziomie bioenergetycznym zachodzi znaczna część procesów życiowych organizmu [23, 25]. Można by mówić o istnieniu w nim specjalnych bioenergetycznych narządów i ścieżek przewodzących. Do takich narządów należą przede wszystkim czakry, a ścieżki przewodzące są reprezentowane przez meridiany.

Praktyczna wiedza o tych strukturach od najdawniejszych czasów była używana w sztuce samoregulacji psychicznej w krajach Wschodu. Ale dopiero w Rosji nastąpiło ich połączenie ze współczesnymi koncepcjami naukowymi o wielowymiarowej naturze organizmu i powstała teoria czakr i meridianów jako

stref odruchowych emocjonalno-wolicjonalnej sfery człowieka [14-25].

Opanowanie technik pracy z tymi strukturami wyposaża w radykalne sposoby samoregulacji psychicznej, które pozwolą w ciągu kilku miesięcy z chorego, nietowarzyskiego, posępnego, skorego do gniewu, wiecznie rozdrażnionego człowieka przemienić się w zdrową, pogodną, towarzyską osobę.

Jeszcze jedną z funkcji spełnianych przez czakry jest gromadzenie, przemiana i rozdzielanie swobodnych (tzn. nie wchodzących w skład wiązań biochemicznych) bioenergii w organizmie.

Przestrzenne rozmieszczenie czakr w organizmie jest następujące:

Sahasrara — czakra o kształcie dysku, która znajduje się pod kością ciemieniową. Jej średnica wynosi około 12 cm, wysokość — około 5 cm (przytaczamy wymiary rozwiniętych czakr). To jest obszar półkul przodomózgowia.

Adźnia — duża czakra, rozmieszczona w środku głowy. Ta czakra przestrzennie odpowiada centralnym częściom mózgowia.

Wiszudha — czakra, ulokowana w dolnej części szyi i obejmująca obszar od kręgosłupa do tarczycy włącznie.

Anahata — czakra w obrębie klatki piersiowej. Dobrze rozwinięta anahata obejmuje większą część klatki piersiowej.

Manipura — czakra górnej połowy brzucha.

Swadhistana — czakra dolnej połowy brzucha.

Muladhara — czakra, rozlokowana w dolnej części miednicy od kości ogonowej do kości łonowej.

Stopień rozwoju poszczególnych czakr pokrywa się z psychologiczną charakterystyką danej osoby. Tak więc przy dobrze rozwiniętej

sahasrarze — zauważa się wyraźna zdolność do "strategicznego" myślenia, tj. objęcia myślą całej sytuacji ogólnie „jednym spojrzeniem”, "z góry", co pozwala takim ludziom być przełożonymi o szerokich horyzontach myślowych;

adżnie — umiejętność myślenia "taktycznego", która pozwala na skutecznie rozwiązywanie "wąskich" szczegółowych problemów w nauce, przemyśle, życiu powszednim;

wiszudhi — zdolność do percepcji estetycznej; dobrzy artyści malarze, muzycy i inni ludzie sztuki to osoby o dobrze rozwiniętej wiszudhi,

Anahacie — zdolność do miłości emocjonalnej (miłość nie "od rozumu", a "od serca");

Manipurze — zdolność do energicznych działań (jednak też często — tacy ludzie, którzy nie pracują nad sobą pod względem rozwoju duchowego — mają skłonność do stabilnie dominujących negatywnych emocji typu irytacji i gniewu);

Swadhistanie — dobrze wyartykułowana funkcja rozrodcza;

Muladharze — stabilność psychiczna w rozmaitych sytuacjach życiowych.

Każdy z nas miał w przeszłości możliwość doświadczyć tych lub innych przejawów aktywności swoich czakr.

Tak więc, przy zmęczeniu umysłowym odczuwa się „ciężkości” w okolicy adżni lub sahasrary.

