

Sadhguru

Gjendra pineale – kënaqësi më e madhe sesa seksi

E zgjodhi dhe e përktheu:
Valdet Fetahu

Prishtinë
nëntor 2023

Sadhguru:

Një i moshuar 92 vjeç kishte shkuar te mjeku për kontrollë sistematike. Mjeku e kishte kontrolluar dhe i thotë: "Ti qenke një plak shkëmb, shumë mirë po mbahesh për moshën tënde." E plaku e pyeti: "Doktor, por me jetën time seksuale çfarë po ndodh?" Mandej mjeku e pyeti: "Kur mendoni për seksin apo kur ëndrroni për të?" (qeshje...)

Sa më shumë që përpiqeni të mos mendoni për një gjë të caktuar, pikërisht për të do të mendoni edhe më shumë. Natyra e mendjes është e tillë.

- Njerëzit i dorëzohen seksit për arsye të ndryshme. Për dikë është vetëm kënaqësi; disa të tjerë ndërtojnë partneritet dhe lidhje të fortë, sepse pa seks ata do të largoheshin njëri prej tjetrit. Mund të pajtohen shumë mirë përndryshe, por për shumicën seksualiteti është bërë përmbajtje psikologjike e mendjes. Nëse nuk ka seks partnerët divorcohen. Por kjo nuk është e vërtetë. Me dikë mund të jeni shumë të afërt, e të mos jeni të lidhur në asnjë mënyrë trupore, apo jo? Por shoqëritë psikologjike ashtu janë të organizuara. Njerëzit janë thellësisht të bindur se pa seksualitet nuk ka lidhje të qëndrueshme. Në të vërtetë, fjala 'lidhje' është vetëm ashtu. Më është duhur një kohë për ta kuptuar, se nëse këtu thuani 'lidhje', në të vërtetë po mendoni në lidhjen të bazuar në seks. Asgjë tjetër nuk konsiderohet lidhje. Unë mund të kem lidhje të fortë me ju, e të mos merrem me trupin tuaj, apo jo? Ndoshta trupi juaj fare nuk më tërheqë, e prapë me ju mund të kem marrëdhënie shumë të forta. E të gjitha mundësitë tjera janë plotësisht të anashkaluara. Lidhja do të totë se duhet të jeni fizikisht të inkuadruar. Burri me gruan. Burri me burrin, gruaja me gruan – ashtu si ju pëlqen. Thelbësisht e tëra bazohet në marrëdhënien trupore. Se çfarë trupi ju intereson – ajo është zgjedhje personale, por gjithësesi themeli është trupor. Kjo ndodh për shkak se diku jemi identifikuar me trupin përtej çdo mase normale. Një identifikim i tillë me trupin është i tepëruar.

- Përse lidhjet të bazuara në marrëdhënien trupore janë bërë thelbi i shoqërisë? Kur dikush së tepërmi identifikohet me trupin e tij, sipas natyrës së gjërave udhëhiqet nga seksi, për shkak se kjo është gjëja më e lartësuar që ai e njeh.

- Në shumë mënyra mund t'ju ndihmojmë të gjeni diçka shumë më të madhe se kjo. Kur diçka më të mirë shijoni, as nuk më duhet t'ju them të largoheni nga kjo apo ajo, do të bie vetvetiu, apo jo? Ka ushtrime shpirtërore (sadana), që janë më të forta se seksi, dhe që çojnë në ekstazi më të fuqishme se seksualiteti. Kur shikoni, në një nivel të caktuar, të gjitha dimensionet e jogës, në këtë apo në tjetër mënyrë, si synim të fundit ekanë aktivizimin e gjëndrës pineale. Sepse kur ajo fillon të tajit hormonet e veta, gjithçka brenda jush bëhet e këndshme dhe e bukur. Ajo krijon kënaqësi të plotë të brendshme, në krahasim me të të gjitha kënaqësitë e jashtme janë vetëm lodra fëmijësh. Pikërisht për këtë arsye joginët qëndrojnë me sy të mbyllur. Ata nuk i kundërvihen kënaqësisë, ata janë kundër kënaqësive të imëta – kjo është çështja.

