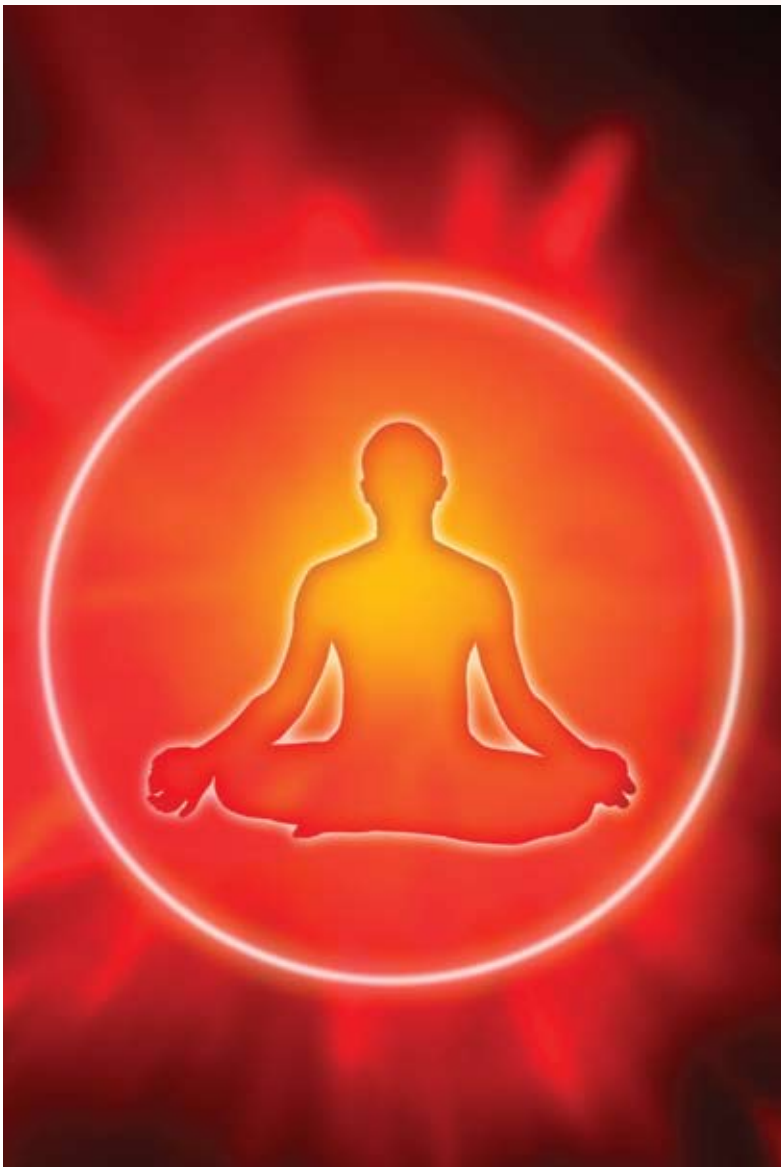




En intervju med ledande  
tantraläraren  
**Mahasatvaa Ma Ananda  
Sarita PhD**

# Helig sex för själen

Mahasatvaa Sarita bodde i Indien i 26 år och lärde sig praktisera Tantra av sin lärare Osho, hennes andliga lärare. Hon har skrivit böckerna *Tantric Love* och *Divine Sexuality* och har tillbringat de senaste tio åren med att hålla kurser i Europa.



## Q: Vad är Tantra?

**N**är jag först började undervisa i Tantra så trodde de flesta att Tantra innebar sex timmar långt sex, Sting och orgier.

Jag beslöt mig för att förändra den här förvrängda synen på Tantra och istället sprida medvetenhet om vad Tantra egentligen är. Tantra är en väg som leder till själsligt och andligt uppvaknande. Enligt Buddha betyder upplysande att vi har uppnått det ultimata tillståndet av medvetenhet. I Tantra så har vi ordet Mahamudra som betyder den stora rörelsen, som uppstår vid den ultimata orgasmen med universum. Tantra är en underbar och bred väg för den ger människor ett sätt att uppnå upplysning genom allting som vi är, oavsett om det är genom att vi använder våra sinnen, känslor eller sexualitet – hela människan tas i beaktning. Hemligheten med Tantra är att du för in en medvetenhet och kärlek i alla mänskliga situationer – oavsett vad det är. Om vi utforskar det här djupare så kan vi se att Tantra är möten av motsatser. Om du för samman två element som är motsatsen till varandra så får du i det mötet en alkemisk explosion, vilket är upplevelsen av Tantra. I Zen kallar de det Satori.

Det är en explosion av medvetenhet. Vi blir ett med allt som är, eller känner att hela universum finns inom oss. Dessa motsatta polariteter kan vara dag-natt, sommar-vinter, födelse-död, man-kvinna – alla motsatser som kommer samman kan skapa den här upplevelsen.