

TANTRA

MILOVÁNÍ DUŠÍ

SOMANANDA
MOSES MAIMON

TANTRA

MILOVÁNÍ DUŠÍ

Přeložil Rudolf Schimera



KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Somananda Moses Maimon

[Tantra: Sex for the soul. Česky]

Tantra: Milování duší / Somananda Moses Maimon; z anglické verze Tantra: Sex for the soul ... přeložil Rudolf Schimera. -- První vydání v českém jazyce. -- Praha: Maitrea, 2018

ISBN 978-80-7500-347-8

233-282 * 613.88 * 118:613.88 * 233-852.5Y * (035)

– tantra

– sex

– sexuální energie

– kundalinijóga

– příručky

613 - Hygiena. Lidské zdraví [14]

Somananda Moses Maimon

Tantra: Milování duší

Tantra: Sex for the Soul

Copyright © Somananda Moses Maimon, 2014

Translation © Rudolf Schimera, 2017

Czech edition © MAITREA a.s., Praha, 2018

ISBN 978-80-7500-347-8

VĚNOVÁNÍ

*Rád bych tuto knihu věnoval svému guruovi Svámi Vivekánandovi
Sarasvatímu, který mi otevřel oči, ukázal pravdu a Absolutno.*

Milí čtenáři,

snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v knize nějakou chybu, napište nám na nakladatelstvi@maitrea.cz a my ji rádi opravíme.

Děkujeme, Váš nakladatel.

OBSAH

Věnování	v
Poděkování	xi
Úvod	xiii
I. PŮVOD TANTRY / CO JE TO TANTRA?	1
Základní principy tantry	1
Tantra je poklad	6
II. MŮJ PŘÍBĚH	11
Jak jsem našel svého učitele	12
Počátky mého tantrického období	15
Zkrocení divoké šelmy zvané sexuální energie	17
Estonské období a kolem světa	19
III. KLÍČEM JE ENERGIE	21
Tou nejmocnější energií je síla, která nás žene kupředu	21
Klíč, který odemyká naše nitro?	23
Dvě možnosti, jak uchovat sexuální energii	26
Imploze nebo exploze?	28
Energetická centra a proudění energie v těle	30
Bez sublimace není tantry	32
Jak připravit tělo, energii a mysl	34
Cvičení: vnímání energie	35
Tantra je určena dospělým a odhodlaným	36
IV. TANTRICKÝ SEX	39
Vědomé milování a problémy s nevědomím a pravidelnou sexualitou	39
Proč se tak ženeme za orgasmem?	40
Vydáte-li se na cestu tantry, není cesty zpět!	42
Tantra je mocnou cestou k dosažení transformace	45

V.	TANTRICKÁ ŽENA	49
	Ženy jsou rozené tantričky	50
	Dnešní nabídka: sedm druhů orgasmu	51
	V tantře existuje pět klasických typů orgasmů:	53
	A poté dva speciální typy, které korunují sedmi formám orgasmů: ..	53
	A co anální sex?	57
	Překonání strachu je cíl hodný dosažení	59
	Cvičení: autostimulační masáže pro ženy.....	62
VI.	TANTRA PRO MUŽE	63
	Závislost na ejakulaci	64
	Krok k pravé síle	65
	Zintenzivněte svou rozkoš	67
	Když vám zmodrají koule	68
	Cvičení: autostimulační tantrická masáž pro muže.....	70
VII.	MODERNÍ SEXUALITA	71
	Sexuální harmonie zlepšuje kvalitu života	71
	Zázračná pilulka pro vztahové problémy	73
	Moderní muži jsou příliš rychlí	75
	Kam se poděla všechna ta vášně?	76
	Cvičení: jednoduchá praxe ke zvýšení magnetismu a vášně.....	78
VIII.	TANTRICKÉ VZTAHY	81
	Magický tanec šivy a šakti	82
	Tantra je především cesta lásky	84
	Konfrontace s egem a jeho projevy v podobě žárlivosti	88
	Mono nebo poly? Sdílení tantry s jedním nebo více milenci	90
	Uveďte svou šakti do srdce	92
	Proces transmutace a sublimace	93
	Praktické cvičení pro páry: transmutace a sublimace sexuální energie	95
	Je možno být homosexuál a zároveň i tantrik?	95
	Jak kráčet tantrickou stezkou	96
	Důležitost tantrické transfigurace	99
	A co rituály?	103
	Rituály zahrnují vědu magie	103
	Tantrické rituály jsou mocné	106
	Cvičení: rituál <i>maithuna</i>	110

