

TANTRA
A ARTE DO AMOR CONSCIENTE



“O casal” do livro o Matrimônio Perfeito

João Enrique Simão Costa

ÍNDICE

Introdução	3
O FOGO SEXUAL: <i>Kundalini</i>	4
<i>SUSHUMNA</i>	5
<i>IDÁ</i>	6
<i>PINGALÁ</i>	6
O CADUCEU DE MERCÚRIO	6
OS CHAKRAS E O ASCENSO DA <i>KUNDALINI</i>	8
CLASSES DE TANTRISMO	11
Fundamentos Científicos da Transmutação Sexual	14
O Taoísmo Tântrico	20
A Prática	27
CONCLUSÃO	29
Recomendações finais	29
BIBLIOGRAFIA	30

INTRODUÇÃO

Revistas e jornais descrevem o tantra simplesmente como uma técnica de sexo e, algumas vezes, como pretexto para orgias.

Decidi, então, falar sobre ele da maneira como me foi apresentado no Movimento Gnóstico.

Segundo a literatura esotérica, a técnica era passada de lábios a ouvidos com o propósito do *religare*, e não simplesmente o do prazer.

O tantra, também conhecido como *Sahaja Maithuna*, Grande Arcano AZF, ou a Nona Esfera, promove o prazer, a cura, a felicidade, unicidade com seu parceiro e, o mais importante, transforma-nos em verdadeiros HOMENS.

Se uma pessoa vai fazer mau uso do ensinamento que está recebendo, a lei o agarra mais adiante e o transforma em nada.

O Gênesis disse "*Crescei e multiplicai-vos*". "Crescei" significa transmutar e sublimar a energia sexual para CRESCER ESPIRITUALMENTE; "multiplicai-vos" refere-se à reprodução da espécie humana.

Existem duas classes de filhos mencionados pela Bíblia: os filhos de Deus e os filhos dos homens. São filhos de Deus aqueles que resultam da prática do Arcano, quando não há derrame do sêmen. São filhos dos homens aqueles que resultam do gozo passional com derrame do sêmen.

O sexo pode liberar ou escravizar o homem. Ninguém pode chegar a ser íntegro, ninguém pode realizar-se à fundo sem a força sexual. O sexo é o poder da alma. O ser humano íntegro é alcançado pela fusão absoluta dos pólos masculino e feminino da alma. A força sexual se desenvolve, evolui e progride em sete níveis (os sete níveis da alma). No mundo físico, o sexo é uma força cega de mútua atração; no astral, a atração sexual se fundamenta na afinidade dos tipos, segundo suas polaridades e essências. No mental, a atração sexual se realiza sobre a base da vontade consciente. É precisamente, a plena unificação da alma.

Quando homem e mulher estão unidos sexualmente para a prática do Arcano, é dito que estes recebem a ajuda de um ser maior. Juntos, eles passarão por muitas provas iniciáticas no mundo físico e nos mundos internos, passarão e ascenderão no caminho de evolução.

O FOGO SEXUAL: *Kundalini*

O QUE É KUNDALINI? A palavra sânscrita tem sido traduzida de várias maneiras:

KUND: significa "queimar" - este é o significado essencial pois a Kundalini é fogo em seu sentido de abrasamento.

KUNDA: significa "orifício ou cavidade" - isso nos dá uma idéia do recipiente onde o fogo arde.

KUNDALA: significa "bobina espiral ou anel" - temos aqui uma noção do modo pelo qual o fogo atua e se desenvolve.

KUNDALINI: importante energia correlacionada a evolução humana, encontrando-se na região sacra da coluna vertebral.

A palavra *Kundalini* originou-se de todos esses derivados, que atribuem uma feminilidade criativa do fogo, O Fogo Serpentino, como algumas vezes é chamado, o poder criativo feminino que está adormecido dentro de uma cavidade, dentro de um útero, despertando para o movimento rítmico da impetuosa subida e para emissão de torrentes de fogo. Significa o aspecto feminino da força criativa da evolução, que jaz adormecida em sua potencialidade específica e muito particular, como que em posição fetal em um útero, na base da espinha dorsal humana. O poder de controle surge quando as regiões mais elevadas do caminho evolutivo estão sendo atingidas, regiões ainda imperceptíveis aos olhos da grande maioria da humanidade.

A *Kundalini* encontra-se onde os três *nadis* (*Idá, Pingalá e Sushumna*) se unem, simbolizando uma serpente enroscada dentro do *chakra Muladhara*; essa força energética deve ascender através dos *nadis Sushumna, Idá e Pingalá*, passando por todos os *Chakras*, reavivando-os, até alcançar o *chakra Sahasrara*, no alto da cabeça. Assim, o indivíduo alcançaria a meta suprema da iluminação.

Os *Nadis* são canais invisíveis para o fluxo de força psíquicas.

Os *nadis IDÁ E PINGALÁ* são UNIVERSAIS (representados no "Caduceu de Mercúrio" como sendo a vara central, a coluna vertebral) e seu conhecimento é fundamental para todos aqueles que verdadeiramente busquem o seu REAL SER, o

SEU PAI QUE MORA EM SECRETO e anele verdadeiramente encarnar a sua Divina Mãe Isis.



