

Decía Buda que la causa del sufrimiento es la ignorancia y yo creo que esto no se entiende bien a veces. Esa ignorancia es el desconocimiento de nosotros mismos, la ignorancia de quienes somos realmente.

Se dice que el estrés es la enfermedad de nuestro tiempo y la causa del estrés no es ni más ni menos que ese desconocimiento, la desconexión con nosotros mismos. Realmente el estrés es el exponente más claro de la ignorancia de esta civilización. Un ser humano que se ha lanzado a la conquista de lo externo y que se desconoce completamente a sí mismo. El ser humano actual vive únicamente en su mente. Mas bien diríamos, en una parte de su mente. Y ese trocito de mente, ese hemisferio izquierdo separado, es mentiroso por excelencia. Nos hace vivir en la ilusión del ego, de la separatividad. La separatividad de nuestro cuerpo, de nuestra energía, de nuestra sexualidad, de nuestro corazón..., la separatividad de la Tierra, de los demás seres. Occidente ha sido maestro en crear divisiones: mente-cuerpo, espíritu-materia, amor-sexo... En el Tantra no caben esas divisiones. La visión del Tantra es unificadora: amor no se diferencia de sexualidad, el cuerpo es también Espíritu, expresión de su perfección, mente y cuerpo están unidos.

Y así nos encontramos. La causa del sufrimiento es la ignorancia de quienes somos realmente y el Tantra es un camino directo para expandir nuestra conciencia y salir de esa ignorancia. Pero el Tantra es un camino Espiritual un poco especial. Especial porque integra nuestra sexualidad. A diferencia de otros caminos, el Tantra abraza y acepta todo lo que somos. El Tantra es el camino del cuerpo, de la Tierra. El ser humano ha estado siempre intentando huir de su realidad, y sobre todo de su realidad sexual. La sexualidad ha sido condenada y relegada por la mayoría de las religiones y tradiciones del mundo. Y es normal porque la sexualidad da mucho miedo. Es tan fuerte y poderosa esa energía, nos atrae de tal manera, que es mejor olvidarla, apartarla o condenarla como expresión del mal. Pero todo lo que se rechaza se convierte en nuestra sombra, en lo que nos domina desde las profundidades de nuestro inconsciente. Y ese poder de la energía sexual es sin embargo un regalo cuando lo afrontamos con conciencia y lo tratamos impecablemente.

Realmente no hay nada en este Universo que no responda a una u otra forma de energía sexual. El juego del yin y el yang, lo masculino y lo femenino, luz y oscuridad, está presente siempre. El Universo, Dios, ha realizado una jugada maestra para que la conciencia se desarrolle: entre la separatividad que supone estar encarnados en cuerpos físicos, nos ha dado

## Nueva sexualidad para la paz

Escrito por Administrator

Lunes, 19 de Septiembre de 2011 21:26 - Actualizado Lunes, 19 de Septiembre de 2011 21:29

---

algo que nos une poderosamente, la energía sexual. Y aquí estamos, en esta tierra, hombres y mujeres, masculino y femenino, padre-madre, yin y yang. Y realmente todo el juego del desarrollo de la consciencia, de llegar a la totalidad de nosotros mismos, desemboca en integrar estos dos opuestos. Integrarlos interiormente (dentro de cada uno de nosotros) y exteriormente, con nuestra pareja, hombre-mujer, con el mundo. Mientras el hombre y la mujer no se unan, mientras no se fusione lo masculino y lo femenino interna y externamente, no podrá haber paz en el mundo.

La sexualidad actual es una sexualidad egoica, basada en el ego, en la autosatisfacción y por lo tanto en la separatividad. Es realmente un camino de separación en todas las parejas, porque con el tiempo va abriendo una brecha cada vez mayor entre el hombre y la mujer. Y no tenía que ser así. Hay otra sexualidad que nos pertenece por derecho propio. Era peligrosa y hubo que reprimirla con creencias, con miedo... Era peligrosa porque es una vía directa al Espíritu, a la Unidad, a la conciencia del Ser. En la "batalla" entre la luz y la oscuridad, se puede controlar nuestro cuerpo y nuestra mente de muchas formas... Pero la sexualidad es más difícil de controlar porque está en la base, en nuestros primer y segundo chacras.

