



קסט האהבה

המרכז להצמח הלואיות והאניות - דרך הטנטרה המסורתית

קורס ללימוד הטנטרה המסורתית הטיבטית (הלבנה והאדומה):

הקורס הוא אישי ופרטי, ויועבר לאדם אחד או לזוג אחד בלבד, משך הלימודים אינו קבוע – ויקבע בהתאם לצרכים, ולרמת המתמחים, והתרגול האישי. המנחים הינם מנח"י טנטרה ובעלי ניסיון של מספר שנים, בהוראה והדרכה אישית של טנטרה ויוגה.

- 1. רקע כללי**
- מהי טנטרה? - רקע, היסטוריה ומהות
- הגופים האנרגטיים
 - תדרים.
 - שלושת הקאיות.
 - עקרונות המפגש הטנטרי
 - יסודות התנועה המינית.
 - מגע טנטרי וליטוף אנרגטי.
 - זרימת האנרגיה המינית
 - סובלימציה וטרנספורמציה, אנרגיה מינית.
 - אישו – ניאו טנטרה – נו-אטאצ'מנט?
 - אכילה טנטרית.
 - חלימה טנטרית
 - בארדו - מוות ולידה, ומישורי ההווה
 - המחזור הנשי, והגברי – הירח והשמש.
 - שפיכה וסוגי אורגזמות
 - יין ויאנג – אנרגיה נשית וגברית.
 - זיקפה, ומנוחה
 - טיפול באין אונות
 - טיפול בשפיכה מהירה.
 - התמסרות, ושליטה
 - העלאת אנרגיה
 - אלמנטים
- 2. ריפוי טנטרי בסיסי**
- עיסוי טאו-טנטרי בסיסי
 - ריפוי עם סמלים, צבע, ועוד...
 - מאנטרות, יאנטרות ותדרים.
 - באנדות, מודרות והקשר הפיזי-אנרגטי.
 - איזון צ'אקרות
 - הרמוניזציה אנרגטית.
 - מגע טנטרי.
- 3. אתיקה**
- הזוגיות והמקצוע.
 - הטרדה מינית וההימנעות ממנה
 - פרסום נכון.
- 4. מיניות**
- התמודדות עם עירום, בושה ואשמה
 - עבודה עם תדרי המיניות.
 - התודעות ליאנטרות, מנטרות ומודרות.
 - היכרות עם טקסים טנטריים.
 - סובלימציה וכניעה במין טנטרי.
 - שבעת סוגי האורגזמות
 - שליטה על האורגזמה
 - פחד ממיניות
- 5. מרחב מקודש**
- זימון כיוונים, יסודות וישויות
 - פתיחת מעגלי עוצמה
 - טיהור מרחב
 - מרחבים שונים לעבודות שונות
 - טכניקות אנרגטיות למרחב מקודש
 - שחרור המרחב והודיה
 - הקדשה
 - טיהור בני אדם.
- 6. טנטרה לבנה**
- הבנה ולימוד טנטרים של תנוחות
 - ההאטה היוגה הבסיסיות.
 - נשימות: פראנה-ימה, נשימת האוג'אי.
 - נעילות אנרגיה: באנדות: אודיאנה, מולה, ג'לנדאהרה ועוד..
 - קאפה-לבטי
 - הא+טה ערוצי השמש והירח, נאדים.
 - ועוד...
- 7. הטקסים בטנטרה המסורתית**
- פירוט:



קסט האהבה

המרכז להצמח הלואיות והאניות - דרך הטנטרה המסורתית
www.tantra.org.il tantra2all@gmail.com 052-5212199



קסט האהבה

המרכז להצמח הלואיות והאניות - דרך הטנטרה המסורתית

לימוד הטקסים בטנטרה המסורתית הטיבטית (האדומה):

התהליך הטנטרי כולל מפגשים שבמהלכם חווים טקסים טנטרים עתיקים, שהשתמרו עד היום. יש כאלו שחושבים שרק עיסוי טנטרי זה טנטרה. זה ממש לא נכון. ישנם טקסים רבים בטנטרה שאבדו עם השנים, וכאלו שלא קשורים לזוגיות ואהבה. יש גם הלווייה טנטרית, נישואים טנטרים ועוד... בלימודים נלמד להעביר את הטקסים הבאים:

