

CONCIENCIA INTEGRAL

CURSO DE CRECIMIENTO

José María Doria

SEXO

Diálogo entre Yoguina, Darío y Néor.

Darío: La sexualidad es tal vez uno de los temas claves en el mundo de la salud mental y el desarrollo de la vida. ¿Qué piensa de ella en el ámbito de nuestra actual civilización?

Néor: La sexualidad en nuestra cultura occidental, aunque se puede considerar paulatinamente *liberada*, sigue siendo un tema que para un gran sector de la sociedad, no está todavía totalmente resuelto y sanado. Se puede afirmar que el Sistema, a través del mensaje de una iglesia occidental algo caducada, llevaba muchos años programando el predominio de un modelo masculino y patriarcal, bajo el estigma del demonio hacia todo aquello que ha significado liberación del placer en el territorio de los sentidos.

Darío: ¿A qué se refiere exactamente?

Néor: Me refiero a esa particularidad condenatoria y excluyente, que la cultura judeocristiana cinceló sobre esa parte de nuestra naturaleza que se expresa desde lo femenino y sensual. A partir de dicha programación llevada a cabo durante centurias, todos los intentos por convertir la sexualidad en algo inofensivo y natural, están demandando un gran esfuerzo de descondicionamiento y paciencia.

Darío: ¿Hablamos de toda la humanidad?

Néor: Me refiero fundamentalmente a los hombres y mujeres de culturas agrarias, tanto sajonas como latinas con raíces judeocristianas que, en la práctica, siguen considerando muchos de los aspectos de la sexualidad, sutilmente envueltos en clandestinidad y culpa.

Darío: De todas formas en estos últimos 50 años, es obvio que está cambiando la orientación represiva hacia una mayor transparencia e integración.

Néor: Tras la Revolución Industrial ha nacido un paradigma de liberalización y progresiva presencia de valores femeninos, sin embargo ¡Aceptémoslo! Todavía existen muchos flecos en el ejercicio de la sexualidad que siguen aflorando como algo secreto e incluso siniestro, poniendo incluso en peligro, sólidas carreras públicas en menos de veinticuatro horas. Y esto se ve corroborado por el hecho de que la sexualidad se halle excluida de la vida cotidiana de la mayor parte de los hospitales y de las cárceles, constituyendo otro ejemplo de la forma soterrada en la que se experimenta. El problema ó Sombra de la sexualidad a que se enfrenta dicha sociedad, nada tiene que ver con la atracción o el rechazo sexual hacia cualquier objeto de deseo, sino con la plena aceptación de nuestra sexualidad.

Darío: ¿Qué me puede decir de esa corriente de pensamiento tan en boga en algunos circuitos de vanguardia evolutiva, que relaciona sexo y espiritualidad?

Néor: Esa corriente, aunque aparentemente vanguardista tiene miles de años de existencia y se denomina Yoga Tántrico.

Darío: ¿Y bien?

Néor: Pues que en el seno de la ya caducada oposición eclesial, entre los reinos del “espíritu y de la carne”, la mera idea de que la esfera sexual pudiera existir fuera de los límites del matrimonio sacramental, y que asimismo, pudiera apoyar el desarrollo espiritual, no sólo tranquilizó a muchos “culpables” clandestinos que, por fin, sentían como algo posible el hecho de *conjug*ar dos extremos, hasta entonces irreconciliables, como eran el -Espíritu y la Carne-, sino que también puso en marcha todo un movimiento de experimentación y canalización de la energía sexual, dirigida hacia estados de consciencia más elevados, de unidad y éxtasis.

Darío: Pero ¿piensa usted que una sexualidad basada en estos principios, que parecen técnicos ó aprendidos, puede ser más deseable que la práctica espontánea y quizá más primaria?

Néor: Cada nivel evolutivo y cada circunstancia personal, precisa de determinados ritos en un escenario mental que, finalmente, es el auténtica protagonista del sexo. Ni la espiritualidad necesita de una sublimada liturgia sexual, ni se puede considerar que cualquier forma de practicar la sexualidad consensuada pueda ser “antiespiritual” en sí misma. Otra cosa es que en el contexto de su práctica, estén presentes aspectos inherentes al amor-consciencia y que la comunicación corporal generada en cada conducta sexual, aporte una cualidad energética distinta al propio abrazo.

Darío: ¿Me está usted hablando de algo esotérico?

Néor: Estamos hablando del deseo genuino de crear una atmósfera de goce y exaltación de la vida, y del grado de complicidad que cada uno es capaz de experimentar durante el juego erótico. Refiriéndonos a la practica sexual denominada como “sagrada”, se puede

señalar la trascendencia y expansión de la estricta genitalidad hacia el calor del pecho y la apertura de la mente. Se puede asimismo señalar al sentimiento de plenitud que los sujetos pueden experimentar al sentir una íntima aspiración de ser canal de goce y ¿por qué no? a la gratitud, afectividad y expansión de conciencia que apoyan, entre otros muchos aspectos, la salud global de la unión sexual.

Darío: Entonces, ¿a qué viene esa corriente actual tan motivadora hacia prácticas sexuales con otro enfoque menos genitocéntrico?

Néor: Cada tendencia humana tiende a ser un movimiento de balance respecto a la anterior. Los enfoques más sublimados se fundamentan en el desarrollo del éxtasis y en la posibilidad de incrementar el goce integral que los seres humanos, como especie única en este menester, somos capaces de experimentar. Son prácticas que tienden a actualizar el potencial de placer-integral que la naturaleza ha regalado al hombre.

Darío: ¿Se refiere a un placer biológico como el que puede sentir mi perro cuando copula?

Néor: No concibamos el éxtasis como algo puramente biológico y sensorial, ya que la experiencia mencionada conlleva un alta connotación emocional y espiritual. Me refiero a una experiencia que requiere la creación de una relación profundamente humana, la creación de un tejido de estrechas afinidades y compatibilidades biológicas y afectivas. Tenga en cuenta que cuando hablamos de éxtasis, estamos hablando de un estado que tiene que ver con el sentido último de la vida: un estado de conciencia de unidad y amor total.

Darío: Da la impresión de que usted conoce bien ese estado, pero honradamente, yo no sé a qué se refiere.

Néor: No divinice al éxtasis y recuerde expresiones como: “me sentí extasiada ante lo que contemplaban mis ojos...” Todos hemos sentido alguna vez, estados de intenso arrobamiento que nos permitieron salir del tiempo, aunque solamente hayan durado unos minutos.

Darío: Y para alcanzar y practicar estos estados ¿es necesario el concurso de un pareja sexual, ó uno a solas puede también conseguirlo?

Néor: ¿Por qué no va a poderse lograr en soledad? Tal vez en soledad, el entrenamiento difiera en matices, ó incluso el aspecto comunicación requiera habilidades mentales más sofisticadas, pero finalmente todas nuestras experiencias, suceden en el interior de nuestro cerebro. Suceden en ese escenario mental que “interpreta” nuestro hipotálamo y nuestro neocortex y que llamamos –realidad-. Todo nace y muere en una permanente interpretación de impulsos eléctricos. No veo la razón para que una persona en soledad pueda manejar su propia energía sexual, en beneficio de la expansión de conciencia y del pleno goce de su cuerpo.

Darío: ¿Y entre parejas homosexuales?

Néor: Igual que una pareja heterosexual. Existen los mismos acentos masculinos y femeninos, y tengamos en cuenta que la conciencia, habilidad y virtud, ya no dependen mas que de el grado de desarrollo interior de la persona.

Tantra

El paraíso y el infierno cerebral

Darío: Por favor explíquese.

Néor: ¿Sabía usted que su cerebro dispone de un “paraíso” y un “infierno”?

Darío: Supongo que hablando en términos neurofisiológicos, le confieso que nunca imaginé tal cosa.

Néor: Pues efectivamente lo sabemos desde que en 1954 los doctores Olds y Milner descubrieron en el cerebro centros de placer y dolor, ó en sentido más técnico, centros de recompensa y castigo.

Darío: ¿Quiere explicarse?