IX.	TANTRICKÁ MASÁŽ	113
	Jemně odblokujte svého partnera	114
	Skvělí milenci se za ejakulací neženou	120
	Cvičení: příklad krátké verze tantrické masáže pro ženy	124
X.	DŮLEŽITÉ PRVKY V TANTRICKÉM ŽIVOTĚ A NÁHLED NA TANTRICKÝ ŽIVOTNÍ STYL	127
	Špetka praxe je cennější než tuna teorie	129
	Aspekty tantrického životního stylu a sexuality	130
	O kosmických rytmech	131
	Univerzální energie božstev	133
	Zasvěcení – energie <i>vírja</i> ve vaší auře	133
	Milarepovo putování za zasvěcením a osvícením	134
	Tantrikové si svého životního stylu umí užít	136
	Děti a tantrické rodiny	138
XI.	TANTRICKÉ PRINCIPY A TECHNIKY	143
	Meditace pohledů pro páry	143
	Koncepce krásy	145
	Tantra je zábava	147
	Klasické problémy s přitažlivostí	149
	Kontrolujeme sexuální energii	150
	Jak toho všeho dosáhnout?	151
	Dýchejte do břicha!	151
	Milování je holistická zkušenost	153
	Naučte se druhého vnímat pomocí identifikace	153
	Dávat znamená dostávat	154
	Dlouhá předehra je základ!	155
	Umění líbat	156
	Pár poznámek k orálnímu sexu	157
	Důležitost uvolnění a napínání pohlavního svalstva	158
	Jak cvičit pohlavní svalstvo	160
	Prospěšnost masáže prsou	163
XII.	TANTRA A SPIRITUALITA	165
	Co je podstatou tantry?	166
	Šiva – neprojevený aspekt všech věcí	170

Jaké mají tyto vědomosti praktické využití?	173
Tantra je systém evoluce vědomí	175
Jakou v tom všem hraje roli sexualita?	176
Učení <i>kundaliní</i> je součástí tantry	177
Jak najít toho pravého učitele	178
 XIII. ZÁVĚR	 183
Osobní poznámka	183
Jak uvést tantru do svého života	184
Podstata bytí	187
 Glosář	 189
O Somanandově tantrické škole	197

PODĚKOVÁNÍ

RÁD BYCH PODĚKOVAL TĚMTO LIDEM:

- Mému guruovi Svámí Vikevánandovi Sarasvatímu, který mě učinil tím, kým jsem dnes.
- Škole Agama.
- Liise Maimonové za její neuvěřitelnou podporu a klíčové rady v mnoha věcech.
- Lori Doylové za skvělou práci při editování a přípravě této knihy.
- Mé nakladatelce Tiině Ristimetsové za to, že mě požádala, abych tuto knihu napsal, a za její podporu a zkušenosti, které umožnily se do něčeho podobného pustit.
- Ingrid Peekové za její tvůrčí přínos a skvělou mysl.
- Katrin Oitrové, že mi pomohla přenést mé myšlenky na papír.

ÚVOD

KDYŽ JSEM POPRVÉ POTKAL V INDII svého guru a učitele, chtěl jsem se učit józe. Byl jsem fascinován jógistickou tradicí a hlubokým poznáním, které obsahovala. V den, kdy jsme se potkali, jsem vstoupil do jogínské přednáškové síně v indickém Říšikéši, poslechl si jeho přednášku a byl jsem okouzlen. Cítil jsem se, jako bych byl právě zasvěcen do tajemství, která jsem hledal celý svůj život.

