

Правда ли, что йога зародилась как культ секса? - спросили эксперта Уильяма Дж.Брода в интервью для блога на сайте The Washington Post. "Это занятный, малоизвестный исторический факт", - ответил Брод. По его словам, хатха-йога - первооснова бесчисленных течений йоги, практикуемых сегодня во всем мире, - возникла как ответвление тантризма. "В древности тантризм был путем к слиянию мужского и женского аспекта Вселенной в блаженном состоянии сознания, и обряды часто носили чисто символический характер. Но секты тантристов также практиковали парный и групповой секс", - поведал эксперт.

Хатха-йога была разработана для того, чтобы ускорить наступление тантрического экстаза. "Для этого использовались особые позы, глубокое дыхание и интимные контакты", - заметил Брод. Со временем тантризм и хатха-йога стали ассоциироваться с развратом. В начале XX века основатели современной йоги приложили все усилия, чтобы изгладить ассоциации с тантризмом. В их обновленном учении делался упор на здоровье и хорошей физической форме, а эротика оттеснялась на второй план.

"В одной из серий "Секса в большом городе" Саманта испытала "йогазм". Такое вообще возможно?" - спросили у Брода.

Эксперт заметил, что по сюжету Саманта просто испытала приступ похоти на занятиях йогой и улизнула оттуда в компании случайного партнера. "Но слово "йогазм", придуманное пиарщиками сериала, позднее стало обозначать особую категорию аутоэротических переживаний", - сообщил Брод. Оказывается, некоторые люди могут мысленно доводить себя до оргазма: "по-научному это называется "спонтанный оргазм", а в народе "thinking off" (от "think" - "думать" и "jerk off" - "мастурбировать". - Прим. перев.). Некая женщина, имеющая большой опыт занятий йогой, рассказывает, что концентрируется на своем позвоночнике и вводит его в сильное сексуальное возбуждение: "Я могу испытать оргазм во всех средоточиях энергии, сверху вниз и снизу вверх".

Какие асаны в йоге самые возбуждающие? Брод советует позу кобры: "Если ее выполнить правильно, она оказывает неуклонное давление на эрогенную зону, стимулирует выделение ценного сексуального гормона". Дыхание в ускоренном темпе, как доказали ученые из университета Британской Колумбии, улучшает кровоснабжение гениталий и может возбуждать даже людей со сниженным половым влечением.

Уильям Дж.Брод
The Washington Post
Источник материала: InoPressa.ru