SUSHUMNA

Também conhecido como canal de fogo ou *Sarasvati*, um dos rios sagrados da Índia, *Sushumna* assemelha-se a um dos principais meridianos da acupuntura, ao meridiano Vaso Governador que se ergue na extremidade do cóccix, percorrendo a parte central das costas, passando pela parte posterior da cabeça e terminando no lábio superior. Para os hindus, *Sushumna* faz seu caminho do vértice passando pelo interior da medula terminando por atingir a região sacra. O próprio *Sushumna* tem uma natureza trina, contendo forças mais sutis dispostas umas dentro das outras, sendo a mais interior delas, *chitrini*, de onde partem pedúnculos ou ramos que atravessam o corpo humano e vão terminar na parte anterior do corpo, abrindo-se em forma de rosáceas e formando os *chakras* (*Chakra* é uma palavra sânscrita que significa "roda" também denominado "vórtice" não-fisiológicos ou anatômicos do corpo humano). Os *chakras* também são chamados "Centros de Força" pelos ocidentais, por serem responsáveis pela transformação e adaptação da energia aos órgãos e tecidos do corpo físico. Essa corrente é harmonizadora por natureza. Ainda em seu aspecto trino, a seguir de *chitrini*, vem *vajra*, cuja natureza é ativada e vigorosa. E, por fim, o canal externo *Sushumna*, cuja tendência natural é voltada para a inércia e inatividade.

IDÁ

Também conhecido por *chandra*, a lua, ou o rio Ganges. Partindo da narina esquerda este *nadi* percorre as regiões cervical, dorsal e lombar do corpo humano, paralelamente à coluna vertebral, até unir-se a *Sushumna*, na região sacra.

PINGALÁ

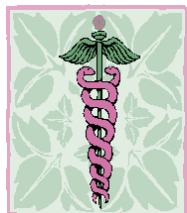
Também conhecido como *surya*, o sol ou o rio Yamuna, *Pingalá* parte da narina direita, percorre o mesmo caminho de *Idá* paralelamente à coluna vertebral, até unir-se a *Sushumna* na região sacra.

Algumas autoridades no assunto declaram que os dois *nadis*, *Idá* e *Pingalá*, formam um padrão que envolve os *chakras*. Outros, porém, dizem que os *chakras* emergem das junções onde *Idá* e *Pingalá* atravessam o *Sushumna*. Segundo registros, o *Idá*, à esquerda, e o *Pingalá*, à direita, enroscam-se em *Sushumna* como as duas serpentes se enroscam no Caduceu.

A farmacologia utiliza esse símbolo como fruto da inteligência. Conceitua-se que Jesus serve-se desse símbolo quando reporta aos seus discípulos: "*Sede inteligentes como as serpentes*"... .. *Assim como Moisés, no deserto, ergueu às alturas a serpente, assim deve também o filho do homem ser erguido às alturas*".

Podemos dizer que, à uma mente não preparada, existe a procriação animal, inspirada pela libido animal intelectualizada. Tal inteligência, baseada nos sentidos, torna-se incapaz de elevar-se por si mesma acima do mundo material, sendo apenas sublimada pela razão espiritual em sua total integração para com ela, pois enquanto a inteligência não se separar dos sentidos materiais, a *Kundalini* continuará rastejante, isto é adormecida, pois só ascende de acordo com os méritos do coração .

O CADUCEU DE MERCÚRIO



O Caduceu de Mercúrio simboliza a medula espinhal com suas serpentes que indicam os canais de *Idá e Pingalá*, pelos quais ascendem os átomos solares e lunares até o cérebro. Estes são os sustentidos e os bemóis do GRANDE FÁ que ressoa em todo o criado.

A ÁRVORE bíblica DA VIDA, ou o *MERURANDA Indostão* não constituem outra coisa que a maravilhosa COLUNA VERTEBRAL, que é o eixo, é o corpo "*aquilo que o Monte MERU é para a Terra*". Por isso é que os Indostânicos deram o nome de *MERURANDA* para a coluna vertebral.

Esta é formada por trinta e três vértebras, distribuídas em cinco regiões: a)Região Cervical, b)Região Dorsal, c)Região Lombar, d)Região Sacra e e)Região Coccígea.

A medula espinhal não é somente um conduto nervoso entre as periferias e os diferentes centros sensitivos. É também um centro independente de um grupo de centros que se encontram em relação íntima com um grupo de *CHAKRAS*.

O sistema nervoso simpático e o parassimpático formam uma cadeia de gânglios, ou agrupamentos de nervos, que envolvem a medula espinhal e constituem um sistema complexo que fornece os respectivos impulsos nervosos aos diferentes órgãos, tais como o coração, pulmão, intestinos, rins, etc., exercendo controle sobre eles.