Můj učitel hovořil o jistých naukách pocházejících z jógy a poté začal hovořit i o tantře. To bylo poprvé, co jsem se s tantrou seznámil a dozvěděl se o jejích skrytých významech. Krok za krokem mne můj učitel měsíc co měsíc seznamoval s učením tantry a odhalil mi tajemství, které tento nejvyšší duchovní systém nabízí. Bylo to zjevení, které mělo od té chvíle veliký vliv na můj život.

V následujících letech jsem se stal sám tantrikem a i učitelem tantry. Zjistil jsem, že poznání tantry má potenciál měnit lidské životy k lepšímu a dává jim pozoruhodné výhody.

Tantra je prastará věda, která obsahuje plné pochopení univerza a reality. Je to stezka evoluce a její tradice tudíž zahrnuje širokou paletu různých aspektů od diety po energii, od metafyziky ke každodenní praxi, od astronomie a astrologie k tomu, jak využívat barvy a zvuky, od manter a kosmických sil k sexualitě a pravé lásce.

Osobně si myslím, že je to ta nejhodnotnější a neúplnější věda, kterou lidstvo kdy poznalo. Po staletí a snad i tisíciletí byla víceméně držena v tajnosti, nicméně v posledních několika dekádách se stala přístupnější pro ty, kteří měli štěstí a setkali se s autentickými naukami a uvědomili si jejich nezměrnou hodnotu a potenciál.

V této knize jsem se rozhodl zaměřit převážně na sexuální nauky tantry. Ze své zkušenosti učitele tantry vím, že většina lidí reaguje nejpřirozeněji a nejsilněji na tyto nauky. Co se týče metafyzických, filozofických, meditativních a čistě jógistických aspektů tantry, které převyšují jakýkoli jiný systém, jsou mocné a budí úžas, platí, že pro průměrného nadšence jsou hůře uchopitelné.

V naší moderní společnosti je navíc opravdu potřeba sexuální nauka tantry, protože mnoho párů a jednotlivců usiluje jak o smysluplnou sexualitu a vztahy, tak o navázání hlubšího propojení s ostatními. Uvědomil jsem si tedy, že tyto nauky jsou požehnáním pro skoro všechny hledající, protože mnoha lidem přinesly velkou transformaci a naplnění. V této knize sice naleznete i něco o esoteričtějších prvcích tantrických učení, ale její hlavní zaměření bude vždy na sexuální aspekty, ze kterých může čtenář těžit nejvíce prospěchu.

Naše tantrické dobrodružství může začít!

I.

PŮVOD TANTRY / CO JE TO TANTRA?

TANTRA JE ŠIROKÝ METAFYZICKÝ SYSTÉM a nesouvisí s žádným indickým či tibetským náboženstvím z dávné minulosti. Tento systém je velmi vědecký a komplexní a dává lidským bytostem přístup ke struktuře reality a k praktickému pochopení elementárních zákonů univerza, které nám v zásadě poskytují základy k seberozvoji. Víc než cokoli jiného však platí, že tantra je stezkou k duchovnímu vývoji.

Prastaré kořeny tantry lze vystopovat až k jistým textům, kterým se říká *ágamy*. Tyto texty, z nichž některé ještě nebyly přeloženy do moderních jazyků, zahrnují nauky na spoustu témat. Nezasvěcenému přijde masa jejich informací příliš široká a jejich studium často nesouvislé a protiřečící si. Co má architektura společného se sexem či léčením nebo rituály a astrologií? *Ágamy* pokrývají všechna tato témata a ještě mnoho dalších. Tantra má co říci úplně o všem. A to jak o věcech praktických, tak o věcech metafyzických, protože všechna tato témata jsou propojena duchovním světonázorem. Není náhodou, že definici tantry lze vnímat i jako síť spojnic.