1. **יסודות הטקסים הטנטרים...**
2. **טקס יצירה וטיהור של מרחב אהבה טנטרי מקודש**
 - a. טיהור - ניקוי המרחב הטנטרי לפני קידושו, מגורמים שלא נחוצים או מפריעים לקיום הטקס הטנטרי.
 - b. זימון - הזמנת אלמנטים שונים וישויות של אור אל המרחב המקודש הטנטרי, לשם יצירת תנאים נוחים לקיומו של הטקס הטנטרי.
 - c. הקדשה - יצירת כוונות קדושות, או זימון קדושה באמצעים שונים אל המרחב הטנטרי.
3. **טקס הגדרת הגבולות** - הגדרת הגבולות האינטימיים, או הגדרת המרחב הטנטרי.
4. **טקס עיסוי טנטרי** - העיסוי המדהים ביותר שקיים, העיסוי מתבצע לפי התדר המשתנה של החיים, ברמות אינטימיות שונות. במהלך הטקס יש התכוונות אל כיווני האנרגיה הזורמת בגוף, עירור, עירוי והסבה שלה, לאנרגיות שונות: מיניות, אהבה, שימחה, תשוקה, רוחניות ועוד... העיסוי נעשה בעזרת שמנים ארומטיים, במרחב טנטרי מקודש.
5. **טקס עיסוי לינגם - יוני** – בהמשך לעיסוי הטנטרי עם התמקדות באיברי המין המקודשים. הלינגם והיוני מסמלים את הגוף עם שבעת המימדים שלו. כך שהעיסוי בעצם הוא מעין עיסוי עקיף למימדי הגוף השונים: הריגשי, השכלי, הרוחני, המיני, התחושת, החייתי, והאסטרלי... העיסוי הוא מענג ביותר, אך מטרתו אינה אורגזמה, בזמן העיסוי יכולות להתעורר טראומות מיניות, והמנחה חייב להיות מסוגל להכיל אותם. ולכן ישנן גם טכניקות טיפוליות לעיסוי המדהים הזה. ישנן **כמאה** שיטות בסיסיות לגעת באברי המין, ואלפי שילובים שלהן. נכיר את כולן, את המשמעות האנרגטית הנגזרת, ואת היישום עם סינכרוניזציה של תנועה, נשימה, טרנספורמציה אנרגטית ושילוב של מודעות רוחנית ומיניות.



קסט האהבה

המרכז להצמח הלואיות והאניות - דרך הטנטרה המסורתית
www.tantra.org.il tantra2all@gmail.com 052-5212199



קסט האהבה

המרכז להצמח הזוגיות והמיניות – דרך הטנטרה המסורתית

6. **טקס הסרה** - הורדת כל מה שמפריע לנו ומעבר למצב של הנאה ואושר,
7. **טקס רחצה מקודשת - האמבט** - ניקוי וטיהור הגוף והנפש, דרך מגע ומים,
8. **טקס מגע של אהבה** - הענקת מתנות של מגע אוהב ברוח הטנטרה אחד לשני, תוך התכוונות לאהבה, עונג, והנאה... בטקס הזה לומדים איך באמת צריך לגעת בגוף.
9. **טקס חמשת האלמנטים** - ניקוי וטיהור של דרכי הזרימה של האנרגיה. הטיית האלמנטים אל מסלולם הטבעי בגוף. הכנת הגוף למצב של עליית אנרגית הקונדליני, שחרור של עודפי אדמה, מים, אש ואויר, לחלל והחזרתם למקומם. טיסה טנטרית נעימה...
10. **טקס חניכה לצ'אקרות** - להעיר ולהאיר את הצ'אקרות, ולהרטיט אותם בעזרת טכניקות סיבטיות וטנטריות של קול, נשימה, מנטרה, יאנטרה, מודרה, ומודעות. כניסה למצב של אושר עילאי דרך מחשבה קול ונשימה.
11. **טקס חניכה לנאדים** - פתיחת מעברי ודרכי הזרימה של האנרגיה: פתיחה של הנאדים המרכזיים: שושמנה, האידה והפינגלה, כדי שאנרגית הקונדליני תוכל לנוע במעלה השושמנה לצ'אקרת הלב ולכתר, ואז נינמס לתוך המוחלט...
12. **טקס בשירות האל והאלה** - איך באמת נפנק את בני זוגנו באהבה טהורה ומוחלטת, דרך מגע ושירות מהלב, לפי רוח הטנטרה.
13. **טקס מגע טנטרי מקודש** - מגע אמיתי, תוך התכוונות מלאה, והתרגשות מעצם הנגיעה, אם תנסו את זה - תתמכרו לזה...
14. **טקס שיווה שאקטי** - התמזגות הזכרי והנקבי לאחד