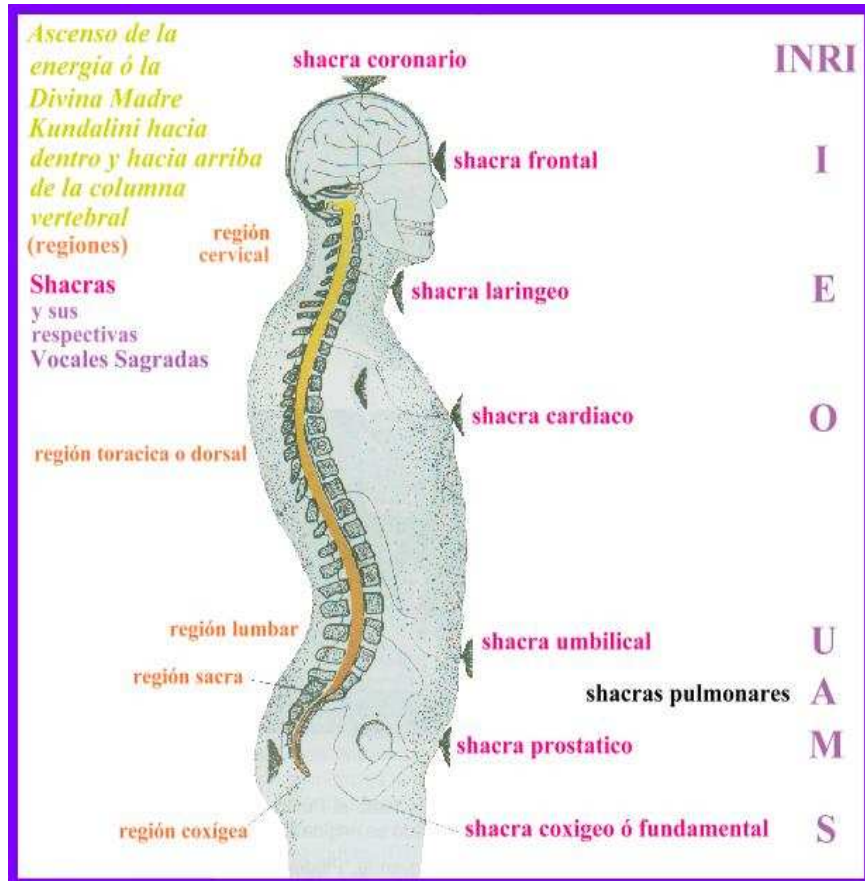
JOÃO, O GRANDE INICIADO CABALISTA, que escreveu o APOCALIPSE, no Capítulo XI, Versículo 1, fala simbolicamente da medula espinhal, ou Vara de Aarão, ou Báculo de Brahma, ou a vara sobre a qual MOISÉS levantou a sua serpente de bronze quando diz: "*deram-me um bastão parecido com vara, e me disseram: Levante-se e tire as medidas do Templo de Deus, do altar e dos que estão lá em adoração*".

Todos os grandes mestres da grande loja branca, SACERDOTES PARA SEMPRE, CONFORME A ORDEM DE MELQUISEDEC, levantaram a serpente sobre a vara de sua coluna vertebral e acenderam o *LABORATORIUM ORATORIUM*, na NONA ESFERA, no sexo, O FOGO SAGRADO DO ESPIRITO SANTO, encarnaram em SI MESMOS a divina e bendita madre *NUIT, ISIS, KUNDALINI, MARIA, REA, TONANTZIN*, etc.

A abundante produção de semente pelo organismo não pode ser evitada com fórmulas de fingidos pietismo, disciplina conventual e isolamento sexual. A transmutação sexual logra, com o exercício consciente da vontade, modificar, transmutar totalmente, transformar integralmente a semente humana, transmutando-a de matéria semi-sólida e semi-liquida, em energia. Todos os espermatozóides e pré-óvulos são completamente

transmutados de matéria protoplasmática em energia, energia essa que começa a circular pelo organismo através de seus canais respectivos.

OS CHAKRAS E O ASCENSO DA *KUNDALINI*



Tanto o homem, quanto a mulher, antes de iniciarem o ato sexual tântrico, devem estar devidamente conscientizados com relação à prática, e de comum acordo, decididos a evitar paixões eróticas descontroladas e a transformarem o fogo do amor em luz espiritual.

A sabedoria tântrica recomenda que, nos momentos iniciais, os parceiros se concentrem na afinidade e no amor que sentem um pelo outro, visualizando através da imaginação criadora, um quadro mental repleto de alegrias, ternuras e afetos em que suas almas e corpos unam-se deliciosamente.

O aposento onde a prática se realizará deve ser de aparência agradável, estar limpo, discretamente decorado e apresentar um sentimento estético equilibrado.

Talvez o mais importante seja manter os pensamentos de ternura mútua invocando-se discreta e silenciosamente a presença do Eterno Feminino que certamente conduz os enamorados a essa paz infinita.

O prelúdio amoroso é de vital importância para o bom desempenho do amor tântrico. As carícias preparatórias devem ser prolongadas e acompanhadas de inspiradas palavras de amor. Os gestos, suaves e tranquilos. O homem deve ser prodigamente carinhoso e aguardar com infinita paciência o início da conexão sexual.

É muito comum as mulheres reclamarem secretamente da falta de sensibilidade dos homens ao se precipitarem na penetração do falo antes que o *Yoni* feminino esteja devidamente lubrificado.

O homem que não conhece a arte do amor tântrico é geralmente bastante egoísta. Apenas se preocupa com a gratificação imediata dos seus sentidos. Normalmente não está interessado em saber o que sua companheira está sentindo. Não a olha nos olhos, não dialoga, não respeita seus ritmos e estados psicológicos nem sempre apropriados, e antecipa desastrosamente etapas posteriores do ato.

Muitas mulheres são cúmplices do egoísmo masculino já que se calam aproveitando a capacidade feminina de dissimular o prazer. Consentem quando, secretamente, repelem. Comodamente simulam as sensações para evitarem o confronto e chegam mesmo a se entregar-se apenas para o cumprimento do "dever conjugal".

Egoísmo exacerbado, cumplicidade, falsidade, hipocrisia e mentira definitivamente não combinam com o tantrismo branco.

O ato sexual tântrico deve ser uma sinfonia, música das esferas que liberte a alma e gratifique os sentidos mutuamente. Os parceiros compartilham todos os momentos da magia do prelúdio ao êxtase, numa simbiose de energias, sentimentos, pensamentos e aspirações.

Nas primeiras relações é normal que haja um certo grau de estresse, principalmente se o casal não utilizou o método Diana, mas à medida que vai adquirindo experiência e acumulando práticas bem sucedidas, ambos adquirem confiança em si mesmos e na prática em si.