ZÁKLADNÍ PRINCIPY TANTRY

Když začínáte s tantrou, je nutné mít dobré základní pochopení této nauky, aby se filozofická teorie mohla stát realitou

a každodenní praxí. Ze sanskrtu lze slovo tantra přeložit jako tkalcovský stav, který umí sešít všechny její prvky do jedné sítě spojnic. Tantra je vědou o souvztažnostech, které nám odhalují podstatu univerza v podobě hologramu. Vše se odráží ve všem a univerzální makrokosmos lze takto nalézt v individuálním mikrokosmu. Kosmické zjevení se poté nachází i v té nejmenší z věcí v rámci stvoření, a v univerzu existuje i neviditelná síť mezi jednotkou a celkem. Súfijci tvrdí, že i utržení stébla trávy má vliv na celé galaxie – mezi stéblem trávy a galaxiemi tedy existuje spojení. Možná jste i slyšeli o tzv. „efektu motýlích křídel“, kdy motýl, který třepotá svými křídly v tropickém deštném pralese, je kauzálně propojen s tsunami někde na úplně opačné straně planety prostřednictvím neviditelné sítě energie. A právě tantra je průpravou k rozpoznání těchto jemných propojení. Pokud naladíte své vnímání na tuto úroveň reality, pochopíte tuto myšlenku na té nejhlubší úrovni vašeho vlastního bytí.

*V každém atomu existují světy,
a uvnitř těchto světů, světy další.*

— Jóga Vášista

První a nejdůležitější koncept tantry je Šakti, kterou lze přeložit jako energii, ale zároveň může znamenat i sílu a bohyni. Celé univerzum se projevuje jako energie, tedy i Šakti. Ale energie neexistuje sama o sobě a také neexistuje oddělená od toho, co považujeme za *vědomí*, tedy dualitu či polaritu Šivy a Šakti. I když jsou tyto pojmy součástí hinduistické tradice, zastupují mnohem více věcí než jen pouhé mytologické či metaforické koncepty odkazující k pohanským bohům a bohyním s lidskou podobou. Ve skutečnosti totiž představují přesnou metafyzickou povahu reality v tantrické

tradici. Polarita Šivy a Šakti je vztahem mezi dvěma aspekty reality – té neprojevené (tajemné a nediferencované) a té projevené (cokoli co vidíme, co cítíme, čeho se dotýkáme a v zásadě čehokoli, co naše univerzum obsahuje a čemu se jinými slovy říká energie či Šakti). To, co je neprojevené, je známo v tantře jako *puruša* a leží mimo manifestaci či realitu tak, jak ji známe pod pojmem *prakrti*. Této nemanifestované realitě se také říká Šiva a nelze ji zcela převést do slov, tudíž jí můžeme zjednodušeně říkat absolutno.

*Bohyně sídlí ve všech ženách
a Bůh setrvává ve všech mužích.*

— Džalavali Vadžramala

Tantra je pochopením toho, že v naší realitě je vše spojeno se vším ostatním. Tento přístup je vědou o souvztažnostech a lze jej nalézt v mnoha duchovních naukách. Není tedy překvapením, že jej potvrzuje i moderní věda. Vědci za posledních sto let dospěli k podobným závěrům, které se projevují zejména v oblastech jako kvantová mechanika a kvantová fyzika, jež demonstrují, že vše je energie a mimo vědomí neexistuje nezávislá realita. Realita je energie. Například představa o struktuře atomu, která byla před mnoha dekádami vyvrácena, jej chápe jako jádro, kolem něhož obíhají elektrony. V kvantové fyzice a dalších moderních výzkumech jsou vzdálenosti mezi atomy nesmírně velké, což by analogicky odpovídalo vzdálenostem, které existují v naší sluneční soustavě. A kde najdete elektrony? Nenajdete je. Existují jednak v podobě vln a částic, ale zároveň i jako elektrony. Ptáte se, kdy se dokázaly takto proměnit? A kde k tomu došlo?

Jako příklad lze zmínit i Schrödingerovu kočku, která demonstruje kvantovou teorii mnoha realit (neboli princip superpozice

stavů). Ale my se bavíme o něčem, k čemu skutečně dochází – není to jen fantazie. A když je do toho zapojeno i vědomí, atomy přeskakují z reality tam a zpět. Co to tedy vypovídá o našem univerzu?

