

Владимир Лавров



# ПРОСВЕТЛЯЮЩАЯ ТАНТРА

Сокровенные практики, дарующие  
благополучие

# **Владимир Сергеевич Лавров**

# **Просветляющая тантра.**

# **Сокровенные практики,**

# **дарующие благополучие**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=24121284](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24121284)*

*ISBN 9785448518065*

## **Аннотация**

Тантра – чрезвычайно сильный инструмент саморазвития. Источник безграничного могущества, здоровья, красоты, силы, молодости и благополучия. Практикуя тантру, супруги могут долгими часами наслаждаться друг друга без перерыва, получая глубокое удовлетворение и меняя свою жизнь к лучшему. При этом о тантре ходит много недостоверных слухов, из-за чего у неё сложилась довольно дурная репутация, как о каком-то средневековом мракобесии. В этой книге – вся правда о тантре как духовной практике!

# Содержание

Введение	5
Классификация тантры	8
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **Просветляющая тантра Сокровенные практики, дарующие благополучие**

**Владимир  
Сергеевич Лавров**

© Владимир Сергеевич Лавров, 2017

ISBN 978-5-4485-1806-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **Введение**

## **Что такое тантра?**

**Тантра – один из традиционных восточных способов самопознания и самосовершенствования, основанный на идее союза мужского и женского (Шивы и Шакти). Тантра, так же как и йога, возникла в незапамятные времена в результате откровений Шивы. Считается, что именно откровения Шивы о том, как на самом деле устроен наш внутренний мир и как его контролировать, привели к возникновению йоги и тантры.**



**Откровение Шивы.** Copyrighted to Himalayan Academy Publications, Капаа, Кауаи, Гавайи. Licensed for CC BY-SA 2.5

В буквальном переводе с санскрита слово «тантра» означает «ткацкий станок» и по сути является могучим инструментом расширения сознания<sup>1</sup> и достижения благополучия.

---

<sup>1</sup> Расширение сознания – это, по сути, умение смотреть на мир более масштабно, более глобально, чем это может обычный человек в своём естественном состоянии; приглашая в свою практику Шиву или какое-либо другое божество, вы учитесь смотреть на мир Его глазами, получая возможность выйти за пределы привычного, буквально расширяя горизонты своего миропонимания

При этом, тантра – сакральная практика. Она очень интимная (в смысле, – не на показ) и закрытая. В отличие от йоги, которая предназначена для всех, тантра не предназначена для всех. По этой причине вы, скорее всего, днём с огнём не найдёте вменяемого наставника по тантре. Впрочем, **если вы будете настойчиво искать хорошего наставника, не тратя время на шутов, которые наряжаются в индийские одежды и изображают из себя знатоков йоги и тантры, то вы его обязательно найдёте.**

Традиционно тантру принято делить на индийскую и тибетскую. Однако в XX веке возникло новое явление – западная тантра, представляющая собой «салат» из наставлений и медитаций Ошо вкупе со страстными объятиями и парной йогой. К традиционной тантре такие практики имеют приблизительно такое же отношение, как езда на велосипеде – к академической науке.

# Классификация тантры

Тантра бывает:

– *традиционная индийская*, основанная на таких трактатах, как «Виджняна-бхайрава-тантра», «Куларнава-тантра», «Маханирвана-тантра» и ряде других первоисточников. Существуют как **самостоятельные школы в шиваизме** (школы Каула, Трика и др.), так и **специальные разделы в традиционных школах йоги** (например, в традиции школы Шри Видьи или Бихарской школы йоги). Цель – через специальные упражнения и практики расширить своё сознание, обрести благополучие, полную свободу от страданий и просветление.

*Основные практики*: пуджи (ритуальные церемонии, возвышающие сознание), медитации (размышления над нравственными качествами, используя тело партнёра как янтру), крии (последовательности движений вместе с партнёром); культивирование особого менталитета и поведения (почитание женщины как Богини, почитание родителей, контролирование сексуальной энергии и т.д.). Ритуальный секс (майтхуна) присутствует, но не как основная, а как одна из многочисленных практик.

– *буддийская*, основанная на наставлениях Будды. Цель – обуздание трёх основных страстей (гнева, привязанности и омрачённости ума) и развитие сознания.

*Основные практики:* созерцание изображений божеств и отождествление себя с ними (с целью развития необходимых качеств), чтение мантр. Ритуальный секс как практика только для семейных людей, для монахов – отсутствует.

– *современная западная*, основанная на поучениях Ошо. Цель – удовлетворение чувств.

*Основные практики:* медитации Ошо, танцы, смех, парная йога и страстные объятия.

Известный мистик **Ошо** (Бхагаван Шри Раджниш) во второй половине XX века внёс огромный вклад в популяризацию тантры на западе. Он оставил после себя подробные комментарии к «Виджняна-бхайрава-тантре», в которой рассказывается о 112 методах медитации. На русском языке эти комментарии вышли под названием «Книга тайн» в пяти томах. Его двухтомник «Суть тантры», посвящённый беседам по «Царской песне» Сарахи, в которой содержатся основы тибетской тантры – также раскрывает немало тайн для западных людей, не знакомых с восточными традициями. А его знаменитая книга «От секса к сверхсознанию» (в альтернативном переводе на русский язык она называется «Секс – дорога к любви и духовности») также содержит много интересных мыслей и наблюдений. Однако, строго говоря, вся суть поучений Ошо сводится к следующему: «наслаждайся своими чувствами и будь что будет», тогда как **исходная цель тантры – обуздать свои чувства и именно через их обуздание прийти к просветлению и осво-**

**бодиться от тройственных страданий этого мира**

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.