É muito importante que ambos se tranquilizem e se ajudem mutuamente. Quando a confiança estiver estabelecida já não haverá mais regras. O amor se conduzirá por si mesmo e juntos percorrerão as mais belas e paradisíacas paisagens que ficarão marcadas para sempre em suas memórias.

Com o decorrer do tempo o casal tântrico se tornará bem experiente, o que levará a não pensar nem mesmo em autocontrole porque o fantasma do fracasso terá desaparecido. Obviamente isso não significa que haverá a perda da vigilância, porém a naturalidade e a espontaneidade estarão fluindo intensamente.

Quando isso ocorre, o casal poderá experimentar os momentos mais sublimes e a ralação se tornará uma verdadeira obra de arte, repleta de inspiração, criatividade e harmonia.

Nessas condições surge uma ótima oportunidade para que os parceiros realizem uma mútua magnetização de corpos fortalecendo-os notavelmente e adquirindo uma inigualável beleza. Quando o casal pratica o ato tântrico intensamente adquire um aspecto todo especial : o brilho dos olhos, pele e cabelos, seu estado de ânimo, seu tom de voz, etc.

Não seria possível desenvolver a arte do amor tântrico sem a compreensão dos fenômenos alquímicos da transmutação sexual.

Como mencionado anteriormente, o processo da transmutação sexual está intimamente relacionado com a energia eletrônica da Kundalini, de natureza totalmente sexual. É o poder do sexo, o fogo interior localizado na base da coluna vertebral, na região coccígea, onde se encontra o chakra¹ básico (Muladhara).

Essa força ígnea da Kundalini, para ser devidamente potencializada e despertada, exige a manifestação do amor na sua forma mais refinada através da união física sexual entre o homem e a mulher.

A meditação, os mantras, as asanas, disciplinas especiais, etc, podem avivar o fogo da Kundalini, mas para despertar essa energia de alta voltagem, essa serpente mágica dos poderes internos, só através da magia sexual praticada entre homem e mulher.

Antes de iniciarem a prática do *Sahaja Maithuna*, o Sadhaka e a Sadhaka eram submetidos a uma intensa preparação que incluía Kriyas, Mudras, Bandhas, Asanas, Pratyara, Dharana, Dhyana, etc.

O Yôga tântrico é uma síntese perfeita de todas as linhas do Yôga. Ele inclui o Hatha, Raja, Bhakty, Karma, Jnana, etc.

O Kama Kalpa hindú descreve as posturas sagradas para a prática do *Sahaja Maithuna* com vistas a facilitar a ascensão da serpente da Kundalini pela medula espinhal.

O segredo mais importante para se conseguir o despertar da Kundalini é a prática do Arcano AZF pois, nos dá a chave alquímica da transformação do chumbo em Ouro, da

transformação do fogo sexual em Luz. Essa transformação é endógena, ou seja, dentro do próprio corpo, dentro do laboratório humano. Para compreendermos esse fenômeno alquímico é preciso lembrar que a energia sexual é uma energia de grande volatilidade, sutil e de alta potencialidade. Ela tem seus canais específicos de circulação no organismo tanto na parte física quanto na parte vital. A parte física corresponde às glândulas endócrinas, à circulação sanguínea, sistema linfático, enfim, todo o metabolismo fisiológico. A parte vital corresponde aos canais sutis do corpo vital conhecidos por nadis já mencionado anteriormente.

CLASSES DE TANTRISMO

Existem três classes de Tantrismo. Apesar de serem bem diferentes com relação à suas metas e resultados, podem ser confundidas pelos estudantes inexperientes.

No Tantrismo Branco, através do *Sahaja Maithuna*, as energias são transmutadas, ou seja, toda a energia sexual que é simbolizada pelo fogo alquímico é transformada em luz interior com a finalidade de levantar a serpente da Kundalini. A ejaculação seminal é totalmente descartada.

No Tantrismo Negro há sempre a ejaculação do sêmen e como consequência a serpente da Kundalini baixa, projeta-se desde o cóccix para os infernos atômicos do homem, desenvolvendo-se a antítese da Kundalini, conhecida como Kundartiguador.

A ascensão da Kundalini desenvolve os *Chakras* superiores despertando os poderes divinos, enquanto que a projeção para baixo da serpente desenvolve os *Chakras* inferiores despertando os poderes sinistros do praticante.

No Tantrismo Cinza há uma alternância entre a não ejaculação e a ejaculação, não se dando importância a esse fato. Ele acaba na maioria das vezes se convertendo em Tantrismo Negro.

Se, por um lado, é imprescindível conhecer os aspectos esotéricos da Kundalini, a chave secreta da alquimia, o Grande Arcano AZF, que abre as portas dos Grandes Mistérios, não é menos importante tomar conhecimento das últimas pesquisas científicas sobre a transmutação sexual. Isso será benéfico aos praticantes e candidatos a praticantes, pois possibilitará a dissipação de muitas dúvidas, temores e fantasias na maioria das vezes resultado da falta de informação.

A transmutação sexual, a transformação das energias sexuais dentro do laboratório humano, tem fundamentos totalmente científicos e talvez eles não tenham sido amplamente divulgados e aceitos, devido à excentricidade de sua natureza, ou porque a maioria dos estudiosos não a experimentaram em si mesmos, ou porque a ciência oficial com seus dogmas e preconceitos ainda não se sensibilizou para perceber a importância desse fenômeno.