Żaś przy postrzeganiu czegoś bardzo harmonijnego niekiedy "zapiera dech" ze szczęścia — to daje znać o sobie wiszudha. A oto odwrotna sytuacja — i

“coś ściska w gardle” — to reakcja tej samej czakry na nieharmonijność sytuacji (na przykład rozżalenie z powodu niesprawiedliwości lub własny błąd, który doprowadził do stanu “ja nie wiem, co mam teraz zrobić”).

A zatem, nasze emocje rodzą się wcale nie w mózgu, ale właśnie na poziomie bioenergetycznym w czakrach. Ten, kto włada swoimi czakrami, rozumie to bardzo dobrze; w szczególności potrafi tworzyć i badać swoje emocje, że tak powiem, "w czystej postaci", jako formacje energetyczne, "z boku". Natomiast fakty badań elektrofizjologicznych pokazujące zaangażowanie struktur mózgu w reakcje emocjonalne odzwierciedlają jedynie drugorzędne ogniwo w łańcuchu realizacji stanów emocjonalnych.

Anahata przejawia się w odpowiednich chwilach miłości pozbawionej egoizmu. Są też ludzie, którzy swoim sercem duchowym promieniają miłością z czakry anahaty — nieustannie na wszystkich wokół i w każdej sytuacji. Mówi się o takich ludziach: “człowiek serdeczny”. Takimi mianowicie powinniśmy się stać my wszyscy: przecież właśnie z rozwoju duchowego serca (najpierw wewnątrz czakry anahaty, a następnie i w skali znacznie przekraczającej wymiary naszych materialnych ciał), rozpoczyna się ta część drogi rozwoju człowieka, która może doprowadzić go do pełnej samorealizacji duchowej!

Cakra manipura jest zazwyczaj odczuwana jedynie przy doświadczaniu emocji negatywnych, powodując ohydne odczucie „ssania” lub nawet postrzeganie skręcających się i bulgocących w niej nieprzyjemnych energii.

Otóż możliwość odczuwania swadhistany pojawia się szczególnie wyraźnie przy niezaspokojonym

popędzie seksualnym. Te nieprzyjemne odczucia w dolnej połowie brzucha oraz odpowiednim segmencie kręgosłupa (te ostatnie występują dalece nie u wszystkich) są wynikiem przepełnienia czakry specjalnym rodzajem bioenergii — udaną, która powinna była wylać się z czakry, powodując orgazm. Na tym właśnie polega mechanizm orgazmu.

Zazwyczaj wyzwolona udana przedostaje się do organizmu partnera. Jeśli partner nie otrzyma tej "nałejnej" mu części udany, to po takim stosunku może odczuwać zmęczenie, wyczerpanie. Dlatego z reguły harmonię w relacjach seksualnych osiąga się tylko przy wzajemnym orgazmie.

Nadmiar udany (własnej lub otrzymanej od partnera) ulega przemianie (sublimacji) w energię innych czakr (pod warunkiem, że czakry i odpowiednie przewodzące kanały — meridiany są sprawne i rozwinięte).

Na podstawie dominacji tej czy innej czakry wszystkich ludzi można podzielić na odpowiednie psychotypy.*

Każda czakra jest odpowiedzialna za dostarczanie swobodnych bioenergii do narządów znajdujących się w odpowiadającym jej segmencie ciała. Wiele chorób różnych narządów powstaje wskutek zanieczyszczenia odpowiadających im czakr. Specjalne ćwiczenia z czakrami pozwalają uzdrowić związane z tymi czakrami narządy [25].

Czakry komutują się szeregiem meridianów:

Suszumna jest szerokim meridianem, który biegnie od kości ogonowej do góry wzdłuż kręgosłupa, następnie przez obszar rdzenia przedłużonego do sahasrary. Suszumna przewodzi bioenergii o szerokim zakresie.

Wadźrini to wyodrębniający się w tylnej części suszumny węższy kanał, przewodzący udanę od swadhistany do innych czakr.

