

Kapitola 6 Sexualita (rev 7.8.2023)

Předcházející část: Kapitola 5 Duchovní první pomoc

S použitím poznatků získaných ze studia povahy vědomí k běžným lidským problémům se nyní zaměříme na oblast sexuality, včetně rozdílu mezi sexem a láskou, mezi vysokoenergetickým a nízkoenergetickým sexem, a jak překonat pocit viny a účinky sociálního programování o sexualitě. Naučíme se, jak ji prožít ze srdce místo jen z těla; jak ji učinit povelkou a vznášející zkušeností a ne jen manipulací a ovládáním; a jak se dostat z energetických interakcí, které vedou k impotenci, frigiditě a sexuální dysfunkci.

Budeme zkoumat otázky jako „Schvaluje Bůh sex?“ „Končí sex s pokročilým věkem?“ „Má“ střední věk „znamenat“, že jsme za horizontem? Odpovědi budou řešeny z pohledu samotné vědomí a z pozice „těla, myslí a ducha“, o čemž se člověk hodně dozvídá v oblasti holistického zdraví.

Co to znamená „tělo, mysl a duch“? Je to slogan nebo jen chytlavá fráze? Co je to „duch“? Je to něco, co můžeme zažít? Je to nějaká energie, kterou poznáme prostřednictvím vlastního výzkumu našich vnitřních zkušeností? Důraz bude kladen na vnitřní zkušenosti, na jemné stavy vnitřního vědomí a na úlohu, kterou hrají v této důležité oblasti lidského chování.

Zpočátku znovu budeme zkoumat povahu vztahu mezi tělem, myslí a duchem. Budeme zkoumat, kde je tato lidská zkušenost prožívána, a prodiskutujeme a demystifikujeme samotné vědomí, tak, aby to bylo srozumitelné. Odkazujeme se na Mapu vědomí, která bude velmi užitečná při pochopení povahy vztahu mezi tělem, myslí a duchem.

Jaký je tento vztah? Nejprve, jak bylo uvedeno dříve, existuje skutečnost, že se tělo nemůže zažít. Když hovoříme o sexualitě, každý automaticky myslí na tělo a jeho přitažlivost, na tělesnost a formu. Je překvapující, že když se na to podíváme, si uvědomit, že tělo je necitlivé, a že se nemůže samo zažít. Rameno nemůže zažít své rameno a noha nemůže zažít svou nohu. Něco většího musí proběhnout předtím, než nastane prožitek. Tělo má zkušenosti s pocity. Člověk zažívá ne tělo, ale pocity těla – kde je v prostoru a pohyb. Vlastní pocity samy o sobě nemůže skutečně zažít. Také ony musí být zažívány v něčem větším, což je mysl.

Při pečlivém pohledu si člověk uvědomuje, že nezažívá tělo ani pocity těla, ale místo toho zažívá to, co se děje v mysli o těle. Dokonce i samotná mysl, což je dost podivné, se nemůže sama zažít. Myšlenka nezaznamenává svou myšlenku; pocit nezažívá svůj pocit. Musí existovat něco větší než mysl, něco, co se samo o sobě nemění. Důvodem, proč si uvědomujeme, co se děje v mysli, je vědomí, které je mnohem větším energetickým polem než mysl. Mysl nám říká, co se děje v emocích, myšlenkách a pocitech. Smysly nám říkají, co se děje v těle. Proto to, co zažíváme, se vždy děje v samotném poli vědomí, které je jako neviditelná obrazovka, která se nachází všude.

Samotné vědomí si neuvědomuje, co se děje uvnitř něj. Je to způsobeno něčím nekonečně větším než je dokonce i vědomí, což je povaha vědomí – to, co nemá žádný rozměr nebo lokalitu. Prožíváme zkušenosti v oblasti samotného pole vědomí při řešení lidských a behaviorálních problémů a při chápání lidského chování. Můžeme se s ním přímo zabývat tím, že půjdeme k jeho zkušenostem uvnitř vědomí, protože samotné vědomí je silnější a dominantnější. Můžeme zvládnout problémy, které se objevují v těle tím, že je zvládneme na úrovni vědomí a také na úrovni mysli.

Při pohledu na lidské prožitky a události vidíme, že události jsou jedna věc, ale jak se rozhodneme k nim postavit, je něco jiného. Možná nebudeme schopni určit, řídit nebo zvolit události, které se vyskytují v našich životech, ale můžeme určit, jaký k nim zaujmeme postoj. Proto tento postoj je možná důležitější než samotné události. Všichni víme, že když jsme v určité náladě, malé podráždění může být triviální. Nicméně když jsme v jiné náladě, ta stejná událost může být otravná nebo v nás dokonce vyvolává vztek. Proto to, jak celou událost dáváme do souvislostí, přináší celou koncepci energetických polí.

Energetické pole nebo pozice, z níž vnímáme situaci, způsob, jakým se stavíme k vlastní existenci, a význam všech událostí, vyplývají z kontextu vytvořeného naší pozicí. Znovu se zaměříme na Mapu vědomí, která ukazuje úroveň vědomí, jejich kalibraci ve vztahu k jejich energetickým polím a sílu každého energetického pole kalibrovaného matematicky. To nám umožní pochopit věci levým mozkem. Každá úroveň má směr energetického pole, buď pozitivní, nebo negativní. Z těchto energetických polí vycházejí emoce, společně se způsobem, jak vidět svět a v souvislosti s tím, co je větší než naše individuální já. Celý proces probíhá ve vědomí.