A verdade é que dia a dia um número maior de casais têm praticado a transmutação sexual com sucesso, assimilando benefícios que vão desde o aumento considerável do magnetismo, melhoria da saúde, aumento da satisfação sexual, rejuvenescimento, solução de conflitos conjugais, até o desenvolvimento de faculdades paranormais e obtenção de estados superiores de consciência.

Felizes os casais que conseguem compreender a prática e a filosofia do amor tântrico. com certeza eles estarão evitando muitas amarguras e decepções.

Evidentemente suas vidas não se transformarão do dia para a noite, principalmente quando as marcas do passado são profundas. Não é possível eliminar instantaneamente os hábitos e conceitos decorrentes de anos de educação sexual equivocada, as influências atávicas, a herança genética, etc.

Será necessário ter paciência infinita, muita perseverança, continuidade e vontade de ferro.

Seria ótimo aprendermos humildemente dos orientais a arte de esperar sem desesperar-se. Os taoístas chineses dizem que se gasta 20 anos para se aprender a amar, 20 anos para se aprender a lutar e mais 20 anos para adquirir a sabedoria.

No relacionamento sexual vulgar, a consumação do ato é conduzida por uma corrente passional involutiva que fecha as portas do mundo das mônadas, onde vibra intensamente o tatwa espiritual Anupadaka, e impede os parceiros de experimentarem o êxtase.

No *Sahaja Maithuna* praticado dentro dos preceitos do Tantrismo Branco, a harpa deliciosa do êxtase tântrico deve estremecer a alma do sadhaka e da sadhaka que se embriagam pelo vinho do amor, se adornam preciosamente com a túnica da espiritualidade transcendente, e se coroam com as flores da felicidade.

Nesses instantes mágicos prevalece a ternura, a alegria e de acordo com as tradições tântricas o *Sahaja Maithuna* terá êxito completo com a invocação de Kamadeva, Deus hindu do Amor e sua esposa Rati, a ternura.

Quando há suspeitas de alguma forma visível ou invisível no ambiente, antes da prática pode-se realizar alguma conjuração ou oração. Todavia não deve haver exageros para não se criar um clima desfavorável que possa quebrar os encantos da magia.

Talvez o aspecto mais importante com relação a essa prática sagrada é que não poderá haver progressos internos espirituais se não houver entre o casal uma mútua disposição para a transformação psicológica. Todos os avanços decorrentes do despertar da Kundalini dependem em maior ou menor grau do autodescobrimento dos elementos infra-humanos que se ocultam em nosso mundo inconsciente, subconsciente e infraconsciente.

Evidentemente não é muito agradável descobrir esse lado da nossa personalidade; por isso o autêntico alquimista deve ser revolucionário, buscar constantemente descobrir as causas dos seus traumas, medos, manias, complexos, fixações, etc. Jamais deve se acomodar.

À medida que o casal vai progredindo no relacionamento tântrico, se ambos estiverem envolvidos num compromisso de crescimento interior, é natural que começarão a se dedicar com afinco a essa alquimia psicológica, sem a qual não haverá suporte para que o relacionamento seja duradouro, a menos que se aceite, depois de passados os primeiros anos, uma convivência hipócrita que é a antítese dos preceitos tântricos.

Se não houver uma mútua disposição para o trabalho psicológico íntimo, a convivência dos parceiros é sem dúvida desgastante e comprometedora para a preservação do amor.

Se na alquimia sexual se exige arte e inspiração, na alquimia psicológica essas virtudes devem ser redobradas. As inevitáveis crises do relacionamento moderno, em que os parceiros se atropelam e se identificam com problemas, a maioria com certeza irrelevantes, se devem fundamentalmente ao equivocado modelo de casamento criado por uma moral falsamente cristã.

Quando há uma firme disposição de transformação psicológica, os parceiros não se prendem a conceitos pré-estabelecidos, eles vão muito além dos padrões de moralidade e imoralidade, simplesmente porque no trabalho alquímico atua apenas a amoralidade.

A queda das máscaras só é possível quando há um trabalho sério de alquimia psicológica.

Com o tempo, cada um sente o peso da sua máscara e chega o momento em que ela se torna insuportável, quase asfixiante, e sua retirada tem de ser espontânea, isenta de pressões de quem quer que seja. Nem mesmo de seu parceiro e muito menos de um instrutor, seja ele experiente ou não. Nada justifica a pressão psicológica.

A catarse é algo muito íntimo. As equivocadas tentativas de realizá-la sob o império do medo, das ameaças, insultos, escárnios e ridicularizações, têm causado seqüelas irreparáveis àqueles que buscam o caminho da Perfeição.

Não são poucos os casais que sofrem de terríveis ressentimentos, traumas incuráveis, vítimas de trabalhos psicológicos equivocados. O processo de liberação só é válido quando realizado pela livre e espontânea vontade individual, sem invasão do livre arbítrio, na ausência de toda repressão.

O casal tântrico deve exalar felicidade por todos os poros, não pode estar continuamente amargurado, acuado, deve transparecer a luz e a felicidade daqueles guerreiros que não se detêm ante os obstáculos, e que mesmo após os fracassos jamais perdem a fé solar em si próprios e na Sabedoria Divina.

FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS DA TRANSMUTAÇÃO SEXUAL

Praticando-se a alquimia sexual branca, o Kriya Shakty dos lemurianos, as glândulas sexuais permanecem sempre ativas e a juventude eterna pode ser conquistada. A morte não existe. Existe apenas o envelhecimento das células como consequência do atrofiamento das glândulas sexuais.

O grande segredo consiste em manter as glândulas sexuais ativas evitando sempre a perda de hormônios através do derrame do licor seminal.