Czitrini (Brahmanadi) to meridian, który biegnie za suszumną wzdłuż linii wyrostków kolczystych kręgów i w warstwie skóry za nimi. W głowie kanał przechodzi wewnątrz czaszki wzdłuż kości potylicznej i wewnątrz niej do sahasrary. Meridian czitrini przewodzi jeden z najbardziej subtelnych rodzajów bioenergii w organizmie.

Wzdłuż przedniej ścianki ciała przebiega bardzo ważny dla nas meridian, zwany po chińsku żeń-mo — meridian przedni. Zaczyna się on od nadpotylicznej części głowy, tam, gdzie kończy się czitrini. Jego dwie gałęzie oplatają sahasrarę po bokach i łączą się na czole, a następnie biegną w dół wzdłuż twarzy wieloma gałązkami, łącząc się w obrębie wiszudhi. Trzecia duża gałąź od początku kanału opada poprzez mózgową część czaszki, przechodzi przez podniebienie i łączy się z innymi gałęziami po przedniej stronie szyi. Następnie meridian opada szeroką wstęgą (o szerokości 8-10 cm) wzdłuż przedniej strony ciała, przechodząc w tkance podskórnej. Na dole przeszywa kość łonową i wzdłuż krocza biegnie w kierunku kanałów kręgosłupa.

Topografia i stan wszystkich bioenergetycznych struktur ciała, w tym czakr i meridianów, są określane na podstawie jasnowidzenia, które rozwija się poprzez systemy praktyk w radża jodze [25].

Specjalne ćwiczenia pozwalają połączyć meridiany kręgosłupowe i przedni w jeden krąg; ten krąg energii nazywa się "mikrokosmiczną orbitą". Ćwiczenia z "mikrokosmiczną orbitą" dają unikatowy pozytywny efekt emocjonalny [25].

Poruszymy kwestię przemian bioenergetycznych w organizmie.

Energia dostaje się do niego głównie poprzez pokarm. Następnie przechodzi szereg przemian.

Początkowo cała swobodna energia wytwarzana podczas przetwarzania pokarmu w przewodzie pokarmowym gromadzi się w manipurze. Jej jakość zależy od rodzaju spożywanej żywności. Najbardziej ordynarne rodzaje bioenergii powstają z pożywienia pochodzącego z "uboju", najbardziej subtelne — z owoców, jagód, zieleniny i ziaren. Dalej energia manipury (samana) musi być poddana przemianom wysubtelniającym — zanim będzie mogła zostać użyta z maksymalną korzyścią na różne potrzeby organizmu. Oczywiście dzieje się tak tylko przy posiadaniu rozwiniętych i sprawnych struktur bioenergetycznych biorących udział w tym procesie.

Pierwszy etap wysubtelniającej transformacji odbywa się przy przemianie samany w udanę. Drugi — dzięki specjalnemu ćwiczeniu — obracanie energii wzdłuż „orbity mikrokosmicznej”. Przy tym energia z dwóch dolnych czakr unosi się wzdłuż kanałów kręgosłupowych, „przerzuca się” przez głowę i opuszcza się wzdłuż kanału przedniego. Podczas obniżania wzdłuż kanału przedniego energia ulega transformacji, co może odczuć każdy, kto opanował ćwiczenie. Kanał przedni stanowi jakby transformator bioenergii. W rezultacie przed praktykującym otwiera się zupełnie nowy świat najsztelniejszych pozytywnych emocji; i bardzo ważne jest, aby to wszystko opanować, w szczególności, umiejętności te będą bardzo przydatne przy stosunkach seksualnych.

Rozwinięte czakry są również zjednoczone szerokim centralnym środkowym meridianem przechodzącym przez środek ciała.

Obcowanie seksualne ludzi tylko na prymitywnym poziomie odbywa się jedynie w formie mechanicznej stymulacji stref erogennych. U rozwiniętych duchowo ludzi seks w znacznej mierze "przenosi się" w sferę subtelnych pozytywnych emocji. Odpowiada temu i samo wyznaczenie przez nich celu takiego obcowania — nie najszybsze osiągnięcie własnego orgazmu, ale obdarowanie partnera maksimum czułości, osiągnięcie wysokiej wzajemnej harmonii łączenia dusz.