To vše bude spojeno při řešení otázky sexu s vysokou energií, která vychází ze srdce, a z našeho způsobu bytí ve světě, a bude to porovnáno s nízkoenergetickým sexem, který je lokalizován na fyzickou zkušenost, o které společnost tak mnoho mluví v průběhu věků. Je vidět, že konflikt člověka týkající se sexuality je důsledkem energetického pole a postoje, jakým je vnímána a jaký má význam. Problémy jsou nejlépe vyřešeny ne na úrovni, kde se vyskytují, ale na další úrovni nad nimi.

Nebudeme diskutovat o filozofii, nýbrž o klinické zkušenosti – o tom, co si můžeme ověřit prostřednictvím vlastní zkušenosti, prostřednictvím lidské zkušenosti – a podíváme se na to z úrovně, která je nad problémy. Problémy se nejlépe vyřeší tím, že je překročíme a pohlédneme na ně z vyššího hlediska. Na vyšší úrovni se problémy samy o sobě samy vyřeší kvůli tomuto posunu hlediska, nebo může někdo vidět, že vůbec žádný problém neexistuje. Podíváme se na to, co se zdá být sexuálními problémy, které skutečně vznikají z oblasti energetického pole a ke kterým můžeme změnit svůj postoj.

Obecně platí, že když lidé mluví o sexu, vztahují to k určitému typu zkušenosti, ale také mluví hlavně o energetickém poli, o kterém se každý domnívá, že jím má být a média se na něj soustřeďují, které je nazvané Touha. Mluví o určitém vnímání nebo určitém pohledu na věc, o určitém chtění, o překonání frustrace nebo nedostatku; zadržení nebo manipulaci s tím; uspokojování nebo používání jako obchod ve vztazích; půvabu, ceně, kouzlu svádění; a obecně mluví o tělesnosti.

Morálka souvisí s tělesností a s názorem na sexualitu z fyzické úrovně nebo z nižších energetických polí.

Existuje příběh, co se stalo v zahradě Eden. Muž a žena byli ve stavu nevinnosti ve velmi vysokém nelineárním energetickém poli, kde pojedli z lineárního stromu poznání, ze stromu dobra a zla. Vstoupili do světa duality. Naproti tomu ve světě Lásky neexistuje dualita. V lásce je láska. Srdce nic neříká, srdce prostě „ví“. Srdce je se životem. Co se stalo, když okusili ovoce ze stromu správného a špatného, dobrého i zlého? Oni pak viděli sebe jako oduševnělá těla a sestoupili do Viny, která je na dně Mapy vědomí. Z vysokého stavu radosti, stavu lásky, stavu nevinného nekonečného života, z radosti, která je mimo správné a špatné, upadli do pole, ve kterém se dívali na tělo jako na svou identitu. Pak si uvědomili svou nahou tělesnost a z toho vznikla hanba a sexuální problémy lidstva.

Zda se jedná o historickou událost nebo primárně pouze o alegorii, je nepodstatné. Psychologicky je to událost, která se stala lidstvu, takže problémy, které člověk nazval sexuální, jsou skutečně kvůli pohledu na tělesnost a chápání sexuality jako fyzického jevu, který se řídí touhou. V kontrastu k touze je averze, tak je sexualita charakterizována touhou, averzí, vyhýbáním se, člověk s ní nechce mít nic společného, a morálním postojem, že člověk je nadřazen tím, že ji vidí jako fyzickou, zvířecí funkci. Dokonce degraduje to, co se nazývá „zvířectví“ a nazývá to „tělesným“, jako by zvířecí svět, který byl vytvořen Bohem, byl poněkud nemorální. Problém tedy není vůbec v sexualitě, ale je neustále ve vědomí. Tento pohled vyplývá z toho, jak mysl vnímá sexualitu a definuje tyto vztahy.

Při studiu těchto oblastí vědomí jsme se dozvěděli, že úroveň nazvaná Odvaha je energetické pole 200; šipka je neutrální a již není negativní. Všechno pod 200 je postoj oběti a nedostatku. Vina, apatie, smutek, strach, touha, hněv a pýcha pocházejí z pozice nedostatku, z toho, že nemáme celistvost, z toho, že nejsme spolu se životem. Pohlížet na sexualitu z fyzické úrovně Touhy (kalibrační úroveň 125) a rozdělit ji podle pohlaví na mužskou a ženskou vytváří pocit oddělení. Z tohoto oddělení se objevuje touha, z touhy přichází frustrace, z frustrace přijde hněv a nelibost; a ze všech přichází strach, smutek a apatie. V důsledku toho mají lidé sklon cítit vinu ze sexuality; někteří jsou také omezeni apatií, beznadějí a nedostatkem touhy, jiní spojují sexualitu s žalem, a někteří se jí bojí.