Os hormônios depositados nas gônadas se deslocam de vaso em vaso através dos cordões espermáticos até chegar à próstata, sendo que esta é considerada um importante laboratório alquímico que prepara os hormônios para penetrarem na corrente sangüínea.

Com o aumento da temperatura dos órgãos reprodutores durante a cópula química, esses hormônios entram abundantemente na corrente sangüínea realizando verdadeiros prodígios. Eles percorrem todo o sistema glandular estimulando-o intensamente. Ao penetrarem nas glândulas tireóide, paratireóide, timo, pineal, pituitária, suprarenais, etc., provocam uma revolução biológica fazendo com que esses microlaboratórios produzam mais hormônios renovando completamente as células sangüíneas.

Quando se estabelece dentro do organismo um processo de multiplicação de hormônios, pode-se criar um sistema de imunidade fisiológica fantástico que protege o corpo contra todo tipo de doenças.

Por outro lado, quando há um desperdício sistemático de sêmen, provocando uma redução drástica de hormônios no organismo, observa-se uma perda da capacidade imunológica que abre a porta para as enfermidades em geral.

O coito ordinário acompanhado de descarga seminal deve ser analisado, pois ele ocasiona a perda de apreciável quantidade de energia vital bem como de valiosos constituintes do sangue tais como lecitina, colessterina, fosfatos, entre outros, que são de grande importância para as glândulas, tecidos nervosos, células cerebrais, etc.

É preciso dissociar a ejaculação do prazer sexual. Está provado que tanto o orgasmo masculino quanto o feminino debilitam o sistema nervoso central e afetam todo o metabolismo, sendo os principais responsáveis pela perda da juventude e envelhecimento precoce.

Milhões e milhões de dólares têm sido gastos em todas as partes do mundo em drogas e tratamentos de rejuvenescimento que somente adiam a inevitável decadência das células.

Os métodos tântricos de transmutação sexual possibilitam o acúmulo abundante de hormônios que atuam diretamente na causa do envelhecimento humano.

Há alguma coisa fora da Ordem Universal, quando, para fecundarmos um óvulo desperdiçamos seis milhões de espermatozoides !

É facilmente demonstrável que tanto o homem quanto a mulher demandam com frequência a união sexual não exclusivamente com fins de procriação, mas por razões afetivas e espirituais. Portanto não seria anormal, neste momento histórico de grandes desequilíbrios demográficos, recomendarmos a união sexual tântrica natural, sem finalidade de propagação da espécie, em favor do Amor e da Harmonia Universal.

A potência criadora é infinita e extraordinária, pois mesmo quando se transmuta a energia sexual, com o aproveitamento total dos espermatozoides, como estes são excessivamente voláteis, sempre é possível que um deles escape provocando a fecundação.

Os antigos textos hindus denominam os filhos nascidos nestas circunstâncias de "Filhos da Sabedoria". De fato esse espermatozoide é realmente especial por haver sido selecionado entre 6 milhões.

A idéia equivocada de que a união sexual sem a perda do licor seminal seja algo quase impossível ou contrária à natureza, carece de argumentação científica e é contraditada pelos exemplos abundantes de homens e mulheres que a realizam com excelentes resultados práticos.

Gozar do êxtase ininterrupto do intercâmbio magnético sexual é possível quando se adquire vontade e determinação para não se deixar levar pela ilusão do pseudo prazer do orgasmo.

As críticas mais freqüentes à união sexual tântrica geralmente provêm daqueles que a tentaram e, por debilidade, fracassaram. Esse fracasso normalmente ocorre por falta de informações corretas a respeito do processo de transmutação. Há que se distinguir claramente os dois métodos: no coito ordinário, não há controle da excitação sexual, o que cria muitas vezes situações incontroláveis. Os movimentos são rápidos, violentos e convulsivos. Neste método o propósito básico é a perda de energias como uma forma de escape e distensão. No ato tântrico, os movimentos são lentos porém firmes e fortes. Tem um caráter afetivo mais pronunciado e um ritmo tranqüilo que favorece a inibição da ejaculação. Neste método se produz um alegre intercâmbio de magnetismo que pode ser prolongado sem provocar tensões nem reações violentas, como as contrações orgásticas que sempre culminam em grandes perdas de energias.

Os mais eficazes divulgadores do amor tântrico são aqueles que o praticaram e experimentaram em si mesmos, no seu próprio laboratório alquímico, e constataram os imensos benefícios da renovação das energias e aumento da felicidade e prazer sexual.

Observem como o coito ordinário geralmente tem um final rápido e imprevisto, terminando em cansaço, desgosto e tédio. Esses estados mórbidos do post coitus são a causa de sentimentos de temor, ressentimentos, vergonha e muitas vezes asco e repugnância.

O desengano, a frustração e o desgosto freqüentemente ocasionam sentimento de culpa e aversão ao instrumento de prazer. Isso explica a vergonha dos órgãos sexuais.

Na remota Lemúria, enquanto reinavam a pureza e a inocência, enquanto o sexo era uma atividade sagrada, praticado em rituais celebrados dentro dos templos, os homens e as mulheres jamais sentiam vergonha dos seus órgãos sexuais pois eram instrumentos de felicidade, de amor e regozijo.

Com o advento da prática sexual involutiva proliferada pelas entidades tenebrosas luciféricas, eles passaram a ter vergonha de seus órgãos sexuais, pois estes deixaram de ser instrumentos de seu prazer e felicidade. Instintivamente sentiram a necessidade de escondê-los.