Néor: Dichos científicos, realizando una de sus investigaciones acerca del cerebro, implantaron un electrodo en la corteza cerebral de un ratón. Anteriormente a este experimento ya habían logrado provocar en dichos roedores, emociones variadas, como por ejemplo el furor, el temor, la torpeza, la apatía, etc. Pero un día, el ratón se comportó de una manera rara e inhabitual. Lejos de huir de Olds, volvía con obstinación al lugar donde éste había desencadenado la estimulación: no cabía duda de que se desparramaba de gozo, en realidad parecía hallarse en un auténtico “paraíso”. Olds localizó otros puntos cerebrales de esta zona paradisíaca y observó que cerca de la base del cerebro, formaban una curiosa cruz en el hipotálamo. Pero ¡Atención! Al poco tiempo, también descubrió un “infierno” cerebral donde la estimulación eléctrica provocaba un gigantesco terror al animal, un terror cuya mímica expresaba “¡Esto jamás, a ningún precio!”. Más tarde localizó estos paraísos e infiernos cerebrales en delfines, pájaros, perros, cerdos, gatos, conejos, etc.

Darío: ¿Quiere esta investigación decir que la insólita polaridad de gozar y sufrir, puede depender de actividades neuro-cerebrales?

Néor: Afirmativo, aunque más que depender, tal vez se deba a una cuestión de “reflejo” material, es decir que la química de la materia no determina el curso de la vida, sino que actúa de *asiento* ó soporte de fuerzas más sutiles.. De todas formas, la naturaleza ha sido caritativa: En el cerebro del ratón, el citado paraíso es siete veces más extenso que el correspondiente al infierno. Pareciere que el diseño de la vida está orientado al goce.

Darío: Un alivio. Entonces ¿qué relación tienen las prácticas sexuales del llamado Tantra con la estimulación de ese Paraíso Cerebral?

Néor: En el “mahituna”, un ritual de unión sexual tántrica, la excitación prolongada, tal y como se ha investigado, estimula las gónadas e intensifica la producción de las hormonas indispensables, para la activación máxima del paraíso cerebral. Y todo ello sin implantar electrodos.

Darío: ¿Y desde qué perspectiva se puede hablar de desarrollo evolutivo con la práctica sexual?

Néor: El trabajo continuado con la energía sexual consciente puede, en determinados momentos, producir un cambio de conciencia en el que se trasciende el plano del ego y se accede a la experiencia transpersonal, es decir una experiencia de unidad que se mueve en el ámbito del Espíritu. En la misteriosa alquimia tántrica, la mujer no renuncia al orgasmo genital, sino que más bien suele acceder a un estado multiorgásmico que proporciona un auténtico sentimiento de éxtasis. Por el contrario, el hombre comienza por alargar de tal modo el tiempo del coito sin eyaculación que, termina por superar la necesidad de la misma, reservando esa energía y canalizándola en la creación de un campo mutuo de intensidad y conciencia.

Darío: ¿Entonces el hombre entrenado en estas prácticas tántricas no eyacula, ni tiene orgasmos?

Néor: El tema no es tan extremo: todo-nada. Lo que una de las vías del trabajo tántrico enseña es a *controlar* la eyaculación, de forma que no sólo se trascienda esa carrera unidireccional hacia el orgasmo eyaculatorio, al que tiende la unión sexual puramente inseminativa e incluso adictiva, sino que además, y con el debido entrenamiento, capacita al hombre a diferenciar y experimentar el orgasmo sin eyaculación propiamente dicha ¿le parece increíble?

Darío: Honradamente sí.

Néor: Pues no lo es. Quiere esto decir que el diseño masculino permite experimentar un estado orgásmico, sin tener necesariamente que eyacular, con lo que dicha energía es canalizada desde lo que el Hinduismo denomina energía Kundalini, por la columna vertebral hacia dentro y hacia la coronilla de la cabeza. Pero fundamentalmente se trata de *expandir* la ola de energía-placer, hacia todas las células del cuerpo, incluso en los confines más alejados del propio organismo.

Darío: ¿Qué se suele querer decir cuando se habla de estado multiorgásmico?

Néor: Que el organismo humano está preparado para experimentar innumerables cumbres orgásmicas por todo el cuerpo. El placer generado en ellas permanece en el tiempo a través de una corriente de vitalidad constante. ¿Por qué piensa usted que los deportistas que se enfrentan a pruebas, suelen mantener abstinencia sexual en sus vísperas? Y los artistas y conferenciantes ¿por qué piensa que también se abstienen, antes de dar lo mejor de sí mismos en el escenario?

Darío: ¿Tiene algo que ver la eyaculación con alguna forma de desvitalización?

Néor: Desde luego las culturas taoístas orientales y los alquimistas y gnósticos occidentales lo han tenido muy claro. A través de sus enseñanzas, los hombres se recrean en la estimulación del placer, pero tienden a reducir la frecuencia de la descarga propiamente dicha, aprendiendo a cultivar la generación de energía sexual, “sintiéndola” fluir por el cuerpo. Esta manera de hacer fluir la energía también es aplicable al sexo femenino.

Darío: ¿Cómo se hace fluir dicha energía?

Néor: Simplemente reconociendo el antiguo axioma de sabiduría que afirma: *La energía sigue al pensamiento*. El simple hecho de practicar la sexualidad "generando" energía y haciéndola circular por el cuerpo, es un ejercicio, no solo gozoso, sino vitalizador y saludable.

Darío: ¿Puede explicar algo básico para los que nada sabemos acerca de ello?

Néor: Comience por abrazar a su pareja, renunciando a su propia necesidad de satisfacción genital y enfoque su atención en la respiración mientras se abrazan. Cada respiración hará que su energía centrada en la zona genital, se expanda hacia el pecho y desde ahí broten sentimientos de menor urgencia sexual y mayor expansividad de la corriente vital.

Darío: ¿Habla usted de renunciar a la propia satisfacción genital?

Néor: Me refiero al hecho de ser capaz de aplazar su urgencia de gratificación local, procediendo a transmutar mediante la respiración consciente su necesidad de sensaciones genitales, en sentimientos de generosidad y ternura. Recuerde que no estamos hablando de descafeinar la sexualidad. Cada momento tiene su peculiar demanda de satisfacción, una demanda que se expresa a lo largo de variados estados mentales con sus correspondientes actitudes y roles. Desde el estado más básico de funcionalidad y marcha genital, hasta el más sublime, tal vez inspirado en la ternura y esa serena calma al hacer y moverse en el escenario de la práctica. Tan solo estamos abriendo posibilidades a la formidable potencialidad de la energía sexual.

Darío: De acuerdo. Y tras este abrazo que supongo lo realizan los amantes, ó bien sentados sobre la cama ó tendidos ¿qué otros puntos de partida podemos abordar?

Néor: Haga fluir la energía, no sólo al pecho y a la coronilla de la cabeza, sino a la palma de sus manos a la punta de su lengua, y canalice en besos y caricias ese caudal de carga que le suministra la hoguera genital. Sea generoso y paciente y dedique tiempo a encender las células de los dos cuerpos, sintiendo la corriente y relajando todos sus músculos. No se preocupe de si baja ó no el nivel de pasión genital... investigue nuevas sensaciones, observe a su naturaleza como siente y actúa, y por último confíe que cuando quiera recogerse y volver a los tornados genitales, la energía propia energía se centrará, pero en esta ocasión con más intensidad y goce.

Darío: Para llevar todo esto adelante cuando se realiza en pareja, supongo que habrá que convencer a la mujer de que la renuncia ó aplazamiento del orgasmo eyaculador del varón,

no ese debe a un problema de impotencia, sino que más bien es voluntaria y conveniente, incluso para ella..

Néor: Muchas mujeres se sienten inquietas y preocupadas cuando su pareja masculina no “se corre”. Tal vez piensan que no son suficientemente atractivas, ó que su propio rol de “mujer satisfactora” no está suficientemente *cumplido*. Incluso muchos patrones de codependencia suelen llevar las cosas a extremos de: “Hoy toca, porque él lo *necesita*”, en base a ritmos y adicciones al sexo. Observe que existen un sinnúmero de inquietudes que pueden aflorar: “¿qué habrá pasado si no hoy *puede* ó no quiere?”. De cualquier forma, la mujer al comprender el alcance de estos horizontes sexuales mencionados, colabora con el varón y le ayuda a modificar sus hábitos, paralizando los estímulos cuando éste lo necesita.

Darío: Tal y como lo expresa parece que por las características de esta práctica y, aunque exista atracción sexual básica, emergerán sentimientos muy elevados.

Néor: Afirmativo. Se trata precisamente de cultivar la capacidad de alcanzar un estado de conciencia transpersonal, utilizando la energía del nivel prepersonal. Es decir que gracias a la urgencia pasional y a esa agitación ó “caña sexual” que brota cuando así es conveniente, de tipo pre-personal, ó previa a la madurez de la persona, generamos la suficiente fuerza y poder que nos capacita para “pasar” al otro lado, al lado de los lados, ó estadio transpersonal.