Frustrace je spojena s touhou, chtíčem a pak s hněvem a pýchou na sexualitu. To se projevuje tím, že si člověk o sobě vytváří chlapácký obraz, nebo pyšně vystaví své ženské atributy svůdným, manipulativním a vykořisťujícím způsobem, a la Hollywood.

Marketingový průmysl toto využívá – touhu, frustraci, pocit nedostatku a pocit odloučení – a pokouší se ovládat a manipulovat lidi. Na kapotě auta je krásná dívka, ale co má auto společného s hezkou dívkou? Reklama se snaží spojit obojí. Pokud dostanu toto auto, šampon, parfém nebo mám vlasy, překonám toto oddělení mezi mnou a tím, co chci. Tento pohled pak vytváří nekonečnou bolest a je zdrojem utrpení. Utrpení má různé formy, jako je impotence, frigidita, sadismus nebo dokonce násilí. Vyplývají z pohledu na sexualitu jako na fyzický stav, z touhy a chtivosti. Dá se pochopit, proč je tím mnoho lidí poháněno.

Vzhledem k povaze tohoto energetického pole Touhy jsou doprovodné emoce pocity chtění, nenasytost a toužení, což vede k závislosti na sexu. Sexualita se stává posedlostí. Sexuální posedlost má za následek nekonečnou promiskuitu, kdy člověk jde do postele s každým, kdo je k dispozici, což vzniká z potřeby si dokazovat, že je žádoucí.

Na pravé straně Mapy vědomí lze vidět, že proces probíhající ve vědomí na této energetické úrovni je zachycení. Jakmile člověk ve vědomí na této úrovni něco chce, touha ho začíná ovládat. Touhy a chtění probíhají neustále. Dočasné uspokojení nedostačuje kvůli negativitě pole a vede k nekonečné frustraci, chtění a touze. Neexistuje dokončení, žádný pocit konečnosti a žádný pocit štěstí; je jen zotročení a sexuální závislost.

Pravé štěstí nepřevládá, dokud člověk nedosáhne vyššího energetického pole, proto snaha najít štěstí prostřednictvím nekonečného uspokojování touhy vytváří frustraci. Frustrovaný člověk se cítí dobře, když je frustrace dočasně uspokojena. Cítí se také dobře, když přestane bouchat svou hlavu do zdi, ale to není totéž jako štěstí. Touha a chtění pokračují. Právě z této tělesnosti a energetického pole vznikají všechny morální otázky.

Proč se náboženství a morálka zabývají tímto druhem energetického pole a proč se nazývá „tělesný, smyslový“? Na nižší sexualitu s nižší energií mysl pohlíží přezíravě, a proto se celá otázka morálky zaměřuje na to, co je tělesné a pudové. Člověk se dívá přezíravě na tuto tělesnou živočišnou přirozenost, místo toho, aby ji přijal, byl s ní spokojený, byl za ni vděčný a říkal, že je skutečně krásná, když ji neodsuzuje ani nedegraduje.

Jak se člověk může dostat z tohoto cyklu prožitků sexuality do mnohem odlišnějšího energetického pole a získat úlevu? Jak se člověk zbavuje toho, že je ovládaný a řízený tímto instinktem, který se stále opakuje? Jak může člověk vidět sexualitu z jiného energetického pole tak, aby se projevila jako naprosto pozitivní zkušenost? Když se na to pohlédne z odlišné úrovně vědomí, všechny otázky a problémy začínají mizet. Pak neexistují takové věci, jako manipulace, zadržování, frustrace nebo být ovládán touhou, nebezpečím a nelibostí. Neexistuje žádný pocit nedostatku, když není touha naplněna. Touha vytváří strach, že nebude naplněna, nebo smutek, nebo apatii, hněv, frustraci nebo vinu.

Spodní část Mapy ukazuje, že vina je doprovázena sebe-nenávistí. Dívat se na sexualitu z této úrovně znamená vidět svět hříchu a utrpení, beznaděje a smutku. Z tohoto nízkého pohledu se celá záležitost sexuality stává děsivou.

Sex se stává soupeřením, když se používá ke svádění nebo manipulativním způsobem v energetickém poli konkurence. Když se používá jako symbol statusu, sexuální přitažlivost se stává iluzorním symbolem „moci“ a tato lidská krása se stává jedním ze způsobů způsobem ovládnutí, manipulace a snahou ovlivňovat sebehodnocení lidí. Z tohoto energetického pole vznikají obavy, úzkost, stud, chtění a nelibost, což často vede k nenávisti. Dochází k útokům, násilným vraždám a sebevraždám kvůli zamilování, svádění a manipulaci jednoho s druhým, partnerským trojúhelníkům a k nevědomému vykořisťování, které se objevují na základě této touhy a přitažlivosti.

Lidé často celou tuto záležitost popírají, nebo jí pohrdají (např. výrazy „coura“, „kurva“, „čubka“ atd., nebo masivní rapová hudba).