Moderní věda, a to zejména kvantová fyzika, potvrdila, co tantrikové říkali již před mnoha tisíci lety – realita je i energie. A pokud je vše energie, pak je vše i Šakti. Většina náboženství se nám snaží sdělit, že tato realita je ve skutečnosti v jistém slova smyslu experimentem, v rámci něhož jsme tu všichni proto, abychom byli testováni, abychom očistili své duše a abychom nakonec dosáhli království nebeského, *nirvány* či něčeho podobného, co jako „prostor mimo tento svět“ mívá řadu pojmenování. Pokud k těmto asketickým náboženským pohledům dospějete, objevíte pravdu, která považuje naši přítomnou realitu na zemi, tento labyrint, za úplně bezcenný.

Naopak tantra tento světonázor zpochybňuje. Veškerý její smysl spočívá v tom, že tato realita má svou cenu a že je sama o sobě božským světem, který odráží posvátno a svatý zdroj, z něž byla stvořena. A právě v tom je onen rozdíl. Znamená to, že realita je stvořena z energie, které se říká Šakti či Bohyně. A znamená to také, že existuje i bůh, který je nemanifestovaným aspektem univerza neboli Šivou.

Jednota muže a ženy je jako páření Nebes a Země.

*A díky jejich správnému páření existují Nebesa
a Země navěky. Lidé toto tajemství ztratili a stali
se díky tomu smrtelnými. Jen díky poznání je Cesta
k nesmrtelnosti otevřena.*

— Šang-ku-san-tai

A v tomto momentě přichází tantra a nabízí velice praktický přístup. Jeho podstatou je tvrzení, že jelikož je vše energií a energie se řídí speciálním typem pravidel, lze některé věci vědeckým

způsobem i předvídat. Máme-li zákonitosti, které popisují všechny druhy energií, můžeme tuto energii i kontrolovat. Pokud je celé univerzum energií, můžeme kontrolovat i toto univerzum. Tantrikové považovali za klíčové pochopení, že realita je energie a že i my jsme její součástí. A to nás přivádí již přímo k tantře a jejím velice praktickým aplikacím na všechny oblasti našeho života. Tantra tvrdí, že pokud je vše energií, pak ji je třeba užívat! Vše má svou důležitost, protože díky definici světa jako energie je vše spojeno se vším ostatním.

Je tu i další velice důležitý společný jmenovatel, a to fakt, že učení tantry připomíná do jisté míry šamanistický přístup k životu. Praktikové šamanismu dosahují změněných stavů vědomí, aby se potkali nebo komunikovali s duchovním světem, nás však šamanismus ve smyslu pralesního či primitivního náboženství zajímat nebude. V tomto ohledu máme na mysli spíše metafyzickou citlivost, která vyjadřuje duchovní přístup k životu, duchovní oživení toho, co se jeví jako pozemské. Pokud to srovnáte s křesťanstvím nebo buddhismem či jiným náboženstvím nebo duchovní cestou, odkazuje i tantra k realitě. Pomáhá nám pochopit pravou podstatu existence a rozpoznat náš smysl života. Finanční otázky jsou jí jedno, dává přednost osudu duše a otázce, proč jsme na světě. Ale toto jsou existenciální a metafyzické otázky a mnoho lidí, kteří jsou v zajetí materialistického života, považují podobné obavy za bezpředmětné. Dokonce i v akademických kruzích je zájem tantry o energii považován za obdobu pohanského pojmenovávání přírodních sil apod., jakoby materialistický pohled přehlížel duchovní vyspělost tantry, což je samozřejmě ignorantský náhled. Prastarí tantrikové nám odkázali tato učení velkých mistrů, kteří dosáhli těch nejvyšších stavů vědomí. A tito mistři dospěli k názoru, že tou vůbec největší chybou bylo si tyto nejzákladnější otázky neklást.