Darío: Observo la paradoja que resulta al utilizar la energía de los instintos irracionales, para lograr abrir el nivel supramental.

Darío: Quién diría que hablamos de sexo... ¿quiere explicar qué relación tiene nuestro cuerpo con su concepción de la energía?

Néor: Nuestros cuerpos son carga eléctrica, corriente energética de vida, digamos que se asemeja a una especie de bombilla, por donde fluye la corriente de electricidad cósmica, también llamada Prana ó Chi. La energía eléctrica regula la vida de nuestras células e incluso hace funcionar los cerebros humanos. Recuerde que la química corporal está basada en los enlaces eléctricos.

Darío: ¿Estamos relacionando la pasión sexual con algún tipo de carga?

Néor: La pérdida de “carga-tensión” es la razón por la que muchas relaciones se hacen aburridas. Dicha disminución hace que muchas parejas experimenten una “recarga” cuando recuperan la polaridad mutua, por ejemplo, cuando uno de los dos se va de viaje ó, por cualquier otra razón, se establece un *espacio* energético. Tengamos en cuenta que la diferencia de polo es lo que produce atracción.

Darío: ¿Se refiere usted a la ley del magnetismo que afirma que los polos opuestos se atraen, mientras que lo iguales se repelen?

Néor: Así es, y en este sentido me refiero a la recuperación de la polaridad de la pareja, aspecto que en muchas ocasiones tiende a perderse, descendiendo incluso el impulso sexual, sin saber exactamente por qué. De este modo, si se es capaz de mantener la fuerza de atracción dentro de la relación, disminuirá el deseo de buscar un nuevo amante. En la

práctica multiorgásmica, el encantamiento tiende a crecer y la atracción afectiva que se siente entre ambos, no tiende a disminuir, sino por el contrario, a aumentar.

Darío: ¿Estamos hablando de que el mantenimiento y continuidad de una relación, es sinónimo de mayor felicidad?

Néor: Hay suficientes estudios que señalan a las parejas que forman matrimonios duraderos como más felices, tendiendo a mostrarse más cariñosas con la edad. En la milenaria cultura Taoísta, se dice que se tarda siete años en conocer el cuerpo de una mujer ú hombre, siete años en conocer su mente, y siete años en conocer su espíritu. Esto simplemente significa que se puede tardar veintiún años en llegar a conocerse realmente.

Darío: Para llegar a este grado de complicidad y unión ¿es necesaria toda esta parafernalia sexual?

Néor: No ironice sobre este difícil arte. Podemos afirmar que se puede vivir sin sexo, más no se puede vivir sin amor. Y así como hay innumerables relaciones de hermandad y cariño absolutamente sublimes y transmutadas, también existen seres humanos que, además de abrir su generosidad e inteligencia para crear una convivencia armoniosa, también son capaces de manejar los fuegos sexuales y fabricar amor y satisfacción, por más que el tiempo y el deterioro natural del cuerpo hagan su trabajo. Hay muchos caminos para experimentar la Unidad y la Comunión con la Vida. Y el sexo ¿qué duda cabe? es uno de ellos.

Darío: De todas formas al oírle hablar de la exaltación de lo sexual, me da la impresión de que usted magnifica el tema. Conozco muchas parejas razonablemente felices que no se plantean tantas inquietudes en esta área tan básica.

Néor: Hay muchas personas que han aparcado esta función por múltiples razones, bien sean biológicas, educacionales ó incluso culturales. También podemos hablar de célibes, progresivamente purificados por el desprendimiento de pasiones e instintos básicos, bien sea por necesidad derivada de sus propias circunstancias ó por la voluntaria elección hacia el retiro y el ascetismo monasterial. Sin embargo por más ejemplos modélicos que podamos citar, no neguemos el gran papel que este *dragón* puede tener en la conciencia y maduración de las propias sombras, y en la Templanza que se deriva de su correcto enfoque y utilización.

Darío: ¿Por qué lo califica de dragón?

Néor: ¿No recuerda usted cómo la iglesia cristiana malinterpretando el mensaje de Jesucristo, ensalza la victoria de San Jorge sobre la serpiente terrestre? Tenemos muchos restos inconscientes de ese asesinato al mundo de los sentidos, con sus culpas consiguientes. Cientos de años clavando lanzas en este cuerpo “hermano asno” al que azotar por sus pasiones. Ese dragón no ha sabido domesticarse al servicio de una idea superior y por lo tanto se ha preferido anular y negar, sometiéndolo al mundo de la represión y la sombra. ¿Es que la concepción de María Virgen que pisa de manera “inmaculada” a la serpiente no es una exaltación de un victoria en la que hay vencidos?

Darío: Entonces ¿qué sentido puede haber tenido todas las imposiciones del sexto mandamiento de la religión cristiana?

Néor: No piense que la castidad es tan solo una línea cristiana de sublimación, el propio yoga tántrico aborda un camino de acceso al éxtasis, también sin practica sexual propiamente dicha. La castidad bien entendida tiene y ha tenido su sentido para “transmutar” *el plomo en oro* como diría la alquimia filosófica.

Darío: ¿El plomo en oro?

Néor: La Alquimia es una corriente tradicional de pensamiento que proponía la conversión del plomo en oro, mediante la aplicación de determinadas técnicas de “laboratorio”. Tras múltiples representaciones materiales en la que se ha visto al alquimista manipulando secretamente, el fuego de su matraz, se escondía una filosofía que hizo referencia al ser humano en su búsqueda de la Unidad; una búsqueda basada en una serie de ejercicios y disciplinas, tendentes a convertir sus instintos y pasiones animales, en el oro de la voluntad y la consciencia.

Darío: ¿Tiene entonces fundamento la iglesia cristiana, con su famoso sexto mandamiento?

Néor: La famosa castidad cristiana sirvió para que muchos millones de personas analfabetas, que vivían en comunidades agrarias, sintonizasen con una jerarquía de valores que cimentó nuestra pasada era de *aspiraciones e ideales*. Se trataba también de ascender la energía por la cadena de “chacras”, des-automatizar los mecanismos de compulsión reproductora e inseminativa del varón primario, y algo muy importante: Enmarcar dichas prácticas que terminaban en hijos sin padre productivo, en espacios familiares que garantizasen la protección y cuidado del grupo.

Darío: ¿Quiere esto decir que la ciencia, al brindarnos sistemas anticonceptivos eficientes y populares, ha liberado la sexualidad de su marco familiar y, con ella, a las ideas que la protegían?

Néor: Pienso que ése, efectivamente ha sido un importante factor. Pero, refiriéndonos ya más en concreto a la tradición eclesial cristiana, opino que, tal vez la presión inhibidora, no sólo fue exagerada en el tiempo, sino también, en la evidente *coacción* de un mensaje que terminó por convertirse en represor y amenazante; es decir: productor de miedos y culpas.

Darío: Pero supongo que uno de los requisitos de la pasada “santidad” fue la castidad ¿no es así?

Néor: Insisto que cualquier corriente de pensamiento que se base en el término *único camino*, me parece peligrosa y errónea. ¿Sabe qué diferencia existe entre un “santo triste” y un “triste santo”? ¿Entre un santo vital, fresco y sabio, y un supuesto “santo” seco, enjuto y atormentado por sus tentaciones? A uno lo veo humano, sin embargo al otro lo veo patético.

Darío: ¿Quién decía que la tentación es para caer en ella?

Néor: No lo sé. Pero en cualquier caso, existe una *medida* armoniosa para todas las cosas y actitudes humanas. Recuerde la frase del médico Paracelso: *Un gramo cura; gramo; gramo y medio mata.*

Yoguina: Escuchen este relato de sabiduría milenaria que tal vez nos sugiera reflexiones enriquecedoras:

EL POZO. *En un lejano reino en donde los mares del Sur se cruzan y mezclan con los del Norte, vivía un hombre de culta y refinada sensibilidad que sentía un intenso y lúcido deseo de entregar su corazón a la princesa de sus sueños, y vivir de manera cálida y entrañable el amor con mayúsculas que había sentido en ráfagas de luz, y a veces, observado en el brillo de los ojos de los amantes.*

Gorka que era así como se llamaba, se había enamorado en muchas ocasiones a lo largo de su vida. Podría decirse que más o menos cada dos años, cuando su amor llegaba a un punto de inflexión, todo se desmorronaba, por lo que se enfrentaba a una dolorosa pérdida, y una depresiva destrucción del castillo que él y su amante habían construido entre besos y sueños de primavera. Pero pasado un tiempo, Gorka se remontaba de sus dolores y huellas de dolor y aprovechando una ocasión en la que los ángeles tocan sus arpas y se abren las puertas, conocía de nuevo la pasión y más tarde el amor a través de un nuevo rostro, que él llegaba a creer que representaba el alma gemela definitiva con la que compartir las lágrimas y las risas del curso de la vida... Gorka soñaba en alcanzar el día en el que poder acercarse al umbral de la muerte unido a su pareja en un solo ser.