Existuje také pýcha v sexuální morálce, která se projevuje jako pohrdání, popření nebo náboženský konflikt. Pyšným lidem se často oškliví veškerá sexualita a pohrdavě shlížejí na každého, kdo se oddává takovému druhu činnosti, která je dle jejich názoru nízké zvířecí povahy. Předpokládají, že všichni lidé jsou řízeni stejným způsobem jako oni. Lidé, kteří pohrdají sexualitou, promítají svůj vlastní způsob pohledu na ostatní, a říkají: „Nejsou pudoví? Nejsou to zvířata?“

Na rozdíl od takových názorů sex s vysokou energií, s jiným energetickým polem a jiným způsobem pohledu, překonává všechny tyto problémy – konkurenci, frustraci, strach, vinu, lítost, obavy a úzkost. Jak si můžeme užívat celou tuto energetickou oblast, když tajně cítíme, že nás Bůh pravděpodobně bude trestat, protože vidíme Boha, který se vynoří z tohoto pole, jako trestajícího? Určitě jsme od něj oddělení, a pokud prožíváme nějaké potěšení nebo štěstí, je velmi pravděpodobné, že na konci nás bude očekávat odvěta.

Někteří lidé nemohou vydržet intenzitu tohoto konfliktu mezi pudovým biologickým nutkáním, psychologickou potřebou a náboženstvím, takže se mu prostě vyhýbají pomocí ateismu, jenž eliminuje vinu. Musí buď opustit svůj pohled na Boha a náboženství, nebo opustit svou sexualitu. Pro některé lidi je to nemožný konflikt, který se vyřeší tím, že mnoho z nich skončí jako ateisté, protože neexistuje způsob, jak zvládnout svou lidskost a své názory na Boha.

Jak se člověk vymaní z tohoto konfliktu, aby zažíval tyto zkušenosti z jiného energetického pole? Budeme jej konfrontovat s energetickým polem láskyplnosti, sexuality jako projev lásky, jako smyslu pro živost, a s pravdou jeho stavu. K tomu, abychom měli takové prožitky, musíme opustit spodní energetické pole, ve kterém je sex opravdu prožíván jako fyzický jev vázaný na tělo. Neboť tím vznikají všechny druhy starostí s anatomií, jako je zájem mužů o svou zdatnost jako sexuálního partnera, a zaměření žen na fyzické atributy těla.

Tělesnost doprovázejí emoce a sentimentalita. Emocionalita a tělesnost jsou projevy lásky – slova „šílený, vášnivý“ jsou výrazem emocionality a touhy. „Ach, jak vás chci!“. „Ach, jak po vás toužím!“ „Ach, vás musím mít“, a vzrušení ze všeho, co filmy a média často zobrazují. Pokud se člověk zbaví tohoto vnímání, jaká zkušenost je možná? Jaký druh zkušenosti by zažil, kdyby sex už nebyl jen tělesný nebo negativní? Jak by to bylo vnímáno, kdyby se to stalo ze srdce, z energetického pole úrovně 500, z prostoru bytí se skutečností a pravdou toho, co člověk je?

Zprv je třeba mluvit o tom, jak se zbavit tohoto pohánějícího energetického pole, aby jím člověk přestal být řízen, jak prožívat sex bez konfliktu a jak překonat toužení tohoto energetického pole, které způsobuje všechny problémy. Jak můžeme zažít sex z mnohem vyšší úrovně?

Existuje technika, která pracovala s problematickou tělesnou hmotností, s bolestí a s velkým množstvím nemocí. Základní princip funguje stejně bez ohledu na situaci. Když energie, pocit, vyjádření nebo touha přichází, nejdříve odmítněte je

označit nebo jakkoli nazvat. Nedovolte rozvíjet fantazie a obrazy a místo toho si dovolte prožít to, co to je, a pocity, které se objevují. Tím, že jim přestanete odporovat, se postupně zmenšují. Energie energetického pole solar plexu – touhy a žádosti se nakonec vyčerpají.

Když se podíváme na žádosti, je zřejmé, že to není opravdu příjemná zkušenost. Není příjemné, když stojíte před vitrínou obchodního domu a díváte se na to, co je uvnitř s pocity chuti, touhy a frustrace. Pokud se na to podíváme a zrušíme obsah „co“, ať už to jsou diamanty, kožichy nebo tělo někoho jiného, uvědomíme si, že samotná zkušenost je nepříjemná. Chcete-li mít a nemáte, zejména v tomto okamžiku, je nepříjemné. Chcete-li steak, cítíte jeho vůni, ale nemůžete ho jíst, je to opravdu frustrující. Pokud se před nosem psa drží steak a není mu dovoleno ho jíst, co zažívá? Zažívá štěstí? Je rád, že je naživu? Pokud to bude pokračovat dost dlouho, pes se z frustrace rozzuří. Není to příjemný pocit.

Je iluzí, že touha přináší sex do našeho života. Ve skutečnosti nastává pravý opak. Chtění a touha brání sexu, aby přišel do našeho života, stejně jako jeho plné užívání, když je přítomen. Tím, že přestaneme této touze vzdorovat, všechny touhy, které byly potlačené, vycházejí ven. Je-li dovoleno touze jen procházet a proudit, aniž by s tím člověk něco dělal, aniž by vzdoroval nebo odolával prožitku, začne se snižovat jeho tlak. Nakonec, protože tam je omezené množství, se to konečně úplně zastaví. Když se touhy, posedlost, nátlak a závislost na touze a tělesný chtíč rozplynou, jsme v míru. Jaká šokující myšlenka! Tam, kde byla touha, chtíč, chuť a frustrace; kde byl pocit nedostatku a nízké sebeúcty, protože to nebylo uspokojeno, nyní je stav míru.

