



AMOR Y SEXO DE ORIENTE

Relación tántrica

A diferencia de Occidente, donde la relación hombre-mujer se dirige al placer, en Oriente, ésta puede tener un contenido más espiritual. De sus propuestas, la más comentada -pero menos conocida- es el tantra, que en sánscrito quiere decir urdimbre, tejido, conjunto de conocimientos.

Por: Psicólogo Sexólogo Silvestre Faya
Foto: Nancy López Estrada

La mujer en Oriente juega un papel social menor, se le ubica dentro de limitadas dimensiones; mas en lo religioso, su papel puede ser equiparado al de la expresión femenina de Dios. ¿Cómo ocurre esto? En la noche de los tiempos surge el concepto de Dios y la angustia del hombre de ponerse en contacto con Él. Entonces, la divinidad se limitaba a los elementos naturales -trueno, rayos, sol, viento- pero luego surgieron doctrinas religiosas que ofrecieron diferentes métodos para alcanzar la unión con lo divino.

Uno de estos métodos es el tantrismo, cuyas ideas funda-

nados chacras, que se ubican dentro del ser humano de manera sutil, no apreciables por el ojo humano, sino por la visión interior.

MAITHUNA

El ritual del *maithuna* consta de:

- Ambientación del lugar. Deberá elegirse una habitación amplia, bien ventilada, iluminada con una luz violeta y temperatura agradable. Se pondrán flores rojas y una charola con carne y pescados cocidos, pan de trigo, maíz, arroz cocido y semillas de cardamomo enteras; dos copas, una botella de vino y dos velas.

El tantra no pretende convertir al hombre en un súper amante sexual, sino que busca llevarlo a un nivel superior de conciencia

mentales proponen a la relación sexual entre varón y mujer (práctica denominada *maithuna*) como un puente para alcanzar estados de éxtasis místico y expansión de la conciencia. Estas ideas surgieron primero en la India y fueron incluyéndose en filosofías y religiones orientales hasta llegar a Occidente, donde han logrado muchos seguidores.

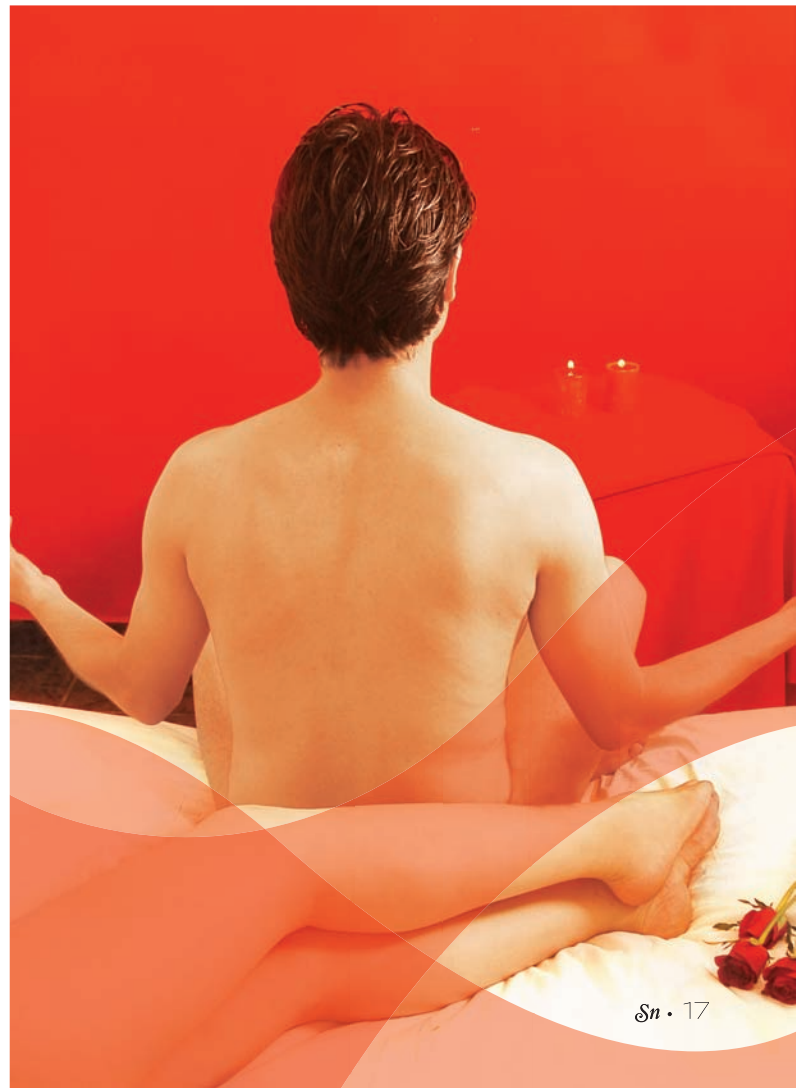
En el tantra, la sexualidad va acompañada de un ritual que entre otras cosas exige al varón no eyacular y mantener la erección por tiempo prolongado. Un grupo de ejercicios previos al encuentro, capacita a la pareja para alcanzar esas metas sexuales que pretenden despertar profundas energías internas de ambos. Estas energías son la manifestación de centros denomi-