Como quiera que era un joven culto e inteligente, y poseía esa rara cualidad de conocer a fondo el corazón femenino, cuando percibía a una mujer que conmocionaba su pecho, no tardaba en activar todo su ardor y entusiasmo, y en efecto, al poco se disolvían las resistencias y las defensas que habrían dejado los recuerdos de dolor de viejos amores, y una vez más surgía el manantial primordial del eterno filtro rosa de la ternura y la expansión.

Aquella tarde Gorka se encontraba apesadumbrado... habían pasado tan sólo cinco meses desde la última separación y ya sentía deseos casi adictivos de volver a instalarse en el dragón ascendente de la búsqueda de esa agua de vida que su alma sentía necesitar... sin embargo algo en su interior no cesaba de inspirar que tenía que cambiar, que un nuevo y luminoso conocimiento debía incorporar y experimentar antes de entrar en una nueva aventura hacia la profundidad. Sin embargo ¿qué podía hacer? ¿a quién podría recurrir? En realidad se sentía harto de consejos de amigos y manuales con recetas para el buen amor. ¿qué podría hacer...? se repetía y repetía contemplando las hojas de otoño que se alejaban barridas por el viento. Poco a poco y mientras su corazón reverberaba en esta desesperada invocación de respuesta, se fue quedando medio dormido, cuando de pronto, un extraño aroma de rosas invadió su ser acompañado de un sentimiento de paz profunda,

muy profunda... al instante, se abrió ante sus ojos una escena que despertó toda la atención de su conciencia...

Se trataba de un hombre algo parecido a él, que parecía estar buscando agua para fertilizar sus campos. Llegado a un lugar, se detuvo y comenzó a cavar un pozo, pleno de ilusión y expectativa en su rostro. Pero una vez había cavado hasta una profundidad de veinticuatro codos, al no hallar vestigio de agua, abandonó el lugar, y frustrado y triste, comenzó a elegir otro sitio para cavar. Al poco se detuvo ante un nuevo lugar y con la misma expectación y entusiasmo, cavó allí otros veinticuatro codos, pero como tampoco encontraba el agua de vida que necesitaba, abandonó su búsqueda con la misma cara de tristeza y frustración... Eligió un tercer lugar y cavó también a la misma profundidad y con el mismo entusiasmo, pero fue en vano, tampoco halló el agua de vida. Al final completamente disgustado se sentó a llorar por su suerte y maldecir el resultado de su vida... ¿qué puedo hacer? se decía...

De repente, sucedió que pasaba por allí un sabio de mirada profunda y serena que, deteniéndose junto a él, dijo:

Si hubieras tenido la paciencia de dedicar, aunque fuera la mitad de tu labor al primer pozo, en vez de cambiar de un lugar a otro, seguramente habrías encontrado agua... así ocurre con los hombres que huyen constantemente del camino de sus metas, y no dedican toda la inteligencia y corazón a su gran objetivo.

*Para encontrar el agua de vida,
Podrías dedicar todo tu energía a un sólo manantial
y profundizar y profundizar de manera flexible
hasta que despierte su brote vital.*

José María Doria

SEXO-2

Diálogo entre Yoguina, Darío y Néor

Darío: Propongo continuar con el tema de la sexualidad, y ya que anteriormente he oído hablar del “Tantra”, me gustaría saber si puedo practicar algún ejercicio de ese yoga sexual, para saborear posibilidades.

Néor: Seremos concretos y, aunque reconozco que una práctica aislada y fuera de contexto filosófico, no aporta gran cosa, sí le abrirá a reflexiones nuevas y satisfará parte de su curiosidad. Procederé a explicarle cómo es, por ejemplo el *yabyum*, un antiguo ejercicio tántrico que posibilita la transformación de la energía sexual, en aquello que, literalmente, se experimenta como beatitud resplandeciente y abrazo compasivo.

Darío: Me parece muy fuerte, el hecho de relacionar el placer genital con términos del calibre que usted emplea: “Beatitud resplandeciente y abrazo compasivo”. Tal vez esa descripción es para místicos, pero no sé, si en realidad es deseable.

Néor: No entienda estos estados de conciencia como algo tan alejado; el hecho de que vivamos un momento social histórico, en el seno de un modelo materialista y mediocre, no quiere decir que nuestra potencialidad de seres humanos, no contenga capacidades de sentir y actualizar estados mentales sublimes que, tal vez usted nunca llegó a imaginar como posibles. Le ruego que antes de aventurar juicios, se permita experimentar, ya que si usted quiere llegar a Roma, no tendrá mas remedio que seguir el mapa orientador. El ritual que le voy a exponer, le parezca como le parezca, como mínimo le va a hacer reflexionar sobre posibilidades que una gran parte de la humanidad, ni sospechan que existen; cuanto menos le resultará curioso, así que me explicaré: Primeramente, para sintonizar con la experiencia tántrica, comience por ritualizar el abrazo sexual, procediendo a iniciar *el rito* con una meditación.

Darío: Lo siento, si no soy experto en meditación ¿qué hago?

Néor: Simplemente usted se sienta sobre la cama, de manera relajada e introspectiva y, tras respirar consciente y profundamente, durante unos minutos, se visualiza ó imagina en unión sexual con su pareja. Visualícese a sí mismo en dicho abrazo, como un dios resplandeciente ó como una diosa radiante. Si esto no le sale ó le cuesta imaginarlo, visualícese como un ángel ó como un Buda, ó bien como un santo, se trata de un símbolo a fin de cuentas; un símbolo que le suene como representación evocadora de su naturaleza más profunda y elevada.

Darío: Me pregunto si las nuevas generaciones podrán ver esas figuras míticas en su mente.

Néor: Tal vez imaginen un héroe intergaláctico que ha liberado a su pueblo de la amenaza del mal, ó a una princesa de una raza lunar exterminada de la Constelación de Orión. Sin embargo, será lo mismo, ambos evocarán sentimientos expansivos de su corazón.

Darío: De acuerdo, sigamos.

Néor: Pues bien, mientras practica la *respiración consciente*, imagínese a usted y a su consorte “haciendo el amor”, como si fuesen divinidades resplandecientes y transparentes. Y tenga en cuenta que en esta primera visualización, para que la energía actúe, deberá hallarse sexualmente excitado y debe acompañar esa excitación con la respiración.

Darío: ¿A qué se refiere?

Néor: Que mientras toma el aire por la nariz, imagine que respira Luz que viene de lo *alto* y desciende, a través de las fosas nasales, por la parte delantera de su cuerpo hasta llegar al área genital. Y por el contrario, al expulsar el aire, debe *sentir* como asciende ó *despliega* por la parte posterior del cuerpo a lo largo de la columna vertebral, para irradiar por encima de la coronilla.

Darío: ¿Cuánto tiempo debo practicar e imaginar este escenario en mi mente?

Neor: Practique el número de minutos que le resulte cómodo. Se trata de que sienta lo que está usted imaginando, de manera que logre *entonarse*, pero no de seguir un libro de instrucciones. Siéntase envuelto en esta sublimación del abrazo Su mente es capaz de hacerlo, incluso más fácilmente de lo que imagina.

Darío: ¿Simboliza algo este ejercicio de hacer descender la luz y, hacerla de nuevo ascender?

Néor: Sí. Este ejercicio es simplemente otra versión del proceso involutivo-evolutivo de un Principio de Orden Superior. Este proceso respiratorio hace referencia al mítico arquetipo de la salvación. Es decir, al “descenso” de la Luz divina que se adentra en los reinos inferiores cuando se inhala el aire, y su posterior retorno como “ascenso” en la exhalación.

Darío: ¿Estamos haciendo referencia a los “mesías”, como enviados de los cielos?

Néor: Sí. A los “avatares” de la mayor parte de las corrientes míticas religiosas, como por ejemplo la mexicana que, de forma explícita, hace referencia al águila, como principio celeste, que desciende de los cielos, y tras interactuar con la serpiente terrestre, retorna como *serpiente emplumada*.