Totéž se stává, když přestaneme odporovat chuti k jídlu a neustálé touze po jídlu. Ta chamtivost konečně odejde. Všechno to jsou to jen odrůdy chamtivosti a nenasytnosti. Může existovat chamtivost pro všechny vnější věci. Co svět nazývá sexualitou, je často opravdu chamtivostí, touhou, věčnou touhou, která pohání a ovládá lidi a jejich životy.

Místo toho nastane stav vnitřního klidu a míru. Je to, jako by se celá otázka vyřešila a již není problém. Jaký je nyní problém? Žádný problém. Již nás to nepohání, neuráží naši integritu. Už se nemusíme zaprodávat nebo mít pocit, že musíme vyměňovat nebo obchodovat s tělem nebo sexuálním image v nekonečném vyjednávání mezi muži a ženami. Už se s tím netrápíme, sex není dar nebo dluh, „teď mi dlužíš“ nebo „teď jsi mi zaplatil“, nebo „zaplatil jsem za večeři, teď mi dej tělo“. Nekonečné kompromisy a vyjednávání skončí. Nyní jsme osvobozeni od manipulací. Pamatujte si, že když manipulujeme s ostatními, jsme na oplátku stejně manipulováni.

Když se zbavíme všech různorodých manipulací se sexualitou, znamená to, že pomocí jí už nemůžeme být manipulováni. Stáváme se uvolněnější, budeme nepřipoutaní a přemístíme se do oblasti zvládnání tohoto problému. Když se s ním setkáme a zvládneme ho a stáváme se nepřipojenými a uvolněnými místo toho, abychom byli zachyceni.

Jaký je uvolněný stav? To znamená být tak svobodný, že pokud se něco stane v našem

životě, je to úžasné, a pokud se to nestane, je to také v pořádku. Být svobodný znamená být na úrovni možností a výběru. Pak nejsme řízeni světem ani manipulací. Žádný billboard už nás neposílá do obchodu, abychom si koupili žvýkací gumu, byť ji prodává sebevíc hezká dívka. Ochota překonat omezení nás posunuje až k přijetí a dovoluje nám cítit se přiměřeně a sebejistě. Adekvátní pocity vycházejí z vnitřního poznání, že na jakoukoli otázku dá odpověď samotný život.

Tam, kde byla frustrace, je nyní svoboda, a s ní se člověk cítí přiměřeně a má mnohem větší sebedůvěru. Má ochotu přesunout se do stavu láskyplnosti. Svět začíná vypadat přátelštěji. Pokud člověk touží po sexu a je frustrovaný, sotva svět vypadá jako přátelský. Když se člověk vzdává touhy a souvisejících duševních představ a fantazií, svět začíná vypadat přátelštěji a harmoničtěji a umožňuje svobodně užívat příležitostí k sexuálnímu projevu.

Když jsme se posunuli z touhy do přijetí, dostáváme se do energetického pole, kde začínáme mít přístup ke štěstí. Je to začátek štěstí a zralosti a začínáme mít skutečně dobrý pocit ze sebe a z našeho chování. Je to počátek láskyplné péče, která podporuje ochotu odpustit. Máme schopnost zažít naše bytí s touto oblastí chování z jiného pohledu. Toto energetické pole pak řeší všechny problémy, které vznikají v nižších energetických polích.

Jak již bylo řečeno, všechno je prožíváno ve vědomí. Například, jestliže by naše vědomí bylo zbarveno modře, pak by vše bylo prožíváno v modrém. Pokud by naše vědomí bylo zbarveno růžově, pak by všechno naše prožívání bylo jako růžovost. Podobně negativita také zabarvuje celou zkušenost našeho sexuálního života. Pocit nedostatku je charakteristický pro nižší energetická pole, proto je zde vše prožíváno jako dávání a získávání. Žádostivost znamená výměnu dávat a dostat, takže slyšíme výrazy o sexuálním životě dospívajících chlapců, když se shromáždí v šatně, jako například: „Dala ti minulou noc?“

Když vystupujeme z nižších energetických polí dávání a získávání, objeví se střední energetické pole „dělání“. V tomto případě se lidé zajímají o „dělání“ sexu. Vyjadřuje to výraz „Pojďme dělat“. Stylem je „dělat to“. V důsledku toho existují nekonečné sexuální manuály, které říkají jak to dělat. Některé modernější dokonce i přidávají nějakou lásku. To je často považované za pouhý romantismus a něco, co ženy potřebují pro šťastný sex.

Energetické pole dělání má co do činění s tím, jak dobře to člověk dělá. Výsledkem je, že se lidé obávají o svůj výkon. Pokud je sex něco, co děláme, pak bychom to měli v naší společnosti dělat dobře. Proto existuje celá idea soutěživosti a výkonnosti. Z úzkosti z výkonu přicházejí frigidita, nedostatek touhy a různé formy impotence, ve kterých se objevuje úzkost z „dělat to“. „Bude se mu líbit, jak to dělám?“ „Bude se jí líbit, jak to dělám?“ „Uspokojím druhou osobu?“ Stává se z toho poněkud nově definovaná forma atletiky.