- Kur praktikoni Shambava Kriya një nga efektet është stimulimi i fuqishëm i punës së gjendrës pineale, mbas të cilës qëndroni të plotësuar me kënaqësi gjatë gjithë ditës. Mbeteni në një gjendje ekstazie dhe bekimi për shkak se u është aktivizuar gjendra pineale. Ky aspekt i fiziologjisë suaj është shumë e afërt me vetëdijen tuaj. Aktivitetet tjera fiziologjike i përkasin mbijetesës, derisa gjendra pineale paraqet atë element fiziologjik që është shumë e afërt me transdencën e tuporës. Në joga trditën kjo kënaqësi e ëmbël quhet AMRUTA apo AMBROSIA apo eliksiri i jetës. Nëse vetëm një pikë e kësaj depërton në sistem, i tërë sistemi thjesht freskohet, i gjithë sistemi është i lyer dhe funksionon me lehtësi. Nga sistemi largohet dëshpërimi; nga mendja largohet dëshpërimi.

Ambrosia do të thotë se keni gjetur kënaqësinë personale. Kur në vete kënaqeni deri në ekstrem, keni gjetur Amruta në vete. E gjeni veten në kënaqësinë ekstreme. Kur në një gjendje të tillë e kalon kohën me njerëzit, më nuk nxjerrni kënaqësinë prej tyre. Të jesh me njerëzit thjesht do të thotë të jesh me ata. Me atë se tani jeni me të vërtetë të aftë të dashuroni, dhe jo këto fjalë të përdorni si formula magjike 'sezam hapu'. 'Të dua', do të thotë..Pavarësisht se ai person ju beson apo jo, në atë moment ai vendos t'ju besoj pëe shkak se ai ka nevojë sikuse ju. Kjo është si në atë përrallën Alibaba me 40 hajdutë. Fjalëkalimi 'sezam hapu' përdoret për të hapur derën. Pikërisht si fjala 'Të dua' që hapë shumë gjëra. Nuk po them se pëdorimi i këtyre fjalëve është e drejtë apo e gabuar; njerëzit në këtë mënyrë bëjnë jetat e tyre, asgjë e çuditshme. Por kur kjo bëhet, humbet rasti i njohjes së vërtetë të një ndjenje të fuqishme të dashurisë brenda jush. Vazhdimisht rezistoni: 'Çfarë mund të fitoj nga ky person?' Ky është mashtrim. E quajmë aventur dashurie, por në esencë është mashtrim. Por nëse ekstremisht jeni të emocionuar me vetveten, kur takoheni me njerëzit, përmes atij takimi ju ndani eksitim tuaj. Nëse ata nuk janë të prekur me atë, ju përpikuni t'i prekni, e jo të shikoni se çfarë mund të shtrydhni prej tyre. Në këtë mënyrë jeta juaj ndryshon rrënjësisht.

KËNAQJA SEKSUALE A E ULË TAJITJEN E AMRUTA?

- Në këtë kuptim, seksualiteti nuk është ai që e kufizon përvojën e tillë, por e kufizon identifikimin e tepëruar me trupin vetjak. Seksualiteti vetvetiu nuk paraqet pengesë, por mënyra se si ajo ju lidh me trupin, gjithësesi së është pengesë. Nga një dituri të fragmentuar, nga një të folur që e dëgjoni, lind pyetja se si ta shfrytëzojnë spermën tuaj të ngriteni në një nivel të mundësive më të shumëta. Po, kjo është e mundur. Por prapë, kjo nuk arrihet vetëm duke abstenuar nga seksi; arrihet në atë mënyrë që energjit tuaj i bartni në planin tuaj të brendshëm. Nuk do të thotë se frenimi nga seksi do të rregulloj dhe ngritë energjitë tuaja. Nuk është kjo kaq e thjeshtë. Nëse energjitë tuaj rregullohen dhe nisin të ngriten, nevoja juaj për seksualitet mund të zhduket, por kjo s'do të thotë se nuk do të jeni të aftë për seks. Nuk bëheni impotent, vetëm se më nuk keni nevojë për të. Ajo më nuk është çështje kompulsive. Dhe nuk bëhet fjalë vetëm për seksualitetin, tashmë humbet çdo nevojë kompulsive. Në thelb, kryesisht seksualiteti është ai që ngjanë në këtë planet, rezultat i njëfarë kompulsiviteti, apo jo? Ai është instinkti kompulsiv. Kur bëheni të vetëdijshëm, kur largohen të gjitha