Darío: De acuerdo, volviendo al ejercicio ¿qué sucede si estoy con una pareja física? ¿Como sigue en la práctica? ¿Qué se hace con la energía de la pasión subsiguiente?

Néor: Cualquier placer que se genere en la región genital, deberá ser dirigido en el momento de la espiración, por el eje ascendente del cuerpo y liberarse en Luz, hasta llegar a la corona de la cabeza. Usted debe “respirar” su placer corporal y dirigirlo hacia el corazón y, desde ahí, a la coronilla de la cabeza, que desde la perspectiva tántrica, supone el centro de Luz y la liberación infinita. Luego al volver a inspirar repite el proceso de entrada de Luz directamente hacia abajo y hacia el cuerpo por la parte delantera, hacia el pecho, el estómago y la base de los genitales. Este es, simplemente, el ciclo mencionado que se expresa “derramando luz celestial hacia la vida terrenal y retornando luego a la origen”. Una vez más se da la integración en cada nueva respiración: integración de opuestos, el Ágape con el Eros, lo Descendente con lo Ascendente, la Compasión con la Sabiduría...

Darío: Pero insisto ¿todo ello se realiza con contacto físico?

Néor: Por supuesto, entre abrazos y respiraciones, incluso en el seno de una cópula consciente. En la medida de que su cuerpo vaya llenándose de ese flujo circundante y relajado de placer beatitud, usted debe mantener la -conciencia atenta- de toda sensación y sentimiento elevado de amor y bondad que se halle presente. Y aunque le parezca raro, utilizar dichos sentimientos para meditar en temas como el Misterio absoluto de la Existencia, ó la simple Transparencia del mundo, ó incluso centrar las mentes en Dios como expansión.

Darío: A este paso, no sé donde se va a quedar la pasión que fue lo que motivó en última instancia el impulso sexual ¿Alguna indicación adicional?

Néor: Tranquilo, no se preocupe por su instinto básico. Tenga en cuenta de que cuando se acopla con su pareja dejándose fluir, su naturaleza funciona mejor que cuando su erotismo, está basado en las imágenes, mas o menos pornográficas, de sus memorias. Si se decide a indagar y experimentar con una pareja afín, no le parezca superfluo llevar a cabo esta práctica, descansando en la auto-identificación con el Testigo Puro, completamente abierto y vacío.

Darío: Supongo que a lo largo de esta práctica, tarde o temprano, se abrirá el corazón.

Néor: Hay muchas probabilidades de que así sea. La tradición tántrica contempla asimismo que, una vez sintonizado con el estado de beatitud de su yo esencial, más allá de las necesidades y de los deseos, deje que emerja una pequeña y amable ola del siguiente pensamiento: *Prometo liberar a todos los seres sensibles en este espacio libre y abierto*, con lo cual, una oleada de compasión emergerá del inmenso océano de belleza y consciencia. Y al igual que las olas del océano están compuestas de agua, esta compasión está literalmente compuesta de infinita vacuidad.

Darío: De acuerdo... muy poético para mi pragmatismo sexual. No obstante y aunque algo confuso, porque tal vez se trata de practicar, le diré que lo único que saco en limpio es que existe una relación entre pasión como energía, y la posibilidad de explorar con la imaginación y la curiosidad. Pero sigamos adelante con otras facetas de la sexualidad ¿Existe alguna práctica sexual propiamente dañina?

Néor: Lo único no permisible en el sexo, solamente sucede cuando éste se practica sin consentimiento, es decir, obligado y en forma de abuso, acoso, o asalto, ya que estas experiencias negativas se graban en nuestra psique y, deben ser sanadas para desafectar tiempos futuros.

Darío: Me sorprende usted, observo que aunque habla de beatitud y resplandor, sus planteamientos acerca del sexo son, por el contrario, muy abiertos. En fin, siguiendo con nuestro tema, pregunto: ¿Cómo se controla la actividad orgásmica, sin íntimos costes de represión ó fracaso? ¿Quiere citar alguna técnica que lo facilite? Al fin y al cabo cuanto más dura mas se goza.

Néor: No sólo se goza más por la cantidad de sensaciones, sino por la progresiva calidad de las mismas. Pero de entrada, olvídense de centrar el tema sexual exclusivamente en el orgasmo, tratemos de imaginar que se pueden alcanzar “en el camino” estados transpersonales muy profundos. Pero contestando a su pregunta le diré que para *soltar* la carrera típicamente unidireccional hacia el orgasmo, deberá aprender a controlar la respiración y el enfoque atencional de su propia mente.

Darío: No se ofenda, pero ¿qué puedo hacer mientras copulo?

Néor: ¿Qué qué es lo que puede hacer? Cuando se encuentre usted copulando como bien dice, respire conscientemente, investigue qué siente, observe cómo aumenta y disminuye su urgencia pasional, y sobretodo obsérvese como responde su naturaleza tanto física como emocional, al respirar lenta y profundamente con su pareja.

Darío: ¿Quiere usted decir que con respirar lenta y profundamente resulta más controlable la llegada del orgasmo?

Néor: Quiero decir que la respiración profunda, acompañada de atención a ella, hace descender la tasa cardíaca con sus consiguientes efectos relajantes, y también le recuerdo que la llegada del orgasmo, viene precedida por un incremento de dicho ritmo cardíaco. Si usted lo hace descender, también su necesidad de eclosionar se verá atemperada naturalmente. Independientemente de este objetivo, el hecho de coordinar la respiración con la pareja, resulta importante para intercambiar esa fuerza vital o *Chi*, respirando simultáneamente ó de manera alternativa, por ejemplo cuando uno inspira, el otro expira. Recuerde que cuando hablo de respiración, me refiero a practicarla *conscientemente*, es decir atentos a las respiración.

Darío: Pero ¿no le quita gracia al acto sexual, esa especie de “bajón relajante”?

Néor: Hay un tiempo para la urgencia y otro para la calma, un tiempo para la exaltación de las tormentas y otro para la relajada fluidez . Estamos hablando de consciencia y atención a ambas.

Darío: Hábleme del enfoque de la atención

Néor: Durante el abrazo sexual, usted puede aprender a dirigir su atención mental, es decir, puede usted “mirar” interiormente aquello que decida, sin que su atención sea

necesariamente *absorbida* por su genitalidad. Recuerde que usted puede enfocarse en la *expansión de* su conciencia. Usted puede dirigir la energía de su placer hacia las manos, hacia los brazos, en su pecho, en lo alto de su cabeza... dejándose sentir por entre todas las células de su cuerpo, y no ser necesariamente “pillado” por la fascinación que ejerce el limitado placer *local* de su genitalidad.

Darío: ¿Resulta fácil aprender estas prácticas?

Néor: En principio conviene recordar que estamos hablando de una faceta del yoga tántrico, que representa una particular escuela de pensamiento, y que por lo tanto, no hay que ser fanáticos de la no eyaculación masculina ó del orgasmo voluntario femenino. Una cosa es experimentar e indagar en las propias posibilidades, y otra muy distinta es afirmar que la práctica taoísta ó tantrica es el *camino*. Por otra parte, recordemos que el verdadero sentido de la práctica, no se refiere al hecho de eyacular o no, sino más bien de si se puede *reconvertir* parte de la energía sexual por el resto del cuerpo antes de eyacular.

Darío: ¿Es importante practicar la técnica correctamente?

Néor: En último término, lo realmente importante, no es el control sobre los mil libros de instrucciones que pueda usted leer, sino el grado de consciencia que se experimente en la comunicación, el afecto y, el manejo de la calidad vibratoria que, se es capaz de desencadenar. Y finalmente, no se puede negar que para realizar bien los ejercicios mencionados, conviene querer *abrir el corazón* y practicar el sexo sin olvidar un espíritu de humildad y amor compasivo. Recuerde que el común denominador de todo este aprendizaje, consiste en des-automatizar las acciones instintivas y, tras hacerlas *conscientes*, convertirlas en voluntarias.

Darío: Volviendo a los aspectos neurofisiológicos ¿Qué sucede tras conseguir el control del erotismo, y nos excitamos de esa forma persistente y continuada?

Néor: No se trata de crear una adicción a la agitación mental que puede producir el juguete del placer sexual, controlado y persistente. El propio budismo hace referencia expresa a las “ansias sexuales” como uno de los impedimentos de la -lúcida serenidad-. Sin embargo le diré que el placer sexual, una vez organizado en una sana e inteligente medida, produce en nuestros cuerpos más cantidad de hormonas que, de una manera u otra, son consideradas como la fuente de nuestra vitalidad..