Tantra tvrdí, že každá lidská bytost v sobě má jiskru, které se říká átman, božskou esenci, která v nás sídlí. Ta je i naší pravou podstatou. A pochopit ji, usilovat o její poznání jasně a hluboce, pochopit ji žitím a nikoliv jen v intelektuálních diskuzích jako filozofii, je i smyslem duchovního vývoje. A to samé je smyslem i osvícení.

*Mezi časem a věčností existuje most;
a tímto mostem je každá z duší, džíva.*

— Čándogja Upanišáda

TANTRA JE POKLAD

Svět má o tantře mnoho nesprávných představ. Na Západě je tantra obecně vnímána jako další exotický a často i divoký a perverzní přístup k sexu. To však není pravda, protože je to jen velice omezené chápání. Tantra je totiž mnohem více! Sexuální nauky tvoří jen nějakých 5–10 % z celé tantrické nauky. Zbytek zahrnuje široký kánon tantrických studií vědy, umění, estetiky, léčení, energie, *kundaliní*, *hathajógy* a dalších aspektů každodenního života a samozřejmě i bohaté duchovní tradice. Dnešní knihkupectví jsou plná knih o tantře, masážích, smyslovém tréninku a sexuálních pozicích, které obsahují mnoho obrázků slibujících pořádně peprný multiorgasmický sexuální život. Tato „populárně kulturní“ verze tantry působí jako její často velmi nepřesná reprezentace a i karikatura. Ačkoliv se mnoho lidí snaží tantru učit z knih – a čerpá z velmi omezeného výběru dnes dostupných autentických návodů –, není to nic ve srovnání se studiem u skutečných mistrů z Indie, Thajska, Evropy nebo kdekoli jinde.

Když západní cestovatelé poprvé před stovkami let navštívili Indii, tak jim setkání se sexualitou, kvůli jejich náboženské tradici,

působilo pocity viny a studu. Mnoho věřících obyvatel Západu mělo sex tak desetkrát za rok a proto pro ně objev indické tantry byl logicky velmi kontroverzní. Jen pro srovnání – lidé dnes mají sex naopak desetkrát za týden, což znamená, že tantra může začít zachraňovat životy. Bohatá duchovní tradice tantry **pomáhá modernímu člověku přistupovat k sexualitě dospěleji**. Jak nám, tak i našim rodičům může pomoci k rozvoji charakteru, hloubky a barvy naší osobnosti, psychiky, emocí, myšlení a duchovního vývoje, ale také k dosažení vyšších stavů vědomí. Sexualita může být i způsobem, prostřednictvím kterého začne náš život nést ovoce jako zdravý strom. Díky tomu vám může tantra výborně posloužit k úspěchu ve vašem povolání, ať jste vědec, nebo byznysmen.

Ptáte se, jak je to možné? Jak jsem zmínil již dříve, **jedním z hlavních principů tantry je koncept, který v rámci vědy o souvztaznostech tvrdí, že vše je propojeno se vším**. Tedy i sex je **propojen se vším**. Sice to spojení nemusíme vidět, ale existuje. Pokud tedy provozujete sex tím správným způsobem a pokud naladíte své energie správně, cokoliv co učiníte, se obrátí v úspěch. **Vaše realita se totiž může změnit i tím, jaký k ní zaujmete postoj**.

Jak jsem vysvětlil již dříve, **tantra tvrdí, že univerzum a cokoliv v něm jsou energií** – a to jak fyzická hmota, tak i emoce, inteligence a každý aspekt všech prvků, které si jen umíme představit v naší realitě. Ale tantra tuto vědu o energiích dotahuje ještě do větší hloubky. Pokud rozumíme univerzu, rozumíme i sami sobě. „Pokud znáš sebe sama, pak znáš i univerzum a boha,“ jak pravil řecký filozof Pythagoras. V momentě, kdy pochopíme energii, bez ohledu na její různé projevy, zjistíme, že jsme schopni lépe ovládat sama sebe a i své okolí. Podle **jogistické logiky** neboli zákona o souvztaznostech jsou lidská bytost a univerzum identické, přičemž lidská bytost je jeho zmenšenou kopií. Podle zákona vibrací