Podczas stosunku seksualnego zachodzi intensywna wymiana bioenergetyczna między partnerami, przy czym nie tylko udaną. Przy skierowanej na to uwadze, także może odbyć się aktywacja systemów bioenergetycznych, oczyszczanie czakr i meridianów. Ludzie, którzy opanowali zdolność widzenia bioenergii, mogą obserwować ich strumienie i sterować nimi.

Poprzez kontakt seksualny można wyleczyć partnera.

Jednak w innych przypadkach poprzez niego można odnieść nawet ciężkie uszkodzenie systemów bioenergetycznych, co prowadzi do chorób. Może się to zdarzyć w wyniku stosunku seksualnego z pijanym, chorym lub bioenergetycznie ordynarnym człowiekiem.

Jest to szczególnie ważne dla ludzi podążających Drogą duchową: małżonek, który nie podąża z tobą do Boga, który między innymi nie usubtelnia swojej sfery emocjonalnej, nie wysubtelnia siebie jako świadomości — będzie cię hamował w twoim postępie duchowym. Jeśli zatem nie zmienisz radykal-

nie tej sytuacji — zostanie ci to zaliczone jako grzech niespełnienia głównego przeznaczenia każdego człowieka — obowiązku duchowego doskonalenia się najlepiej jak potrafisz. Jezus Chrystus mówił o takich sytuacjach, że ci, którzy dla wypełnienia Jego Nauk, porzucą ziemskie przywiązania do swoich niegodziwych małżonków i będą podążać do głównego celu swego życia — do Boga — otrzymają wszystkiego stokroć więcej, włączając w to korzyści w przyszłym życiu (Mt 19,29, Mk 10,29-30).

* * *

Emocje seksualne, podobnie jak wszystkie inne — to są właśnie zjawiska energetyczne o naturze pola, które istnieją nie tylko wewnątrz naszych ciał, ale także promieniają na zewnątrz, powodując rezonans u niektórych innych stworzeń, w tym ludzi. A ci ostatni, uświadamiając lub nie uświadamiając sobie tego, mogą dostrajać się do takich pól.

Przekazywane są również takie cechy wypromieniowywanych emocji seksualnych, jak prymitywne chcenie — lub delikatne obdarowywanie, jak ordynarność — lub subtelność, wyniosła pogarda — lub wdzięczność.

Ale szczególnie mocne oddziaływania w sferze seksualnej mają miejsce, oczywiście, przy bezpośrednim kontakcie seksualnym.

W szczególności, właśnie z tego punktu widzenia należy rozpatrywać problem bioenergetycznej kompatybilności lub niekompatybilności partnerów.

Wynikiem kompatybilności może być wysoka harmonia obcowania.

Natomiast niekompatybilność może w niektórych przypadkach prowadzić do ciężkich stanów chorobowych, do pojawienia się poczucia obrzydzenia wobec partnera, ku przerażeniu perspektywą nowych kontaktów seksualnych z nim.

Innym niuansiem jest to, że krótki czas trwania stosunku płciowego ze strony mężczyzny może nie zależeć od niego, ale od ordynarności energii swadhistany jego partnerki. Mianowicie, jeśli jej udana jest znacznie ordynarniejsza niż energia swadhistany danego mężczyzny, wówczas z taką kobietą jego seksualne akty będą bardzo krótkie. Chociaż z innymi kobietami, będzie on odbywać dowolnie długie stosunki seksualne.

