

The background of the entire cover is a warm, golden-orange gradient. In the center, a pair of hands is shown from the palms up, cupping a bright, glowing golden light. From this light, a golden musical note (a treble clef) rises and spirals upwards, surrounded by numerous small, sparkling golden stars and several larger, soft-focus golden petals. The overall effect is one of magical energy and spiritual uplift.

GUDRĪBAS GRĀMATAS · DEVĪTĀ BURTNĪCA

Svētā seksuālā enerģija

Transmutācija, tuvība un līdzsvars

BLUSABOOKS



Svētā seksuālā enerģija

TRANSMUTĀCIJA, TUVĪBA UN LĪDZSVARS

Katrai nodaļai — četras daļas

KO MĀCA MĀCĪBA

*tradīcija pilnā balsī, kā to stāsta tās
sekotāji*

**VIENKĀRŠIEM
VĀRDIEM**

tas pats vienā vai divos teikumos

SVEŠVĀRDI

nodaļas jēdzieni un to skaidrojumi

KO SAKA ZINĀTNE

kas pētīts, kas tradīcija, kas mīts

Pieaugušajiem. Katra prakse ir brīvprātīga. Grāmata neaizstāj ārsta padomu.

Gudrības grāmatas · MMXXVI

© 2026 SIA "Blusa Entertainment" (reģ. Nr. 40203726725) · Gudrības grāmatas. Visas tiesības aizsargātas. Šī grāmata, tās zīmējumi un izdrukājamās lapas ir autordarbs. Tos aizliegts kopēt, pavairot, izplatīt vai publiskot pilnībā vai daļām bez autora rakstiskas atļaujas. Pārkāpējiem iestājas Autortiesību likumā paredzētā atbildība. Atļaujas: contact@blusa.eu. Izdrukājamās lapas drīkst drukāt tikai personīgai lietošanai. Grāmata paredzēta pieaugušajiem un neaizstāj ārsta vai psihoterapeita padomu.

SATURS

<i>Priekšvārds</i>	4
I Dzīvības spēks	5
II Čūska un ērglis	9
III Transmutācija	13
IV Atturības prakse	17
V Apzināta tuvība	21
VI Vīrišķais un sievišķais	25
VII Līdzsvars sevī un pārī	29
VIII Enerģijas higiēna	33
IX Mīti un patiesība	37
<i>Noslēgums</i>	41
<i>Izdrukājamās lapas — trīs lapas</i>	42
<i>Svešvārdu vārdnīca</i>	46



PRIEKŠVĀRDS

Šī grāmata ir pieaugušajiem. Tā ir par spēku, no kura esam radušies mēs visi, un par to, kā četras lielas garīgās tradīcijas — Indijas tantra, Ķīnas taoisms, Rietumu hermētisms un kristīgā mistika — šo spēku ir sapratušas: nevis kā kaut ko kaunpilnu vai tikai ķermenisku, bet kā dzīvības un radošuma uguni, ko var izšķērdēt, apspiest vai iemācīties vadīt.

Kā visās šīs sērijas burtnīcās, katrai nodaļai ir četras daļas: ko māca mācība — pilnā balsī, kā to stāsta tās sekotāji; tas pats vienkāršiem vārdiem; svešvārdi; un ko saka zinātne — kas ir vēsture, kas ir tradīcija, kas ir pētīts un kas ir tikai skaists apgalvojums. Grāmatas beigās ir trīs izdrukājamas lapas: trīsdesmit dienu dienasgrāmata, vīrišķā un sievišķā līdzsvara karte un septiņu soļu elpas prakse.

Dažas lietas jāpasaka uzreiz. Katra prakse šajā grāmatā ir brīvprātīga — tu vari izlasīt visu un nedarīt neko, un tas ir pilnīgi labi. Tuvība ir iespējama tikai starp pieaugušajiem, kas abi to skaidri vēlas; piekrišanu var atsaukt jebkurā brīdī, un „nē” ir pilns teikums. Nav viena pareizā ceļa: ne atturība, ne kaislība, ne dzīve vienatnē, ne attiecības nav „augstākas” par citām. Grāmata der ikvienam neatkarīgi no dzimuma, orientācijas un tā, vai tev šobrīd ir partneris. Tē nav vietas kaunam.

Un vēl: šī grāmata neaizstāj ārstu, psihoterapeitu vai seksologu. Ja kaut kas sāp, uztrauc vai traucē dzīvot, vispirms runā ar speciālistu — par to vairāk pēdējā nodaļā.

I. NODAĻA

DZĪVĪBAS SPĒKS

KO MĀCA MĀCĪBA

Visas lielās garīgās tradīcijas sāk ar vienu vienkāršu novērojumu: tas pats spēks, kas rada jaunu dzīvību, uztur dzīvību arī tevī. Seksuālā enerģija, tā māca, nav tikai vēlme pēc tuvības. Tā ir dzīvības spēks tā tīrākajā veidā — tas, kas tevi radīja, kas liek šūnām atjaunoties, sirdij gribēt un rokām radīt. Tā ir visspēcīgākā no cilvēka emocijām, un emocija, kā saka sens teiciens, ir enerģija kustībā.

Šī uguns pati par sevi nav ne laba, ne slikta. Tā ir kā upe: ja to aizdambē, tā izplūst pāri krastiem; ja to palaiž bez vadības, tā pazūd smiltīs; bet, ja tai izrok gultni, tā griež dziļnavas. Tāpēc gudrās tradīcijas nekad nav mācījušas seksualitāti nīst. Tās māca to apzināties, godāt un vadīt.