El primer paso en el Tantra es llegar al corazón. La energía del chacra del corazón es la energía de la unión, de la aceptación, de la entrega, frente a la separatividad y la lucha. Se dice en el Tantra, explicando el proceso de elevar la energía sexual en pareja a través de los diferentes chacras, que "Primero somos Dos, luego Uno y después Ninguno". Es una descripción del proceso de pasar del ego, a la fusión y de ahí a la disolución o expansión de la conciencia al Todo. Realmente somos canales de energía entre la Tierra y el Cielo, entre la vibración más densa de la materia y las vibraciones más altas de lo espiritual. Y el trabajo del Tantra es unir esas dos dimensiones del Ser utilizando todo lo que somos, hombre y mujer, nuestra energía sexual como expresión de esa fuerza genésica que nos une a la Tierra.

Para la mujer es más fácil estar en el corazón de forma natural. El corazón es sobre todo la batalla del hombre. El hombre por regla general vive la sexualidad, vive el mundo, desde lo genital y desde lo mental. Está dividido, como si su pecho no existiese. Por eso hay tanta pornografía. La pornografía es el pene masculino unido a la cabeza. Lo genital y lo mental que domina al hombre. Se ha intentado llevar la pornografía a la mujer y ha sido un rotundo fracaso. Porque la mujer no está ahí. Un hombre que haya abierto su corazón, vivirá su sexualidad de otra forma. No es que ya no le atraigan las mujeres, pero no estará compulsivamente obsesionado con ellas porque sabrá que lo femenino también es él. Su vida se moverá ya desde otro punto, desde un sentimiento de unión con lo que le rodea. Quizá ya no esté tan interesado en construir grandes empresas, puentes y carreteras o en dominar la Tierra...

## Nueva sexualidad para la paz

Escrito por Administrator

Lunes, 19 de Septiembre de 2011 21:26 - Actualizado Lunes, 19 de Septiembre de 2011 21:29

---

Así que el camino en el hombre pasa por abrir su corazón. Y para eso es vital un cambio en su sexualidad. El hombre tiene que dejar de "tirar" su energía sexual como si de un desperdicio se tratara. Un hombre que dilapida su energía seminal será siempre peligroso para la Tierra. En el Tantra el hombre aprende a controlar su eyaculación. A diferenciar entre orgasmo y eyaculación. Dos cosas diferentes. Por asombroso que parezca, se puede tener un orgasmo sin eyacular. Y se pueden tener orgasmos múltiples si eyacular. Y toda esa energía no tirada, no desperdiciada, es la que nos posibilitará llegar a otro lugar. La eyaculación es una gran pérdida de energía en el hombre y, a parte de un engaño que nos hace solo rozar el cielo, un sabotaje del acto sexual. Para que el acto sexual llegue a algo más que un simple encuentro de satisfacción mutua más o menos logrado, para que la mujer se sienta llena y amada, el acto sexual debe prolongarse y terminar al menos en un acto de íntima unión y fusión (corazón) entre el hombre y la mujer. "Primero Dos, luego Uno...". Cualquier cosa distinta será pagada en emocionalidad al día siguiente y será, como decíamos, una vía segura a la lucha y a la separatividad en la pareja, en el mundo...