Uma grande quantidade de neuroses é ocasionada por esse quadro patológico do post coitum. Na seqüência vem o esfriamento, que provoca mais desengano, ódio, divórcio, psicanálise, etc.

O coito ordinário provoca a contração das vesículas seminais produzindo a ejaculação.

O conúbio sexual tântrico ativa as glândulas e deixa em repouso as vesículas seminais.

Dessa forma o fluido seminal é conservado.

Contrariando a sexologia moderna, o orgasmo ao invés de ser o ápice, a culminação da união sexual, é sua morte e seu maior desmancha-prazeres. Ele ocasiona uma gama de distúrbios inimagináveis. Afeta o sistema nervoso e predispõe o organismo a toda ordem de enfermidades físicas e psíquicas, devido ao organismo desvitalizado não conseguir resistir por muito tempo aos assédios morbosos. Evidentemente as pessoas dotadas de forte estrutura física resistem mais. Podem até pensar que não são prejudicadas pela descarga seminal, mas como o tempo é implacável, mais cedo ou mais tarde acabam sucumbindo.

O argumento preferido para criticar a magia sexual é a alegação infundada de que esta prática é nociva à saúde por produzir um acúmulo indesejado de sêmen nas vesículas seminais. Isso seria verdade se na prática da magia sexual houvesse repressão das energias. Se houvesse exclusivamente retenção do licor seminal.

Há três fenômenos que podem ocorrer numa união sexual:

Extravasamento das energias

Repressão das energias

Transmutação das energias

No extravasamento, as energias se perdem, o sêmen é deliberadamente expulso, com a convicção de que essa função é necessária e "saudável". Hoje em dia se cultua o orgasmo como sendo a fonte libertadora de todas as repressões.

Quanto à repressão, poderíamos relatar páginas inteiras da história universal que foram escritas, inspiradas nas atrocidades, fanatismos religiosos, maquiavelismos políticos, sadismos, etc., causados pela repressão sexual. Enclausuramentos desumanos e hipócritas, ascetas convictos equivocados por uma pseudo castidade, falsas ascetes, puritanismo vitoriano marcado por terríveis sentimentos de culpa.

Tanto o extravasamento quanto a repressão afastam o homem do seu Deus Interno, da paz eterna que está dentro de si mesmo. As causas de extravasamentos e repressões são encontradas no acidente fatídico da Lemúria, a saída do Éden interno, a queda sexual fatal, o início da vergonha, do medo e da culpabilidade.

Não pode haver alquimia profícua e verdadeira nesse quadro mórbido.

O terceiro fenômeno, a transmutação, significa transformação de uma substância grosseira em outra mais sutil, transformação do chumbo em ouro, e pode ser observado amiúde na natureza: as águas que se acumulam nos rios, lagos, mares, evaporam-se e transformam-se em nuvens que depois se transformam novamente em águas.

O ovo chocado pela galinha é outro exemplo interessante de transmutação alquímica. A galinha utilizando o seu potencial térmico transforma as substâncias orgânicas, oriundas do milho e rações, em grandes quantidades de cálcio concentradas na casca do ovo.

Durante o transe sexual tântrico, o fogo sexual do amor cria uma condição térmica especial que atua como catalisador, transmutando o sêmen em vapores seminais. Esse fato impede que haja acúmulo de sêmen nas vesículas seminais, contrariando as suposições dos leigos.

Do ponto de vista fisiológico, científico, convém ressaltar as pesquisas do Dr. John Dervey Kellog, complementadas pelo Dr. Guthrie, autoridades internacionais.

Essas pesquisas rebatem o ponto de vista pseudo científico de que as emissões voluntárias de sêmen representam uma função necessária, uma medida auxiliar de escape para a acumulação de sêmen nas vesículas seminais.

Suas investigações, confirmadas também por Goizet, indicam a existência de um processo de reabsorção do sêmen pelos vasos linfáticos que se encontram ramificados em grande quantidade nas paredes das vesículas seminais. As vias linfáticas o conduzem ao Receptáculo Chyli, no abdômen, onde é reabsorvido, mesclado com os líquidos linfáticos. Após essa absorção ele sobe verticalmente pela via torácica (ducto torácico), penetra na veia subcava esquerda, e entra no sistema circulatório através do coração.

Várias autoridades médicas reconhecem a existência da reabsorção seminal mas, talvez por não terem experimentado em si mesmos, não a proclamam formalmente.

Goizet admite uma reabsorção das energias sexuais e atribui a ela o vigor físico do homem e como a causa de vivificação em homens e mulheres adultos que tenham testículos e ovários ativos. Conclui que a perda do sêmen implica na perda da força. Dessa consideração se deduz que, para se obter um grau mais alto de saúde, há que se armazenar todas as secreções sexuais.

Outra conclusão interessante dessas pesquisas é a relação entre o aumento da reabsorção e a elevação da temperatura dos órgãos sexuais. Quando se quer aumentar consideravelmente a reabsorção do sêmen, deve haver um aumento de temperatura nas

vesículas seminais. Esse aumento térmico favorece a condução do sêmen absorvido pelo ducto torácico até o coração e a toda circulação.

A melhor forma de se produzir esse aumento de temperatura é sem dúvida a prática do Maithuna Yôga, cópula química sexual em que o homem e a mulher despertam seus fogos internos e condições térmicas formidáveis para a absorção das energias criadoras. Está cientificamente comprovado que o envelhecimento da mulher está diretamente ligado à debilitação e mau funcionamento dos ovários.

Se houver enriquecimento de hormônios no sangue da mulher, o organismo feminino se renova de maneira surpreendente.