Tantra

Indijas tantrā visa radīšana ir dievišķa pāra deja. Šiva ir tīra apziņa, nekustīgs vērotājs; Šakti ir enerģija, kustība un dzīvība. Bez Šakti Šiva ir sastindzis, bez Šivas Šakti ir akla vētra. Cilvēkā Šakti guļ mugurkaula pamatā, saritinājusies kā čūska, — to sauc par kundalīni —, un ceļš ir viņu pamodināt un aizvest pie Šivas galvas virsotnē. Tantra saka: ķermenis un prieks nav šķērslis garam, tie ir durvis.

Taoisms

Taoisti runā par trim dārgumiem. Dzjin ir dzīvības būtība, ko cilvēks saņem, piedzimstot, un kas visblīvāk mīt dzimumspēkā. Ci ir elpa un dzīvības strāva. Šeņ ir gars, skaidra apziņa. Iekšējās alķīmijas ceļš ir pārvērst dzjin par ci un ci par šeņ — kā ūdeni pārvērst tvaikā un tvaiku gaisā. Kas savu dzjin izšķiež, tā māca, tas noveco ātrāk; kas to kopj, tas saglabā spēku līdz sirmam vecumam.

Hermētisms

Hermētiskie skolotāji mācīja dzimtes principu: visā ir vīrišķais un sievišķais, un nekas netiek radīts bez abu satikšanās — ne bērns, ne ideja, ne dzejolis. Alķīmiķu „ķīmiskās kāzas” — Karaļa un Karalienes, Saules un Mēness savienība — ir iekšējās pārvērtības tēls: pretstatiem apvienojoties, piedzimst zelts.

Kristīgā mistika

Kristīgie mistiķi šo spēku lasīja caur mīlestību. „Dziesmu dziesma” Bībelē ir kaislīga mīlas dzeja, un Bernards no Klervo un Terēze no Avilas to lasīja kā dvēseles un Dieva kāzas. Eross — ilgas — ir tas pats spēks, kas, pacelts un attīrīts, kļūst par agapi, pašizliedzīgu mīlestību. Klosteru šķīstība šajā skatījumā nav nīšana, bet uguns, kas pavērsta uz augšu.

Četras valodas, viena doma: tevī ir radīšanas spēks, un tas, kā tu ar to apejies, veido tavu dzīvi.

VIENKĀRŠIEM VĀRDIEM

Tradīcijas saka, ka seksuālā enerģija ir dzīvības un radošuma uguns. Tantra, taoisms, hermētisms un kristīgā mistika to stāsta katra savā valodā, bet doma ir viena: šī spēka nav jākaunas un tas nav jāapspiež — to var apzināties un vadīt.

SVEŠVĀRDI

Tantra — Indijas garīgo tradīciju kopums ar rituāliem, jogu un filozofiju, kurā pasaule tiek skatīta kā apziņas un enerģijas savienība.

Šiva un Šakti — tantrā dievišķais pāris: Šiva ir apziņa, Šakti — radošā enerģija.

Dzjin (ķīn. *jing*) — taoismā dzīvības būtība, iedzimtais spēka krājums, kas saistīts ar dzimumspēku.

Ci (ķīn. *qi*) — ķīniešu tradīcijā elpa un dzīvības enerģija, kas plūst ķermenī.

Šeņ (ķīn. *shen*) — taoismā gars, skaidra apziņa.

Dzimtes princips — hermētiska ideja, ka visā pastāv vīrišķais un sievišķais un radīšanai vajadzīgi abi.

Eross un agape — grieķu vārdi mīlestībai: eross ir ilgas un kaislība, agape — pašaieliedzīga mīlestība.



1. ZĪMĒJUMS

Viena uguns, četras valodas: dzīvības spēks tantrā, taoismā, hermētismā un kristīgajā mistikā.

● KO SAKA ZINĀTNE

Šīs tradīcijas ir īstas, bet vēsturiski sarežģītākas par populāro tēlu. Tantra Indijā ir plašs rituālu, jogas un filozofijas kopums, kas veidojies aptuveni kopš mūsu ēras 5.–7. gadsimta; seksuāli rituāli bija tikai neliela un bieži simboliska tās daļa. Tas, ko Rietumos šodien sauc par tantru, lielākoties ir 20. gadsimta neotantra. Taoistu iekšējā alķīmija ir aprakstīta Ķīnas tekstos,

kas ir vairāk nekā tūkstoš gadu veci, bet dzjin un ci nav mērāmas vielas — tie ir jēdzieni, kas apraksta pieredzi. Hermētiskais dzimtes princips šādā formā nāk no „Kibalionā”, kas izdots 1908. gadā, nevis no senās Ēģiptes.

Bioloģija piekrīt vienam: dzimumtieksme ir viens no spēcīgākajiem cilvēka motivācijas avotiem, un to vada tās pašas smadzeņu atalgojuma sistēmas, kas liek mums tiekties pēc jebkā vērtīga. Hormoni ietekmē gan tieksmi, gan enerģiju un garastāvokli — visiem dzimumiem. Taču nav pierādījumu, ka pastāvētu īpaša „seksuālā enerģija” kā fizikāls spēks, ko var uzkrāt vai pārsūtīt. Tradīciju valoda ir tēlaina, bet tā apraksta ko īstu: cik liela nozīme mūsu dzīvē ir tieksmei, tuvībai un radīšanai. Un to, ka seksualitāte ir normāla un veselīga cilvēka dzīves daļa, šodien saka arī Pasaules Veselības organizācija.