El Tantra es el camino de veneración de lo femenino. Es a través de la veneración de lo femenino, de la veneración de la mujer como diosa encarnada, como el hombre venera y se abre a su propia parte femenina. De igual manera, a través de la veneración de lo masculino, del dios encarnado en el hombre, la mujer abraza también su propia parte masculina. En el Tantra se dice que el hombre penetra a la mujer por el yoni y la mujer penetra al hombre por el corazón. De esta forma, a través de la danza de lo masculino y lo femenino, ambos, hombre y mujer, tienen experiencia de su propia contraparte. El Tantra es la danza universal de Shiva y Sakti reproducida por el hombre y la mujer en su unión física. A través de esta danza se crea un circuito de energía entre los componentes de la pareja, que diluye lo personal y expande la conciencia. En la sexualidad normal, la energía se queda "taponada" en los tres primeros chacras (sobre todo en el hombre) potenciando el ego y el predominio de la mente. En la mujer, la sexualidad normal producirá una sobrecarga emocional y una separación entre su corazón y su energía genital.

En la relación sexual, la mujer tiene que sentirse amada y esto supone que el hombre se olvide de su efímero placer y se entregue. El hombre así equilibra y unifica a la mujer. En la relación tántrica la mujer llega a sentir el lingan del hombre como un rayo de luz que la penetra hasta la coronilla. La mujer devolverá el regalo permitiendo al hombre acceder a la joya de su pecho y abrir su energía más allá de su garganta. La mujer así mismo, debe situarse en su esencia femenina, la entrega, y dejar de utilizar el acto sexual dentro del juego emocional de recompensa o premio. Hoy en día el pene del hombre y la vagina de la mujer están cargados de emocionalidad y esta debe ser liberada para que ambos puedan llegar a la experiencia del amor tántrico.

Para que todo esto suceda tendremos que dejar atrás mente y creencias. Tendremos que parar

## Nueva sexualidad para la paz

Escrito por Administrator

Lunes, 19 de Septiembre de 2011 21:26 - Actualizado Lunes, 19 de Septiembre de 2011 21:29

---

la mente y estar en el momento presente. Sentir, y dejarnos de expectativas y objetivos a los que llegar. La sexualidad normal está obsesionada con el orgasmo. Hemos hecho un dios del orgasmo. Pero el orgasmo no es más que un pico, una muestra de algo más amplio, una muestra del éxtasis de la disolución; y no deja de ser ego ("Primero Dos..."), algo que empieza en mí y termina en mí. En el Tantra es muy común que no se tengan orgasmos y eso sorprende a veces. Y es que la energía cuando pasa del corazón se convierte en un éxtasis continuo que engloba todos esos orgasmos que tanto perseguimos. El mero hecho de perseguir el orgasmo, de ponernos ese objetivo, crea múltiples problemas. Realmente la frigidez en la mujer no es otra cosa que, además de la falta de capacidad del hombre para alcanzarla, la fijación por llegar a ese objetivo del orgasmo. Toda mujer que se entregue y que esté el suficiente tiempo en el acto amoroso tendrá un orgasmo de forma natural. De la misma forma, en el hombre, la impotencia no es nada más que el temor a no ser suficiente hombre, a no tener una erección suficiente. Todo el que ha practicado Tantra sabe que el hombre realmente no "penetra" a la mujer. Cuando tanto hombre como mujer, se encuentran relajados, limpios de emocionalidad y expectativas, con la mente en paz, la entrada del hombre se produce de forma natural. Incluso aunque no haya erección. Simplemente la mujer estará suficientemente abierta y lubricada, para que el lingam del hombre se pose en su yoni. Desde ahí todo será natural, pues tanto el lingam como el yoni tiene una inteligencia propia y sabrán cuando las cosas funcionan adecuadamente.

Podríamos definir el Tantra como el camino de máxima impecabilidad en el uso de nuestra energía sexual. Un camino para encontrarnos a nosotros mismos, un camino para reconciliar lo femenino y lo masculino, un camino para la paz interna, para la paz en la Tierra.

Publicado por Jesús Gómez (Keshavananda) en la revista "Espacio Humano", Junio-2002.

<http://www.tantranuevatierra.com/>