קסט האהבה

המרכז להצמח הזוגיות והמיניות – דרך הטנטרה המסורתית
www.tantra.org.il tantra2all@gmail.com 052-5212199



קסם האהבה

המרכז להעצמת הזוגיות והמיניות – דרך הטנטרה המסורתית

15. **טקס המהטה - קידוש היצירה** - קידוש הרגע הטנטרי שבו נוצרנו, התמזגות הזרע והביצית.

16. **טקס שבעת הצעיפים - ריקוד האל והאלה** - בטקס זה, האישה והגבר מענגים זו את זה בריקוד מקודש, תוך התערטלות הדרגתית, מפתה וחושנית. הם מתייחסים זה אל זה כמלאכים שירדו מהשמיים. בתחילת הטקס הם עטופים בצעיפים ותוך כדי הריקוד, נושרים הצעיפים. כל צעיף שמושלך הוא בצבע אחר - לפי צבעי הצ'אקרות, ומבטא נושא אחר של אינטימיות, שמתגלה לעיניו של בן הזוג, לצורך הגברת האינטימיות והמיניות בין בני הזוג. במסורת היהודית יש הסוברים שזהו הריקוד שמלכת שבא רקדה לפני שלמה המלך, וכך כבשה את ליבו... חלק ממנו השתמר עד היום דרך סיפורים ופולקלור במספר תרבויות.

17. **טקס הנקודה הקדושה** - אחד הטקסים העוצמתיים ביותר: זו נקודת המפגש, של מספר ערוצי אנרגיה. מיקום הנקודה אצל האישה הוא בנקודת ה-G, ואצל הגבר סמוך לפרוסטאטה, בנקודה הזו נפגשים מספר ערוצים. לעיתים קרובות הצינורות האנרגטיים חסומים בנקודה הזו. והחסימה גורמת לחוסר סיפוק מיני, הנאתי ותחושת, אצל גברים ונשים. בטקס מעוררים את הנקודה ופותחים אותה כך שצינורות האנרגיה יפתחו, והאנרגיה תנוע שם בחופשיות. ברגע שהאנרגיה זורמת שם בחופשיות, משתחררים רגשות תקועים, וכמובן גם בעיות מיניות רבות!
הערוצים האנרגטיים (הנאדים) הם:

- a. האידה והפינגלה - שעולות ויורדות בגוף בצורת גל סינוס,
- b. השושמונה שנמצאת בין הכתר בראש, למקום התחתון ביותר באגן, ומחברת בן כל הצ'אקרות.
- c. שני קוים אנרגטיים שעוברים דרך האגן, אורכי ורוחבי.

תעודות:

1. בסיומו של הקורס תוענק למשתתפים תעודה מטעם "קסם האהבה" - המרכז להעצמת הזוגיות והמיניות – דרך הטנטרה המסורתית. לשם קבלת תעודת מנחה - הקורס כולל סטאז' והתמחות נפרדים.
2. בסיום הלימודים ישנה אפשרות להיבחן ולקבל תעודת הסמכה נוספת, ממרכז "להיות" – מרכז לימודי הטנטרה – של בועז שגב.



קסם האהבה

המרכז להעצמת הזוגיות והמיניות – דרך הטנטרה המסורתית
www.tantra.org.il tantra2all@gmail.com 052-5212199