vytváří energetická frekvence vibrační podobnost, což znamená, že dva odlišné předměty budou vibrovat stejným způsobem a napojí se na sebe. A přesně toto je esence tantrické praxe, kdy trénujeme naše schopnosti, abychom se naladili na blahodárné a harmonické energie nebo energie, které si sami vybereme. A pokud jsme schopni se naladit správně, můžeme si „stáhnout“ přístup k neomezeným zdrojům energie. Každá energie může být navíc zesílena. **A vy máte na dosah ruky nekonečný počet energií!**

Když jsou tantrické návody dodržovány přesně, je úspěch zaručen. Díky nim lze dosáhnout i lásky v podobě stavu mysli a nikoliv jen pouhé emoce. Pro tantriky a pro ty, kteří se rozhodli dojít až na vrchol tohoto procesu, je konečným cílem rozvoj opravdové lásky mezi dvěma partnery, transpersonální směřování od jednotlivce k celému lidstvu a most vytvořený z lásky směřující k božskému. Pokud tohoto stavu dosáhnete, pak nastoupíte na stezku seberealizace, což dokazuje, že skrze sexualitu a lásku můžeme dosáhnout těch stejných výšin jako všechny ostatní náboženské praxe – tedy osvícení či *nirvány*. Přesto není tantrická praxe pro každého. Pokud chceme jen zlepšit kvalitu našich vztahů, pak může tantra posloužit komukoliv, ale cesta do těch nejvyšších sfér pro každého není.

*Život bez lásky je jako strom bez květů a ovoce.
Láska nemá jiné touhy než sama sebe naplnit.
Rozpustit se a být jako plynoucí říčka, která
zpívá noci svou melodii. Probudit se za úsvitu
s okřídleným srdcem a vzdát dík dalšímu dni lásky.*

— Chalíl Džibrán, Prorok

Praktikovat tantru je v našem světě ojedinělé. Ještě obtížnější je nalézt autentického učitele, kterých je nedostatek. Praktik navíc

čelí světu, který je stále materialističtější, a proto vyžaduje praxe tantry do jisté míry „bojovného ducha“. To znamená, že v současnosti, více než kdy jindy v historii naší planety, potřebuje člověk k úspěšnému praktikování tantry vytrvalost. Původní prastaré tantrické texty detailně popisovaly éru, ve které žijeme, a byly napsány před celými staletími, ne-li tisíciletími. Tyto texty vysvětlují, jak věky či kosmické cykly neboli *jagy* v univerzu ubíhají. Tantrikové tvrdí, že na této planetě dávno před námi existovaly velké civilizace a jejich tajemství zůstávají nepoznána, protože se časem ztratila nebo byla ukryta. Podle tantry existovaly čtyři cykly, z nichž každý trval 6 400 let, a dohromady tvořily velký cyklus, který trval přibližně 25 000 let. Každý z těchto menších cyklů reprezentuje odlišné duše, které žijí (nebo žily) na této planetě. *Jagy* byly tantrou definovány specifickými jmény jako *Satja*, *Tréta*, *Dvápara* a *Kali*. V řecké tradici jsou známy jako věk zlatý, stříbrný, bronzový a železný. Duchovní frekvence *jag* osciluje mezi velmi vysokou frekvencí *Satjajagy* a velmi nízkou frekvencí *Kalijagy*, což je čtvrtý a poslední cyklus, ve kterém žijeme dnes. Tyto éry se cyklicky opakují a *Satjajuga* brzy znovu začne. Poslední cyklus *Kalijuga* je považován za duchovně nejnižší, což znamená, že je v těchto časech mnohem obtížnější vykonat duchovní úsilí, které je potřeba k proměně lidských životů. Jen hrstka je toho schopna. Pouze ti, co slyší vnitřní volání, ti, jimž jsou jejich duše přednější, a ti, kteří jsou ochotni se oddat duchovnímu úsilí, mohou mít s tantrou ty pravé úspěchy.