Nakonec se sexualita stává způsobem, jak být s někým. Je to způsob sdílení naší bytosti s touto osobou. Není to to, co dáváme a dostáváme; není to tak, jak to funguje, jako by to byla ratingová stupnice. Místo toho se stává způsobem, jak být s druhým člověkem, ve kterém celý výměnný systém odpadne. Když už se na sex

nedíváme z nižší pozice, celá otázka viny odpadne a zmizí a moralistické otázky jsou zodpovězeny. Láska znamená spojení uvnitř srdce, otevření prostoru a způsob, jak být s touto osobou.

Lidé mívají strach, že když se zbaví své touhy a chtění, bude to znamenat, že zmizí z jejich života. Výzkum, zkušenosti a klinické zkušenosti ukazují, že opak je pravdou. Touha a chuť vyvolávají odpor. To, co chceme a po čem toužíme, také vytváří odpor v jiné osobě. Když obchodník oslovuje lidi ve stylu obchodníka, lidé vědí, že chce něco prodat. Když se mu podaří něco nám prodat, přichází odpor, který vyvažuje to, co se děje v nižších energetických polích.

Vzdání se chtění vytváří prostor pro energetické pole života, aby vstoupilo do těla a otevřelo srdce. Opuštění dolního energetického pole otevírá cestu pro vyšší energetické pole, aby se otevřelo radosti a lásce. Člověk pak ve vztahu touží přinášet štěstí a potěšení druhé osobě. V milování je soucítění. Už se netrápí výkonem nebo morálkou. Z energetického pole lásky sexuální milování nahrazuje touhu a chtění.

Láska je neodsuzující. Uvědomuje si vlastní nevinnost a přirozenost. Člověk nyní pozoruje i zvířata z jiného pohledu, když vidí projevy milosti u zvířete. Když se zbavíme negativního odsuzovacího moralistického energetického pole, je možné zažít neuvěřitelnou krásu, dokonalost a posvátnost projevů našeho života – vzrušení, radost a prožitek energetického pole naší živosti. Je to zkušenost, kdy sexualita lásky a láska k sexualitě jsou výrazem lásky.

Naproti tomu se zdá, že touha po ní přináší celé energetické pole, které zahrnuje pocit viny, apatii nebo smutek, frustraci, strach, hněv, pýchu a obavy o výkon. Když jsme osvobozeni od touhy po touze, pak jsme propuštěni z viny a výčitek, z předvídání, že se možná nic nestane, a ze všech těchto energií, které vznikají téměř masově, téměř jako jednotka. Se zralostí a s integritou vztahu se stává stále důležitějším štěstí druhého člověka.

U nižších úrovní vědomí lidé nezažívají energii druhé osoby; prožívají svou vlastní energii. Sexuální přitažlivost, jakkoli úžasné se to může zdát, nevzniká ve vnějším světě. Je to něco, co člověk promítá na svět. V jedné společnosti je atraktivní extrémní štíhlost. V jiné společnosti je atraktivní baculatost, nebo brunetka nebo blond, nebo kosti protažené skrze nos nebo mnoho kroužků kolem krku, nebo dlouhé vytažené ušní laloky, nebo symboly namalované na hlavě, nebo různé účesy. Všechny tyto druhy dekorace lidského těla jsou pouze projekcemi vlastních obrazů, které jsou drženy uvnitř. Lidé jsou zdrojem vlastní sexuality.

Z lásky vyvstává touha zažít energii druhé osoby. V tomto jasném prostoru jsou mužnost a ženskost vzájemně přitažlivé. Je to, jako by univerzální muž s univerzální ženou překračoval osobnost. Namísto lokalizované fyzické zkušenosti nyní existují zcela odlišné pocity expanzivity a jednoty, které vznikají z toho, že jsou s energií této druhé osoby. Možná ještě sekundu předtím v mysli ani jednoho z nich nebyla myšlenka na sex. Pár čeká, až toast vyskočí z topinkovače. Pak nastane objetí v čistém poli. Jinými slovy, partneři nechali jít každé zadržetí, nelibosti nebo věci, které jim brání být spolu. Ze samotného objetí

vzniká touha, která má nyní úplně jinou povahu. Je touhou být s touto osobou a její energií zažít. Tato spontánnost nevyplývá z touhy, ale z prostoru esenciální živosti a energie bytí s druhou osobou. Je to difúzní celková zkušenost a je tu radost a vděčnost za příležitost být s touto energií. Vysoká radost a potěšení z toho přináší pocit úplnosti.

V okamžiku, kdy tato touha vzniká v tomto typu energetického pole, je již současně dokončena. Pokud například telefon zvoní a celé nastavení je přerušeno, může být okamžitě opuštěno bez pocitu ztráty. Neexistuje žádný pocit ztráty, protože pocit dokončení je uvnitř srdce – jednota, sjednocení – již k němu došlo. Nádherné jevy nastávají v životě, když jsme nechali jít nějakou dílčí choutku. Když se to stane, je to, jako kdyby byla zkušenost úplná v každém okamžiku a po celou dobu.