Darío: Perdón, hemos oído hablar de Tantra y más o menos sé de que se trata, pero ¿qué significa Tantra?

Néor: Tantra es una palabra de origen indio que significa *trama*, “la trama del tejido”, y hace relación a una doctrina mística y mágica de prácticas psico-energéticas y sexuales milenarias. El Tantra concibe al Universo como un tejido en el que todo actúa sobre todo. Literalmente el término deriva de -Tan- “estirar” y -Tra- “instrumentalidad”, cuyo significado doctrinal completo, podría explicarse como: “Instrumento de expansión del campo de la conciencia ordinaria, a fin de acceder a los dominios de lo supraconsciente.”

Darío: No sé si comprendo bien la relación con lo divino y los dominios supraconscientes, pero ¿podría aportar algún testimonio de algún practicante tántrico más próximo y cotidiano, por lo menos para este tiempo que vivimos?

Yoguina: Escuche las manifestaciones literales de diversos miembros de parejas tántricas. Observe como se entreen sentimientos reveladores de los estados mentales que pueden alcanzarse a lo largo este tipo de prácticas: *“Experimento una maravillosa sensación de plenitud. Es difícil de describir... tengo electricidad en todo el cuerpo y vivo intensamente la unión carnal y espiritual con el otro. A veces rezo a Dios, formo una unidad con él; y es la alegría del éxtasis”... “esta especie de orgasmo es para mí una inmersión metafísica en otro mundo, un mundo de lucidez... todo sucede esencialmente en mi cabeza que desborda las sensaciones y me obliga a mantenerme emocionalmente muy cerca del hombre con el que me encuentro.”... “el orgasmo es una sensación compulsiva de luz. Esta luz viene de su cabeza y pasa a la mía, y a mi vez, yo también emito luz... quedo cegado por una luz brillante que surge detrás de mis ojos. Todo es luz en mi cuerpo...”*

Darío: No puedo creerlo, sin pensar en la existencia de algún tipo de trance.

Néor: Como dice Krishnamurti: *“La sexualidad puede ser tan casta como el cielo azul despejado de nubes”*.

Darío: Me resulta impresionante, tanto que no lo siento demasiado alcanzable. Pero volvamos a un campo sexual más cercano... Se dice que la mujer tiene una sexualidad con grandes potencialidades, tal vez más amplia que la masculina ¿no es así?

Néor: Sin duda, la mujer es una campeona erótica porque sexualmente es la excepción a todas las hembras animales, ya que ha conseguido ampliar de tal manera el tiempo de posibilidad de práctica sexual, que se ha salido de los marcados períodos de celo que, a su vez, son los únicos momentos de semáforo verde en la especie animal. Que el sexo en numerosos momentos obsesione a la especie humana no es, ni depravación, ni lujuria, sino la marca de una forma de destino psicofísico. La especie humana está vinculada al erotismo como juego sutil de vida, y una vez que el sexo queda dissociado y liberado de la pulsión procreadora animal, abre a la pareja humana a nuevas e insólitas avenidas de comunicación y desarrollo integral.

Darío: ¿Existen niveles evolutivos que trascienden la necesidad de práctica sexual?

Néor: Existe un dicho monástico que habla del celibato afirmando: *“Abandona la lujuria un mes y ella te abandona tres”*. La energía sexual es susceptible de ser transformada en creatividad, en vitalidad, y sobre todo en conciencia y como consecuencia en amor. Quiero decir que estamos hablando de una fuerza de vida que puede expresarse, no sólo en pasión y genitalidad, sino también en una energía de amor-conciencia, experimentable desde el interior de cada una de las seis mil billones de células del cuerpo.

Darío: Pero aunque usted adorne el tema, en el fondo estamos hablando de un principio de autocomplacencia y de todo lo que significa eso.

Néor: Estamos hablando acerca de un camino en el que el sujeto se permite realizar sus deseos. Tengamos en cuenta que a base de experimentar y observar, se aprende incluso a reconocer y discernir aquellos deseos que tienen su origen en el condicionamiento del pasado, es decir, deseos neuróticos y, que tan sólo conducen a callejones sin salida y a la creación de espejismos.

Darío: Sin embargo, por lo que se sabe, los sistemas mas serios de auto-perfeccionamiento han puesto su acento en la renuncia y en la ausencia de deseos, como ayudas esenciales a la purificación y liberación.

Néor: El Yoga Tántrico pone su acento en la satisfacción de los deseos naturales, pero de forma *inteligente y organizada*. Y en tales puntos de vista, no existe antagonismo entre la naturaleza y el espíritu, un antagonismo por cierto muy presente en la cultura occidental. Para el Tantra, nadie puede entrar en el reino del Espíritu, sin obtener primero un pasaporte de la naturaleza.

Darío: Pero ¿qué pasa con la práctica de la austeridad, el ascetismo y la mortificación que, por lo que se dice a nivel eclesial, tantos santos han dado a la Historia?

Néor: Para uno de los senderos del Yoga Tántrico, esas prácticas son un insulto para la naturaleza, ya que crean más dificultades de las que pueden resolver. Para dicha línea de evolución, dichas prácticas debilitan el cuerpo y producen tensiones y conflictos que, en realidad, socavan el desarrollo equilibrado y sano del hombre.

Darío: Me parece muy permisivo su enfoque ¿A donde llegaríamos si permitimos la expresión de todos nuestros inconfesables deseos?

Néor: En la vida hay momentos en las que lo que, precisamente, hemos necesitado experimentar. En estos ciclos, tendemos a pensar que, en última instancia: *Todos los deseos son expresiones de la voluntad de ESO que usted puede llamar Universo ó bien Dios ó Vida* y, a través de su satisfacción, el individuo descubrirá lo que es bueno para él, sin necesidad de trabas. Como dice Chung Tzu: *Deja de esforzarte y se producirá la auto-transformación*. Me estoy refiriendo a la sabiduría experimental del organismo, a través de un espíritu más orientado a festejar y a celebrar, que a ayunar y renunciar.

Darío: Perdone mi conservadurismo, pero ¿estamos acaso hablando de liberar a la fuerza primaria y natural con todo su grotesco potencial?

Néor: No se tenga tanto miedo Darío. Si una persona sigue *inteligentemente* la inclinación de su propia naturaleza, sus deseos se volverán refinados y elevados. Cuando el deseo natural de un niño de jugar con juguetes, es debidamente satisfecho, es superado pronto, dando paso a un vivo interés por los libros y los compañeros de juego. De la misma manera, cuando el deseo natural de sexo de una persona, es legítimamente satisfecho sobre la base de una autoorganización inteligente, no tarda en dar origen a un anhelo más profundo de Trascendencia.

Darío: ¿Dónde está entonces la disciplina real del Yoga Tántrico?

Néor: El problema no es renunciar a los deseos, sino insisto, conscientizarlos y *organizarlos inteligentemente* para la satisfacción y plenitud máximas de nuestra propia naturaleza. Y si nos situamos en la esfera de lo místico, le diré que uno coloca sus deseos ante Dios y, entonces, con la aprobación y santificación de Dios, procede a satisfacerlos en una actitud de auto-ofrenda a lo divino.

Darío: Y esta actitud de ofrenda ¿en qué cambia las cosas?

Néor: Dicha actitud de ofrenda provoca un refinamiento y una transformación espiritual creciente de la naturaleza de los propios deseos. Podemos hablar de una canalización constructiva de la libido, hacia los fines más elevados de la existencia.

Darío: La pasión del hombre es insaciable, y en ese sentido, se ha dicho que la mera satisfacción del impulso erótico es como beber agua salada, algo que nunca quita la sed.

Néor: Para calmar esa sed, conviene apoyar al Eros con un camino de sublimación ya que, sin alguna orientación espiritual de las propias emociones, el desasosiego del espíritu humano puede volverse terriblemente devastador.

Darío: ¡Un refinamiento creciente y sostenido! ¿A dónde piensa usted que nos conduce tal orientación?

Néor: Un refinamiento sostenido puede dar lugar a una verdadera actitud de “dar”, en vez de “ansiar”. Observe que cuando conocemos el verdadero objeto de nuestro amor, más allá de la apariencias, podemos encontrarlo en todos los seres y en nosotros mismos.

Darío: ¿Quiere esto decir que vale la sexualidad promiscua?