* * *

Z punktu widzenia bioenergetycznego, dla pełnowartościowego funkcjonowania układu płciowego, należy nie tylko odznaczać się ogólną bioenergetyczną czystością i subtelnością, ale także mieć sprawne i rozwinięte wymienione powyżej struktury organizmu. Wśród nich następujące:

Adżnia — koncentracja w adżni podczas interakcji seksualnej ma podobny wpływ na sferę seksualną, jak aktywacja układu współczulnego autonomicznego układu nerwowego. Zmniejsza to zdolność seksualną zarówno u mężczyzn (osłabienie erekcji, skrócenie aktu seksualnego) jak i u kobiet (niezdolność do rozluźnienia psychicznego, dominacja obcych myśli itp.). Przebywanie chociażby jednego z partnerów koncentracją w adżni nie pozwala również drugiemu stabilnie wejść w subtelne stany emocjo-

nalne. Harmonia w takich przypadkach jest nieosiągalna.

Opanowanie umiejętności przeniesienia koncentracji świadomości z adźni do anahaty i innych czakr pozwala stabilnie pozbyć się zniewolenia przez negatywne emocje. To także zatrzymuje "wewnętrzny dialog", przez który wielu ludzi jest "zniewolonych".

Jeśli w adźni istnieje bioenergetyczne zanieczyszczenie, postrzegane jasnowidzeniem jako ciemne plamy, to przenieść koncentrację z niej do innej czakry bywa bardzo trudno, a utrzymywać ją przez dłuższy czas poza adźnią — nie udaje się. Dlatego bardzo ważne jest stale dbać o utrzymanie czystości tej czakry.

Anahata — przebywanie koncentracją w anahacie — jako stale będącym w tle stanie — to już samo w sobie jest ważnym osiągnięciem duchowym. A podczas obcowania seksualnego — to konieczność. Połączenie energii dwóch anahat daje wielki efekt emocjonalny.

Manipura — dominacja negatywnych stanów emocjonalnych, wspierana przez energetyczny stan manipury, zbiega się z pobudzeniem układu współczulnego autonomicznego układu nerwowego, a to wyklucza harmonijne stosunki seksualne. Odpowiednie rodzaje praktyk w zakresie zarządzania swoim systemem bioenergetycznym pozwolą radykalnie pozbyć się takich stanów, a także wielu do nich podobnych.

Swadhistana — wiodąca czakra układu płciowego. Istnienie wystarczającego potencjału bioenergetycznego w czakrze jest koniecznym warunkiem do okazywania emocji seksualnych i osiągnięcia orga-

zmu u przedstawicieli obu płci, a także do przejawiania zdolności do erekcji u mężczyzn.

To właśnie infantyizm swadhistany tłumaczy brak orgazmów przy wszystkich innych korzystnych warunkach u niektórych kobiet na początku po rozpoczęciu aktywności seksualnej; pomyślne dalsze doświadczenie seksualne prowadzi do „dojrzewania” czakry.

Podział koncentracji świadomości między anahatą a swadhistaną prowadzi do pełnowartościowego okazywania seksualności podczas stosunku seksualnego.

Muladhara — obecność rezerwowego potencjału bioenergii w muladharze zapewnia pewną, stabilną realizację funkcji seksualnej, ponieważ energia muladhary wypełnia swadhistanę w przypadkach jej wyczerpania.

Wadżrini — to meridian, wzdłuż którego ze swadhistany rozprzestrzenia się udana. Oczyszczenie i rozwój wadżrini pozwala kobietom, u których anorgazmii towarzyszą bolesne odczucia, pozbyć się tych objawów, "rozładowując" zjawiska zastoju bioenergetycznego w swadhistanie. Wadżrini zazwyczaj czyści się specjalnymi technikami jednocześnie z szumną.

Czitrini jest meridianem, w którym koncentracja pozwala osiągnąć właśnie najsubtelniejsze stany emocjonalne — tak cenne przy obcowaniu seksualnym.

Przedni kanał — koncentracja w nim powoduje u obu partnerów wielkie natężenie czułości.

Warto również zaznaczyć, że uzdrowieniu z wielu przewlekłych chorób układu płciowego będą sprzyjać kąpiele w lodowatej wodzie ("morsowanie"), o czym można przeczytać w pracach [25,40,42,72].