- Fragancias. Son para estimular el chakra del olfato. Se recomienda: jazmín para las manos, pachulí para las mejillas y los senos, almizcle para los genitales, nardo para los cabellos, sándalo para los muslos y azafrán para los pies.

- Los cinco objetos rituales. Se les reconoce con los nombres de *madya* (vino) que simboliza el fuego; *mamsa* (carne), representa el elemento aire; *matsya* (pescado), el elemento agua; *mudra* (cereal, maíz, arroz), el elemento tierra; y *maithuna* (unión sexual) como el éter que es la raíz del mundo visible.

PASO A PASO

1- Preparación de los consortes. Deberán tomar un baño y aplicarse alguna de las





fragancias, y cubrirán sus cuerpos con una túnica color rojo o naranja.

2- Ingreso a la habitación. El varón enciende las velas, se sienta frente a la mesa en posición de meditación. Inhalará lentamente contando hasta siete y exhalará de la misma forma, repitiendo el ciclo doce veces. Posteriormente, hará la misma respiración concentrándose en el chacra ubicado en la raíz de los genitales y estimulándolo contrayendo el músculo del ano, imaginando que una energía fluye de esa parte hasta su cabeza. Luego de otros 12 ciclos, llamará a su pareja a la habitación.

3- Sentados a la mesa. Mediante el vino se hará la purificación de los cuerpos. Recibi-

El sexo tántrico es la unión entre la expresión masculina y femenina de Dios, y no únicamente mantener una erección

rá su aroma primero el varón y luego la mujer presentándolo a la fosa nasal izquierda y luego a la derecha. Enseguida se llenarán las copas y se beberá su contenido dos veces, luego se comerán los alimentos y finalmente se mirarán y abrirán las semillas de cardamomo, que representan a la unidad que ellos harán realidad.

4- Sobre el lecho. La mujer se sentará desnuda al borde de la cama. El hombre, de frente a ella, le acercará la luz violeta a sus partes íntimas, concibiéndola como su contraparte en el mundo. La mujer, en reciprocidad, hará lo mismo con su compañero.

5- Posición del maithuna. El hombre se despojará de su túnica y ambos se recostarán frente a frente, haciendo coincidir su respiración, mirándose a los ojos. Luego la mujer se recostará sobre su espalda y doblará sus piernas llevándolas a su pecho. El hombre colocará su órgano sexual cerca del de ella, pero permaneciendo sobre su costado izquierdo. Después, la mujer bajará las piernas y el hombre podrá

introducir su pene dejándolo en esta posición durante 32 minutos, procurando no eyacular pues, de hacerlo, se interrumpe el ritual.

En caso de experimentar la sensación de eyacular, el hombre debe contraer y relajar el ano imaginando que la energía sube hasta su cabeza. Aproximadamente al minuto 22, es frecuente que la pareja experimente una contracción orgásmica en todo el cuerpo. Dicha sensación no se parece a nada que se halla experimentado antes.

Esta vivencia puede durar varias horas, transportando a la pareja a nuevas y elevadas dimensiones de conciencia. Se afirma que el abrazo del *maithuna* puede durar hasta ocho



horas. Una vez concluido, los consortes se agradecerán mutuamente, para entregarse al sueño profundo.

AQUÍ Y AHORA

El tantra no pretende convertir al hombre en un súper a-

mante sexual, sino que busca llevarlo a un nivel superior de conciencia y liberarlo de la ignorancia de las leyes que rigen el Universo. El sexo tántrico es la unión entre la expresión masculina y femenina de Dios, y no únicamente mantener una erección o provocar múl-

tiples orgasmos a su pareja. El simplismo occidental ha manchado esta propuesta convirtiéndola en un espectáculo barato dentro del aparador erótico.

El beneficio que un occidental puede obtener de estos conocimientos está en recono-

cer que para Oriente, el sexo y la divinidad van de la mano. Por eso, el concepto morboso de la sexualidad no es común en esas tierras, sino que la expresión sexual es vista como un camino hacia Dios. §

Correo-e: sexologosilvestrefaya@hotmail.com