Néor: ¿Vale para usted?. Finalmente el sexo como otro cualquier tema de la vida, es en última instancia, lo que *significa* para cada cual. Para uno puede significar un vínculo de confianza e intimidad, y para otro puede ser una forma divertida de relajar la tensión, e incluso de quitarse años de encima. No me lleve a juicios de valor porque no voy a entrar a ese trapo. Lo que sí afirmo es que el amor con mayúsculas es un estado de conciencia que no depende de las características del objeto amado, sino del nivel de conciencia del Sujeto, ya que cuando Éste profundiza y se serena en el centro del Sí Mismo, se auto-experimenta como todo-amor y bienaventuranza.

Darío: Y ¿por qué entonces tendemos a entendemos de manera especial, tanto en la vida como en la cama, con una persona determinada, y no con todas?

Néor: Porque aunque usted ES todos los seres, ES el universo mismo, por el contrario, su Ego ó naturaleza biológica, emocional e intelectual, requiere de afinidades basadas en su correspondiente programa mental. Usted *es* Todo, pero *tiene* parte.

Darío: El refinamiento de los deseos naturales que usted menciona, me recuerda que los valores de la sociedad del siglo XXI están siendo orientados, del polo masculino

patriarcal, al polo femenino natural. Pregunto: ¿Qué valores pueden considerarse femeninos?

Yoguina: El amor, el afecto, las relaciones humanas verdaderas, el contacto con la naturaleza y la vida. Son asimismo femeninas, la música, la danza, la poesía, la literatura. Sin embargo los valores femeninos más verdaderos, los más profundos, son aquellos que trascienden lo racional que se hunden en lo irracional, palabra que asusta al mundo lineal y cientifista de los finales del Sistema.

Darío: Muchos varones sienten miedo ante esta feminización progresiva de la energía emergente.

Néor: Observe que el hecho de desarrollar los aspectos femeninos en el hombre, no implica desvirilizarlo, sino que muy al contrario, le aporta una visión nueva de sus propios valores, liberándolo de la represión de sentimientos, programada por los viejos modelos.

Darío: Perdona que descienda el tono, pero tras la silenciosa ingravidez del alto vuelo del águila, suelo escuchar el aullido de los lobos, sobre todo cuando leo los anuncios eróticos de los periódicos de las grandes ciudades del primer mundo. ¿Qué me dice de la prostitución? Me gustaría oír su reflexión al efecto.

La prostitución

Néor: La prostitución nos remite a la energía instintiva de sexualidad, aliviada de compromisos emocionales futuros, pero a su vez, reducida y mutilada de sensibilidad afectiva.

Darío: Una experiencia placentera simplemente a nivel físico.

Néor: En los varones es una especie de “masturbación vaginal” que encarna en una experiencia que, en muchos casos, si no hay programaciones de culpa ó rechazo, puede incluso aliviar a una parte neurótica ó reprimida del *homo culturalis*.

Darío: ¿Piensa usted que existe mucha gente en nuestra sociedad económica que blinde sus miedos más íntimos en normas morales y deberes de imagen social?

Néor: Sobre todo cuando Apolo ó mundo del deber moral, es víctima del miedo a lo irracional y se blinda de Dionisio ó mundo del placer, generando morbo y represión.

Darío: ¿Qué tiene que ver Apolo y Dionisio con la represión?

Néor: Como sabe, Apolo representa el deber, la norma que hay que cumplir, una cierta forma de voluntad e inteligencia, una voz social que pide coherencia, control y responsabilidad. Y Dionisio representa lo que apetece, lo placentero, la sensualidad y el

goce de los sentidos, que en este supuesto social mencionado de tipo patriarcal, hace de *sombra* por expresarse, en muchos casos, como clandestinos y reprimidos. ¿Cuál es la tipología del cliente de prostitución por excelencia?

Darío: Pues no sé, tal vez una mayoría son clientes de -alguna vez en la vida-. Pero me pregunto si existirá un tipo más frecuente. ¿Qué piensa usted?

Néor: Pienso que hay muchas personas que salen despedidas de sus vínculos conyugales y que por causa del divorcio e incluso de la propia soledad, ejercitan una sexualidad que les proteja de enredos y compromisos futuros. Son personas que tal vez se sienten cansadas de tener que gustar y seducir en una fugaz noche que regale placeres deseados y, a veces, sentidos como vergonzosos. Personas que se protegen ante emociones que recuerden el enamoramiento pasado, un enamoramiento que, en muchos casos temen repetir y volver a sufrir *perdiendo la cabeza*. Seres humanos que han superado los reflejos culturales de una sexualidad culpable, hombres y mujeres masculinizadas que se quieren dar homenajes pensando que no tienen un cuerpo atractivo, ó una mente habilidosa para ligar, olvidando que el mayor atractivo de un ser humano es su propia calidad interior. Le recuerdo que una mente puede ser muy erótica.

Darío: De acuerdo, es un perfil general, pero ¿Qué tipologías humanas son más proclives a esta demanda?

Néor: Los seres humanos que son tiranizados por la parte utilitarista de sus mentes, seres reprimidos por la amenaza de las normas “obligadas” que vienen del exterior. Las personas que viven víctimas del temor a la pérdida del control. Aquellos que se muestran obedientes a los dictados de una doble moral, y en definitiva, cuanto más linealmente racionalista sea el perfil, por ejemplo de un varón, más distancia construirá “contra” el femenino que pasa por la calle, que habla de emociones, que rompe pequeñas reglas... y más difícil le será gestionarse una sexualidad integral.

Darío: Observo entre líneas un amplio menú de blindajes ante la fuerza renovadora de lo inconsciente.

Néor: Blindajes en etapas y ciclos en los que adoptamos al personaje de ejecutivo estresado y quemado, de marido ó esposa aburrada y atada, de clérigo tristemente comprimido, de funcionario domesticado por la seguridad, de predicador visionario y, de ese hombre y esa mujer que prisioneros del aislamiento asfáltico, se sienten heridos por una soledad patológica, por una sensación de marginación que les impide conectar habitualmente con la parte “supra-racional” de sí mismos. Y en este sentido, una de las funciones sociales que milenariamente ha cumplido la prostitución, en su vertiente más sanadora, consiste en desatascar partes inconscientes en la corriente de renovación del Sí mismo. Recordemos que en pasadas civilizaciones, la prostituta se alojaba en los templos y cumplía su función social de abrazar al peregrino en nombre de la vida.

Darío: ¿Entonces?

Néor: Deje de buscar una condena o un permiso ético para el ejercicio del sexo en cualquiera de sus manifestaciones, y observe cómo lo aborda y entiende usted mismo.

Observe cómo lo enfoca y lo experimenta, y ahí estará la clave de su paz interior. Una sociedad represora de la Sombra y horrorizada por la misma, será la que condene a la oscuridad de lo prohibido, todas aquellas pulsiones primarias e instintivas que serán tarde ó temprano, convertidas en “morbo” y, que el propio “homo mercantil” las padecerá, ignorando como canalizar y liberar.

Darío: ¿Quiere esto decir que la prostitución tanto masculina como femenina, existirá siempre por evolucionada que sea esta sociedad?

Néor: El problema de la prostitución tal y como nuestra civilización lo maneja no está en si ésta cumple una función correcta o no, sino en las mafias y crueles manipulaciones que sufren muchas mujeres por parte de determinados intereses económicos. ¡Atención a la escasa libertad de muchas mujeres que se prostituyen obligadas, sin el concurso de su propia voluntad!

Darío: En eso estamos todos de acuerdo.

Néor: A partir de ello, y siguiendo con el tema del sexo en sí mismo, es evidente que la prostitución femenina ha sido y es más frecuente, precisamente porque se trata del ejercicio de un tipo de sexo, que conlleva inhibición del afecto y de aquellas afinidades emocionales, intelectuales y espirituales que se encuentran mas allá del plano físico. Cuando la mujer se masculiniza y se anula como ente afectivo y sensible, tiende a sentir un “calambre sexual” ante un simple cuerpo, un cuerpo que en su mente virtual, le recordará que puede ser fábrica de sensaciones epidérmicas y genitales. Es decir, se sentirá proclive a practicar “el sexo por el sexo” ó sexo sin corazón. En ese sentido el varón separa con mas facilidad su sexualidad, de los aspectos sensibles del espíritu, precisamente porque la sexualidad pornográfica, basada en la memoria, es una actividad adictiva, típica del Hemisferio izquierdo de cerebro, ó hemisferio cerebral masculino.

Darío: La pornografía mueve muchos miles de millones en el mundo ¿podemos considerarla como algo reprochable?