Při redukci hmotnosti, kdybychom opustili a nechali zmizet hlad, chtivost jídla a žádostivost po jídle, tak chuť a touha po jídle nyní vystává z jídla samotného. Když se posadíme k jídlu, stále ještě nemáme pocit hladu nebo chuti k jídlu, ale jak začneme jíst, je potěšení obrovské. Pokud se však ozve zvonek přímo uprostřed jídla steaku, můžeme opustit jídlo a jít s přítelem bez pocitu ztráty nebo nedostatku. Je to, jako by požitek doprovázelo dokončení. Namísto toho, že vycházíme z chtění, je to skoro, jako bychom právě zažívali tuto zkušenost a zároveň se snažili tlačit na další sekundu. Víme, jak to je v sexu, jak to je v jídle – vždy předvídáme další sousto, další pocit. Jsme stále ve stavu očekávání. Je to, jako bychom ho dosáhli, ale je vždy interní proud mezi tím, co se děje právě v této sekundě a tím, co chceme a po čem toužíme, a co se má stát v příštím okamžiku.

Když nemáme chtění a touhu, objeví se pocit, že jsme plně s daným okamžikem, takže každý okamžik je úplný a kompletní sám o sobě. Kvůli jeho úplnosti je možné ho zastavit v každé vteřině bez pocitu ztráty. Ve velmi vysokém energetickém stavu radosti a blaženosti neexistuje pocit ztráty. Můžeme vypnout sledovaný televizní program bez pocitu ztráty. Je to proto, že prožíváme bez kontroly a očekávání. Povaha prožitku vychází z úplnosti v každém okamžiku. Být s určitým člověkem teď, cítit jeho energii, cítit přijetí, cítit živost této jednoty, takový prožitek je už dokončený právě v okamžiku zkušenosti. Neexistuje žádné „muset“ pokračovat v zážitku v důsledku projekce dokončení do očekávané budoucnosti. Potěšení z jídla je perfektní bez očekávání dalšího sousta. V energetických polích nižšího vědomí se život prožívá od neúplného do úplného. Ve vyšších úrovních vědomí se život pohybuje od úplného do úplného.

Zrušení touhy umožňuje, aby zkušenost byla úplným stavem jednoty a spokojenosti. Zdá se, že každý okamžik spontánně vystupuje sám o sobě. V objetí se zkušenost děje spontánně. Jako bychom se podíleli na rozvíjení filmu. K tomu dochází, protože člověk je zdrojem. Namísto toho, abychom našli prožitek mimo sebe jako něco, co lze dostat, vlastníme ho jako něco, čím jsme. Je to náš způsob, jak být tak sami o sobě. Zkušenost pochází zevnitř; proto neexistuje mezera mezi tím, co jsme a zkušeností.

V nižších energetických polích se zažíváme jako oddělená entita „zde“, a to, co požadujeme, je „tam“. Touha je pak zobrazena, jako cosi, co přichází, snižuje

vzdálenost a prostor, ale vždycky existuje ten pocit prostoru mezi tím, co si myslíme, že jsme, a tím, co chceme. Naše touha a to, co chceme, jsou dualisticky odděleny jako subjekt a objekt. Když jsme to opustili a zbavili se toho, začneme zažívat život jako spontánně se rozvíjející. Začneme mít úctu k povaze této zkušenosti. Stává se to stavem, který je popsán mystiky.

Co je to mystik? Je to člověk, který skutečně opustil toužení a zažívá úplnost a totalitu od jednoho okamžiku k druhému a v něm nádhernou krásu, úctu a posvátnost. Nyní se vztah stává výrazem toho, co je posvátné, a těší se vynikajícímu pocitu živosti. Je to, jako bychom překročili svět. Jak se to stalo? Mohlo by se říci, že svět je to, co se neustále mění, to, co začíná a končí, co je omezené a co nás omezuje. Pokud se s ním budeme ztotožňovat, pak omezí naše zkušenosti na lokální touhy a chtění. Pokud to opustíme, pak energetické pole, které začne procházet srdcem, nás sjednotí s druhým člověkem v této spontánní radosti, a znamená to, že jsme opravdu překročili svět, protože nyní je energie, kterou zažíváme, nekonečná.

Sexuální prožitek se nyní rozšiřuje. Namísto lokálního fenoménu genitálií se zkušenost rozšiřuje na celé tělo. Z celého těla se nyní začíná rozšiřovat do prostoru kolem těla. Zdá se, že celý pokoj má orgasmus. Zdá se, jako by nějaký nekonečný prostor byl zdrojem a tělo je jen to, co se děje v tomto prostoru. Tělo je jako loutka, která vystupuje z toho, co se děje v neviditelné sféře, která je nekonečná. Energie, kterou prožíváme, je neomezená, protože láska je neomezená.