shtrëngimet, do të largohet edhe ajo. Thjesht për shkak se njerëzit në atë mas iu kanë kthyer trupit, vazhdimisht mendojnë se seksualiteti i kundërvihet shpirtërorës. Por ato nuk janë të lidhura. Ato nuk janë të bashkuara: njëra i përketë trupit, tjetra vjen nga një dimension ndryshe. Njerëzit thjesht janë...Fetë botërore dhe drejtimit morale e etike gjithmonë kanë folur kundër seksualitetit. Për këtë arsye ajo është bërë problem kaq i madh në kokat e njerëzve. Mendoni se diçka e panjohur mund të njihet vetëm nëse qëndroni larg seksualitetit. Sepse diku nuk jeni të gjendje të pranoni funksionet e thjeshta biologjike të qenies njerëzore. Është tragjike që nuk mund ta pranoni biologjinë e thjeshtë. Ju ose e kremtoni ose e hudhni në lum. Nuk ka nevojë për asnjërën nga këto dy opsione. Mund të shihni kufizimet e seksualitetit, si dhe mundësitë e tij. Për këtë arsye, nëse mendoni se shpirtërorja juaj do të përlyet me papastërtinë e seksi, dine se edhe lindja juaj është e papastër. Kur krijoheni nga në veprim i tillë i papastër, çfarë mundësi ju mbetin?(qeshje...) Nuk ka kurrfarë mundësie për juve. Vetëm nëse vini nga diku, nëse lejleku ju sjell, keni mundësinë të bëheni shpirtëror. Nëse nëna juaja ju ka lindur normalisht, nuk e keni atë mundësi.

- Një vajzë gjashtë vjeçe një ditë ishte kthyer nga shkolla dhe kishte pyetur: "Mami, si jam lindur unë?" Nëna ishte turpëruar dhe ishte përgjigjur: 'Lejleku të ka sjell'. Vajza atë përgjigje e kishte shkruar. 'Mami, e ti si ke lindur?' 'Edhe mua lejleku më ka sjell.' 'Mam, e gjyshja si ka lindur?' 'Edhe atë lejleku e ka sjell.' Atëherë vajza u bë serioze, u ulë në dysheme dhe filloi të shkruante diçka në fletorën e saj të punës. Nëna ishte në siklet, përfundoi me përgatitjen e drekës dhe mandej... Kur vajza përfundoi detyrat e shtëpisë dhe la fletoren, nëna e mori fletoren dhe filloi të lexonte. Ishte punim i trungut familjar. Vajza kishte shkruar: "Në tri gjenerata në familjen tonë askush nuk ka lindur në mënyrë natyrale." (qeshje...) Për shkak të këtyre ideve të pakuptimëta, ose e tepërojmë në diçka ose pa nevojë përpiqemi ta minimizojmë atë. Kjo luan një rol në jetën tuaj. Nëse e ekzagjeroni, do të bëhet ekscentrik në kokën tuaj. Nëse provoni ta largoni, do të bëhet edhe më ekscentrike në kokën tuaj. Fundi i fundit, ajo që tani po flas – është një formë energjie Ato janë shprehje të ndryshme për të njëjtën energji, apo jo? Dhe tash, seksualiteti gjithashtu është shprehje e të njëjtës energji. Secili vetë duhet të caktoj se sa energji dëshiron të orinetojë dhe në çfarë drejtimi. Fundi fundit, ju jeni sasi e limituar energjie, apo jo? Kjo është sikur kur keni të ardhura, shembull 5000 dollar në muaj. Sa para do t'i ndani për ët paguar banesë, sa për ushqim, sa për të shkolluar fëmijët, sa për argëtim sa për pushim – ju këtë e caktoni, apo jo? Nëse ju nesër e merrni rrogën dhe në mbrëmje dilni dhe e shpenzoni të tërën, gjatë gjithë muajit ju do të mundoheni, apo jo? Natyrisht, e keni kartelen e kreditit, por... Nëse jentën e bëni arsyeshëm, çdo gjë në jetën e rregulloni sipas kuptueshmërisë suaj, sipas nevojave dhe aftësive tuaja. A nuk është kjo kështu? Paraja, koha, energjia – a nuk janë të gjitha të shpërndara sipas dëshirës suaj? E njëjta gjë është edhe me këtë. Sa? Respektivisht, sa ju nevojitet? A po e bëni këtë për shkak se jeni shoqërisht të kushtëzuar? Psikologjikisht a po ju kontrollon shoqëria? Nëse ekziston nevoja, dhe unë kërkojë ta ndërpreni, do të bëheni ekscentrik për shkak se e tëra do të ngjajë në kokën tuaj. Nëse dikush ju thotë se duhet bërë diçka, se nuk do të jeni normal nëse nuk e bëni, do t'ju gjej një tjetër lloj ekscentrizmi. Asnjëra prej tyre nuk ju nevojiten.