Néor: Cada persona desea aquello que siente le da vida, ó que en alguna medida, tiende a satisfacerle. Cuando una mente está instalada en el modelo “digital”, en el que no se *crea realidad*, sino que se recuerda y fotocopia, es decir, un modelo mental en el que no se improvisa, sino que tan sólo se controla por causa del miedo a vivir el momento presente y lo que éste depare, sucede que se vive de recuerdos y proyecciones de los archivos de la propia TV craneal. Y atención, todos hemos probado alguna vez la propuesta adictiva de la pornografía; una propuesta que en determinadas patologías encuentra se utiliza como la heroína ó el chocolate. El Aquí-Ahora de los grandes sabios, basado en la confianza en la vida y, en patrones psicológicos de abundancia universal, suele demandar una sexualidad más rica en improvisación y *descubrimiento*.

Darío: Entonces ¿el uso de la prostitución es para siempre?

Néor: Mientras no se supere el miedo, simplemente desarrollando la afectividad y el amor, habrá atajos y auto-reducciones. Evolución, en cierta medida equivale a integración de la totalidad. Los nuevos hombres y mujeres que opten por la renovación

de su *totalidad psíquica*, tomarán contacto con las fuerzas sombrías que gravitan en su inconsciente. Y en este sentido, los amantes instalados en la voluntad de aprender el arte de amar y, el desarrollo de los valores de “Lo Otro”, avanzarán por un camino de crecimiento y autosuperación. Y en este sentido, me estoy refiriendo al refinamiento paulatino de los instintos.

Darío: En realidad ¿dónde están las fronteras de lo que llamamos prostitución?

Néor: ¿Cree usted que el hecho de prostituirse sólo es experimentable cuando se paga dinero a alguien por sus servicios genitales? ¿Piensa que todas las experiencias sexuales que los hombres y mujeres viven dentro de la “ley” y el orden establecidos de la sociedad de cada día, son plenamente “gratuitas” y estrictamente amorosas? ¿Se ha prostituido usted alguna vez, a través de la negación de sus valores, aunque no recibiese dinero por la experiencia? O ¿Ha manipulado usted a su futura pareja, hacia una experiencia sexual, seduciendo, invitando, y prometiendo, sin que mediase una transacción económica en billetes de banco? ¿Dónde cree que empieza y acaba la prostitución? Mientras practicaba el sexo con su pareja ¿se ha recreado, imaginando alguna vez que lo estaba haciendo con otra persona distinta? ¿qué piensa usted que dicha virtualidad? ¿Es usted “inmaculado” siempre que folla?

Darío: Me llega dentro su claridad... Entonces ¿cuál es su posición al respecto?

Néor: Contestando más concretamente a su pregunta, le diré que hay muchos caminos para bañarse en los niveles profundos y proceder a activar el Eros vital y renovador. Pero si una sociedad en ascenso, todavía no ha aprendido a orientarse en el equilibrio de fuerzas polares, canalizará una gran Sombra que se expresará a través de un consumo masivo de drogas y prostitución, que es lo que en realidad sucede en la sociedad en la que usted vive.

Darío: ¿Quiénes no consumen dichas experiencias?

Néor: Es mejor que hablemos en qué etapas se suele conectar con dichas experiencias, mas que de tipologías personales. De todas formas, le provocaré a la reflexión: ¿Qué me dice del poeta, del enamorado o del que ha renunciado al estado de necesidad, evolucionando en la serena Vacuidad? ¿qué me dice del loco, del despistado, del que ya no busca? ¿qué puede decirse del que está despertando del programa egoico del Sistema y trabaja internamente en el descondicionamiento del miedo y la memoria? ¿qué puede decirse de la persona, cuya etapa de vida le permite vivir las relaciones desde la lealtad, el compromiso y el proyecto compartido de aventurarse en el acceso a un nivel superior de consciencia? ¿qué piensa del padre y la madre integrados y cómplices que se recrean en la pertenencia y una voluntariosa co-independencia? ¿y del ser humano maduro integralmente, es decir sano y sabio?

Darío: Que tal vez la capacidad de ejercer una buena sexualidad, me refiero a una sexualidad *completa*, depende del desarrollo y circunstancias internas, del sujeto consigo mismo.

Néor: Si las personas que tienen una relación sexual, no sienten amor ni respeto recíproco y, sólo se hallan arrastradas por los impulsos instintivos, la sexualidad probablemente intensificará sus sentimientos de separación y alienación. Sin embargo, si la unión sexual se produce entre dos personas emocionalmente maduras, que no sólo tienen una buena compatibilidad biológica, sino también una profunda resonancia emocional y mental, el hecho de -hacer el amor-, puede tener como resultado una profunda experiencia espiritual. Pienso que es importante elevar la frecuencia vibratoria del sexo que, a veces, tan sólo es considerado desde la perspectiva biológica y endórfica, y contemplarlo también desde una dimensión “numinosa” basada en la trascendencia. Recuerde que -hacer el amor- con una pareja compatible, puede ser un acontecimiento profundamente espiritual, y en ocasiones, puede incluso llegar a ser el desencadenante de un proceso duradero de evolución de la consciencia.

Darío: Me parece que estamos hablando de otro nivel vibratorio que el de las mencionadas prostitutas, ¿no le parece?

Néor: ¡Cuidado con las gradaciones supuestamente morales! Pienso que merece la pena aceptar con profundo respeto la humanidad de esos hombres y mujeres que ejercen la prostitución. Prostitutas, muchas de ellas madres incondicionales, ante las que incluso hay que reconocer el trabajo de “enfermería social” que, muchas veces, realizan. Trate de aceptar y comprender, más que condenar y marginar, a esos seres hombres y mujeres, a los que proyectamos en mundos oscuros y desasistidos de la debida protección y respeto.

Yoguina: Les relataré un cuento de Sabiduría Milenaria que tal vez resuene con los mundos íntimos de la represión:

CRUZANDO EL RÍO. *Un anciano maestro Zen y dos discípulos caminan en silencio a lo largo de un sendero de la vasta y milenaria llanura oriental. De pronto, llegan a un riachuelo. Sentada en una orilla se halla una hermosa muchacha que observa sonriente como se acercan los tres caminantes.*

No hay que estar ciego para reconocer el atractivo que la joven ejerce en los dos discípulos que, en seguida, se percatan de la alegría que refleja su rostro y la radiante energía de su cuerpo.

"¿Quién de los dos jóvenes me tomaría para ayudarme a cruzar el río?" pregunta ella con fresca y cierta provocación.

Los dos discípulos se miran entre sí, y a continuación dirigen un gesto interrogante al maestro.

Éste, mira con profundidad a cada uno de ellos, y no desvela palabra ni gesto alguno.

Tras un largo y tenso minuto de contradicción y duda, uno de los discípulos avanza y tomando en los brazos a la muchacha, cruza el río entre caricias y pequeñas risas.

Al llegar a la otra orilla, ella le da un cálido beso y se despide con ardor. Al momento, el joven da media vuelta y se reintegra sonriente al grupo.

El rostro del otro discípulo que ha permanecido junto al sabio se muestra turbado, no cesando de proyectar interrogadoras miradas al impassible y silencioso anciano, que ecuanímente calla y tan sólo observa.

Pasan las horas mientras el grupo avanza silencioso por entre montañas y valles, pero la mente y el corazón del discípulo que no ha cruzado el río, siguen enganchados y obsesionados por aquel acontecimiento del pasado. Al parecer, no se siente capaz de romper su voto de silencio, como tampoco de liberarse del deseo y del recuerdo que lo encadena.

Al anochecer, sus movimientos no parecen habituales, ya que se quema con el fuego que enciende, derrama el té de su cuenco y, además, tropieza con torpeza junto a la raíz de un árbol.

Tras cada error y desatención, su mirada siempre encuentra el rostro impassible e impertérrito del anciano que le observa sin juicios ni palabras.

De pronto, la tensión llega a ser tan atormentadora que rompiendo un silencio de semanas, interpela al maestro diciendo furioso:

"¿Por qué no has reprendido a mi hermano que rompiendo las reglas de la sagrada sobriedad, ha excitado el fuego de su sensualidad con la muchacha del río? ¿Por qué? ¿Por qué no le has dicho nada? ¡No me digas que la respuesta está en mi interior porque ya ni oigo ni veo nada con claridad. Necesito entender! Dame una respuesta", suplica iracundo.

El anciano mirándole con una extraña mezcla de rigor y benevolencia, responde con serenidad y contundencia:

"Tu hermano tomó a la mujer en una orilla y la dejó en la otra. Mientras que tu tomaste a la mujer en una orilla y todavía NO LA HAS DEJADO".

José María Doria