Když se rozhlédneme, všude vidíme projevy lásky. Nemá žádný začátek ani konec. Nemá žádné omezení. Jediná věc, která to omezuje, je naše ochota zažít ji a být otevřen. Je to jako nekonečný oceán, takže když jsme se k ní otevřeli tím, že se zbavíme toho, co jí odporuje, stáváme se projevem této lásky. Pak je prožívána jako nekonečný prostor, který překračuje osobnost i čas a prostor.

Největší afrodiziakum je ten vnitřní pocit živosti, a jak se tento pocit živosti zintenzivňuje, je to, jako by se probudila totalita všeho v nás. Tento pocit lásky a dobroty je vůbec největším afrodiziakem. Mluvíme o erotice srdce místo o sexualitě těla. Srdce je vše zahrnující, rozostřené a inkluzivní a vytváří intenzivní smysl pro živost. Je to nádherné potěšení z prožitku naší vlastní existence, vyjádřené nyní v rámci energetického pole bytí s někým, jehož energie se shoduje s naším, a přesto je polárním opakem. Umožňuje muži zažít svou ženskou stránku. On ji pak vlastní v prožitku objetí. Žena prožívá energetické pole, které k ní přichází přes muže, a tento pocit jednoty a úplnosti je v magii tohoto objetí. Nastává magické spojení těchto dvou energetických polí, mužského a ženského, jako vyjádření jejich jednoty z toho intenzivního pocitu živosti a radosti.

Kontext řeší problémy, které měl člověk se sexualitou, protože v jemnosti této vnitřní zkušenosti je opětovné spojení s radostí z naší nevinosti. Celá otázka, zda Bůh schvaluje sex, zmizí.

Při zkušenosti s touto živostí, jednotou a radostí, když člověk stoupá až k nekonečnému stavu vnitřního míru a dokončení (protože dokončení je mír), zjišťuje, že mír je pocit absolutní jednoty a spojení s jednotou. V sexualitě, která vychází

ze srdce, je návrat k zážitku být celistvý. Je to mystická kvalita transcendence, pocitu neomezené všudypřítomnosti.

Když nastane tento pocit jednoty, je to, jako kdybychom překročili čas, jako kdybychom byli navždy každým mužem a každou ženou. Vlastníme zdroj; jsme tím, z čeho vychází zkušenost. Nejsme už jejím důsledkem, ale jejím výrazem s neuvěřitelnou posvátností a krásou. Je tu jemnost této vnitřní zkušenosti, jak se díváme zevnitř.

Jak to může být praktické? Zní to jako fantazie, jako mystika nebo neskutečnost? Vypadá to fantasticky a ne jako opravdová zkušenost muže a ženy? Existují určité praktické způsoby, jak se do toho dostat. Způsob, jak přestat být zaměřený na lokalizovanou tělesnost, vychází z dávné tradiční meditativní techniky, jak zaměřit svou pozornost na bod jeden palec pod pupkem a udržet ji tam po celou dobu zážitku. Jen to zkusit. To je bod, který Japonci nazývají „hara“. Používá se v bojových uměních, kde je zaměření nebo soustředění na centrum. Namísto zaměření pozornosti na pohyby těla, manipulaci a nekonečné úzkosti se člověk soustřeďuje a upřednostňuje pozornost na toto místo jeden coul (inch) pod pupkem. Držte svou pozornost tam, bez ohledu na to, co se děje, a zjistíte, že jste teď trochu odstranění. V tomto stavu se člověk stává autonomním účastníkem / pozorovatelem. Celá zkušenost má nyní zcela jiný rozměr. Nyní se ve vás spontánně děje, ale namísto toho, abyste se soustředili na místo, nyní prožíváte obecnější energetické pole. Vyzkoušejte to jako způsob, jak se posunout z lokální zkušenosti až do srdce. Stačí se přesunout do tohoto bodu nazvaného „hara“ a všimněte si změny v kvalitě zážitku.

Když vyjdeme z lokalizace, přesuneme se do jiného energetického pole. Celá zkušenost je pak jednou z expanzí, rozšířenou zkušeností, která je mnohem intenzivnější, mnohem plnější a mnohem více uspokojující, po níž se cítíme radostně a vděčně z uspokojení. Rozdílem je vděčnost, která je podobná radosti. Uspokojení touhy často zanechává v lidech pocit ztráty a smutku. Proč má člověk pocit smutku, ztráty, neúplnosti a nedostatku? Je to proto, že jsme zdroj naší sexuality umístili někde venku ve světě, místo toho, abychom ho opětovně vlastnili jako součást toho, čím jsme. Smysl pro nevinnost, který nastává, nás vrací zpět do zahrady Edenu, jako bychom snědli jablko ze stromu dobra a zla. Je to, jako by nás vyvedl z pole tělesnosti a pudovosti, a vrátil nás zpět do oblasti nevinnosti a vědomí pravdy toho, co opravdu jsme. Je proto jednou z největších lidských zkušeností.

To demonstruje zásadu, že se nejedná o události života nebo o to, co se děje, ale jak je dáváme do kontextu, což určuje povahu zkušenosti, ať už indukuje vinu, nebo je to frustrující, úzkostně provokující, neurotický typ dysfunkce, nebo je jednou z největších lidských zkušeností.

Následující část: [Kapitola 7 Proces stárnutí](#)