

# הזכות ליהנות

מיה גל מטפלת בבעיות מיניות באמצעות טנטרה טיבטית. לפונים אליה היא עוזרת להשתחרר מדפוסים מיותרים, ולגלות בתוכם חופש, חושניות ועונג

מאת בתיה חלמד | צילום: עדי אדר

**מ**יה גל מ"דרך הלוטוס" (שם היא מציעה טנטרה טיבטית לטיפול בבעיות מיין) מגלה לי שלאחרונה פונים אליה יותר ויותר גברים. בתגובה אני אומרת לה שהנתון הזה אינו מפתיע אותי. זה זמן אני עוקבת אחר חברי הזכרים, המנסים בכל כוחם לפייס את חסידות האלה הפי מיניסטית התובענית ולשלב רגישות נשית עם עמידה ברדישות הלגיטימיות של הטסטוסטרון – ולא מבינה איך הם מצליחים לעשות את זה. אז עכשיו מתברר, שלא תמיד הם כל כך מצליחים. כלומר, שאם את עומדת על כך שהוא יבכה בסרטים ויחצין עד כלות את הצד הנשי שלו, קחי בחשבון שהוא עלול להתבלבל בדרך חזרה אל הגבריות, שגם אותה את רוצה למצוא אצלו. ואז



יבואו בעיות של דימוי וזקפה או שפיקה, ואחד מהפתרונות יהיה תרגול טנטרי בהדרכת מיה והצוות.

התרגול נעשה במרחב בטוח ומקודש. כך קוראים לזה. הוא מורכב מתרגילי תנועה ונשימה, חוויית הגוף ותנועה של אנרגיה במעלה ובמורד הגוף – עד לחיבור עם האלוהות. במהלך התרגול לומדים להכיר את מרכזי האנרגיה שלנו, לחדר את כישורי החישה, לעדן אותם ולמלא אותם בחיות ובחיוניות. "כאשר אישה נמצאת בחוויה של תשוקה", אומרת מיה, "היא מרגישה שהיא יצירתית, חושנית ומתענגת על חופש. כאשר גבר מרגיש תשוקה, הוא חש שהוא חיוני, בטוח, גברי, מושך ומענג. כאשר זוג מתפקד בהשראת התשוקה, המיניות שלו שמחה ומקודשת".

מיה היא מומחית לרפואה סינית עתיקה, וב"דרך הלוטוס" היא מטפלת בשיטות טבעיות והוליסטיות בכל בעיה ובכל גיל – החל מינקות ועד הגיל השלישי. אלה הפונים לכאן במטרה למצות, להעצים ולשכלל את חיי המין שלהם, מטופלים לא פעם גם באמצעות תזונה, צמחי מרפא או דיקור. מכל הארסנל הזה בחרתי הפעם להתמקד בריקוד המינים, המוכר בשם טנטרה טיבטית.

"במהלך השנים טיפלתי כבר באנשים רבים", אומרת מיה. "כל אחד מהם הגיע עם סיפור משלו, ורבים מאותם סיפורים היו קשורים למיניות. עם הזמן, הבנתי עד כמה הקשיים במיניות משפיעים על כל תחומי החיים. על הביטחון העצמי, תחושת החיוניות, תחושת הערך העצמי, שמחת החיים וככלל – על הזכות והרשות לחוות עונג ולהיות מאושרים. לפני שנים אחדות התודעתי אל אומנות הטנטרה הטיבטית, נשנית בקסמה ומהר מאוד הבנתי שהיעוד שלי הוא לשלב בין שתי המסורות. הקמתי מרכז טיפולים אסתטי, רוגע ומכיל, וכאן אנחנו מאפשרים לכל אדם להתחבר בנועם ובאופן טבעי אל האנרגיה המינית שלו. זהו חיבור המאפשר לכל אחד ליהנות מחוויה מינית אחרת, ולמעשה מחוויית חיים חדשה ושונה".

הטנטרה הטיבטית מוכרת גם בשמה "אומנות הדקה/דקיני". דקה פירושו "רקדן שמיים", דקיני היא "רקדנית שמיים" – ובפועל אלה הם שני המורים, המנחים את תלמידיהם במסע הטנטרי.

"פירוש המילה טנטרה", מסבירה מיה, "הוא 'מטווה', 'התרחבות' או 'מארג'. זוהי התפיסה שלנו את עצמנו, כחלק בלתי נפרד מהיקום. תפקידם של 'דקיני' דני השמיים' הוא לרקוד, באופן מטאפורי כמוזן, במרחב של תלמידיהם, ותוך כדי כך להנחות אותם אל תוך עצמם, עד שיגיעו אל חוויית המארג. מדובר באומנות עתיקת ימים, המאפשרת לנו להכיר את המהות העמוקה שלנו, ול-חיות מתוך אמת והמלה.

"הטנטרה הטיבטית עוסקת בעיקר בחניכה אישית באמצעות מיניות, חלי-מה ושינה, ולשם כך נעזרת בכלים פשוטים ויומיומיים, כגון נשימה, צליל, תנועה, מגע והתבוננות. מעל הכול, המסע הטנטרי הוא מסע של כניעה – אנו נכנעים ומוותרים על התפיסה האשלייתית של ה'אני' לטובת החוויה הישירה של המהות שלנו, כלומר החוויה הישירה של האמת. החוויה הטנטרית, של היותנו חלק בלתי נפרד מהיקום, קיימת בכל מקום ובכל רגע. אך כדי להגיע אליה על רובנו 'לעבור' מהמקום של המודעות היומיומית שלנו. זהו מסע של טרנספורמציה, שבמהלכו אנחנו נפתחים אל מה שיש וחווים את המציאות באופן ישיר. התרגול ברגעי האורגזמה, החלום והנשימה, הוא זה שמנחה ומל-וה אותנו דרך כל ה'מעברים' האלה".

תרגול המיניות, הידוע כאחד העוצמתיים ביותר בחוויה הטנטרית, הביא לכך שלטנטרה יצא שם של אומנות מינית. דווקא משום כך חשוב להדגיש, שתרגול טנטרי אינו עוסק רק בסקס: "כל מה שקראנו או שמענו על מין טנ-טרי", אומרת מיה, "הוא למעשה תופעת לוואי של התרגול הכולל, וכלל לא יתקיים אם נסתפק ב'הפעלת הטכניקות'".

בעקבות המפגשים עם רקדני השמיים, מצליחים אנשים רבים להשתחרר מדפוסים מיותרים, שהתקבעו אצלם ביחס לאיך שהם נראים, מה יגידו עליהם ובאיזו דרך הם חווים את עצמם ואת מערכות היחסים שלהם. מבחינה נפשית ורוחנית הם מתחברים ל'אני' שלהם ללא שיפוט, ביקורת ו/או הלקאה עצמית. מבחינה גופנית הם מגיעים ליכולת לוותר על כאבי החדירה שלהן, על חוסר החשק שלהם, על הצורך שלהם בשליטה, על כאבי המתחור שלהן, על הת-סכולים שלהם, על בעיות הזקפה שלהם, על השפיקה המוקדמת שלהם ועל הפרשות וההתכווצויות שלהן".

מיה גל, טלפון: 050-7312284