Fundi fundit, nuk po kërkoni ju burrë apo grua, po kërkoni shkallë të caktuar kënaqësie. Kur njëherë e shijoni atë shkallë kënaqësie, a nuk do të dëshironit të zhyteni më thellë në të? Çfarëdo kënaqësie që ndodh, ndoshta vetëm e keni shfrytëzuar personin tjetër, por kënaqësia ka ngjar në juve, a është kështu?

Le të themi se ajo kënaqësi ju ndodh vetëm juve, dhe se personi tjetër është vetëm çelës me të cilën çilet ajo derë. A nuk kishit dashtë që ai çelës të jetë në duart tuaja? Vetëm kështu të thinjeni, dhe të jeeni plotësisht në të, deri në pikën e fundit.(qeshje...)Askush nuk ju nevojitet. Kuptone, çfarëdo qoft në jetë – kënaqësia, paraja, dashuria, e tjera..; në momentin kur në atë filloni të vareni nga tjetri, askush në këtë planet më nuk është i sigurtë, apo jo? Po dëgjoj se gjithandej njerëzit po ankohen, kryesisht gratë ankohen se burra së tepërmi ua janë kthyer trupit. Gruaja tjetër ankohet: 'Nuk ka dëshirë as me kishtë të më prekë'. Çfarëdo që të ndodh, bëhet problem. Për shkak se kurrë asgjë nuk ndodh ashtu siç ju dëshironi. Krejt derisa personi tjetër është i përfishë në të, kurrë nuk do të ndodh 100% ashtu siç ju dëshironi. Kurrë nuk do të ndodhë. Nuk do të ndodhë edhe nëse martoheni me Zotin tuaj. Derisa gjendja në të cilën gjendeni, derisa ndjenja e kënaqësisë dhe lumturisë varet nga dikush tjetër, gjithmonë do të ankoheni, pavarsisht se sa i mrekullueshëm mund të jetë ai person.

Në këtë kontekst, njerëzit kanë folur për celibatin(beqarinë). Kanë thënë, bëni pauzë. Për të nxjerr nga dikush kënaqësinë tuaj. Duhet të bëni truke të ndryshme. Kjo nuk është edhe aq e thjeshtë. Jo quheht vardisje.(qeshje...) E kur mbërrini tek ai pallat, as dita e gjykimit nuk është larg.(qeshje...) Kjo kërkon sasi të madhe energjie, kohe, përpjekje, dhe shumë gjëra tjera, frustrime, xhelozie, probleme dhe shumë tjera që shkojnë me të. Për këtë arsye është thënë: 'Largonu nga këto gjëra, dhe shini se a mund të gjenerohen këto përbenda. Atëherë me njerëzit e tjerë do të jeni për shkak të dashurisë, e jo nga nevoja.' Kjo është gjithësesi një mënyrë më e mirë me qenë me njerëzit, apo jo? Kjo është padyshim një mënyrë më e mirë për t'i treguar personit tjetër respekt, apo jo? Kthene vëmendjen më shumë në këtë sesa që ktheni vëmendjen në tjera gjëra. I kushtoni më shumë vëmendje kësaj. Kjo do t'ju jep më shumë kënaqësi se çdo gjë tjetër.

Për botimin

Bibliografia

Pineal Gland: A Pleasure Far Bigger Than Sex – Sadhguru

<https://youtu.be/0nNDWTddvsY?si=aeYSXfqS7d-BSD0Z>

Online

<https://www.facebook.com/forcanjohese/>

<https://sa-kra.ch/>

Licensimi

Ky publikim lëshohet nën licensën



Attribution-NonCommercial-ShareAlike

CC BY-NC-SA

This license lets others remix, tweak, and build upon your work non-commercially, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms.

që nënkupton se i lejon të tjerët ta shkarkojnë dhe ta shpërndajnë te të tjerët, ta ndryshojnë punën në mënyrë jokomerciale, përderisa e përmendin burimin dhe i licencojnë krijimet e reja nën terma identike. Për më tepër, shih:

<http://creativecommons.org/licenses/>