O segredo da conservação e renovação da juventude feminina consiste em preservar esses preciosos hormônios sexuais e isso é possível através da normalização e redução das menstruações.

Durante o período menstrual, a mulher perde uma quantidade considerável de hormônios. Com o decorrer dos anos, essas perdas vão ocasionando uma menor concentração de sangue e os ovários começam a produzir menos hormônios. Essa redução drástica na produção de hormônios está intimamente ligada à menopausa. Podemos concluir que se não houvesse menstruação, não haveria menopausa e conseqüentemente a mulher não envelheceria, porque os hormônios ao invés de se dispersarem no fluxo menstrual, permaneceriam em circulação dentro do organismo enriquecendo todas as células sanguíneas, conservando sua jovialidade e feminilidade, evitando-se o aparecimento precoce de rugas e outros sinais de envelhecimento.

Uma das funções básicas da menstruação é eliminar mensalmente uma boa quantidade de toxinas indesejáveis do organismo feminino. Por que as mulheres geralmente ficam irritadas e deprimidas nesse período ? Simplesmente porque, devido à descarga hormonal, se produz um desequilíbrio no sistema nervoso que afeta o estado físico e psíquico da mulher.

O Dr. Frank, famoso ginecologista americano, em seu livro "Os hormônios sexuais femininos" demonstra que a mulher pode reduzir consideravelmente o volume do fluxo menstrual através da dieta e higiene e desta maneira conservar os hormônios femininos. Quanto menos descarga menstrual, menor é a perda de hormônios e tanto mais ela preserva sua juventude e beleza.

As investigações do Dr. Frank com relação aos hormônios femininos demonstraram que estes hormônios não estão presentes somente no fluxo menstrual, mas também nas membranas mucosas do útero. Isto indica que está presente na descarga da mucosa que

acompanha a menstruação. Por isso, quando a mulher sofre de leucorréia há uma debilitação do sistema nervoso e do cérebro. Essas secreções são ricas em lecitina, colessterina, fosfatos (tal como no sêmen masculino) e sua perda faz com que estas substâncias sejam retiradas do sangue e, por último, dos tecidos, dos nervos e do cérebro, que necessitam delas para sua nutrição.

Portanto, além de reduzir o volume do fluxo menstrual, nesses casos é necessário curar-se a leucorréia. Segundo o Dr. Frank, essa enfermidade pode ser curada com a mesma dieta e higiene que são eficazes para diminuir a menstruação. Recomenda uma dieta pobre em proteínas animais e rica em verduras, legumes, cereais, etc.

Esse pesquisador descobriu que a quantidade de hormônios sexuais femininos no sangue circulante da mulher varia em cada ciclo menstrual. Apresenta-se um aumento brusco entre o 10.º e o 15.º dias, contando desde o primeiro dia da menstruação, quando acontece a ovulação. A maior concentração de hormônios ocorre no primeiro dia de menstruação. Com o princípio desta, esses hormônios diminuem bruscamente na circulação, devido à sua perda (mucosa e sangue). Os hormônios sexuais femininos se encontram no sangue menstrual numa concentração 4 a 6 vezes maior que no sangue circulante, devido ao acúmulo local desses hormônios na mucosa do útero. Assim fica claro que o fluxo menstrual e as secreções das mucosas contêm uma concentração de hormônios sexuais femininos considerável, e como eles exercem uma importância muito grande nos processos de renovação e preservação da juventude na mulher, é essencial diminuir a perda pela menstruação.

O TAOÍSMO TÂNTRICO

A seguir alguns aspectos do Taoísmo Antigo resumido com relação ao trabalho alquímico tântrico.

Observaremos uma grande mudança na linguagem taoísta, na sua ética e condutas, porém é fácil de se perceber que a essência do "trabalho" é a mesma.

No Taoísmo Antigo a prática da alquimia sexual está intimamente relacionada com a imortalidade do corpo. Segundo as tradições taoístas o homem realizado ascendia aos céus em pleno dia com um corpo visível que podia ser observado pelas pessoas (o que indica um grande domínio da ciência Jinas, ou seja, a penetração no hiperespaço com o corpo físico). Quando se abriam os ataúdes já não se encontravam mais os corpos, os

quais haviam sido substituídos por objetos pessoais tais como a espada ou alguma gravação em metal que personalizava o alquimista.

Na alquimia ocidental esse processo é semelhante à Ressurreição. Segundo o Mestre Samael Aun Weor, quando o iniciado alquimista renuncia à felicidade suprema do Nirvana pode pedir o elixir da longa vida. Os adeptos que recebem esse maravilhoso elixir morrem, porém não morrem, porque no terceiro dia são levantados. Esse fenômeno alquímico foi claramente demonstrado pelo grande adepto Jeshua Ben Pandira, Jesus, o Cristo.

No terceiro dia o adepto clama com grande voz, invocando seu corpo físico que dorme no Santo Sepulcro. O corpo é erguido e pode escapar da tumba, aproveitando a existência do hiperespaço. Nos mundos superiores o corpo físico é tratado pelas santas mulheres, com drogas e unguentos aromáticos. Depois que tiver voltado à vida, obedecendo a ordens supremas, penetra pela cabeça sideral da Alma do Mestre. Assim é como este volta a ficar na posse de seus corpo glorificado.

Todo corpo ressurrecto vive normalmente dentro dos Mundos Superiores. Mas devemos esclarecer que eles podem tornar-se visíveis e tangíveis em qualquer lugar e logo desaparecerem, instantaneamente.

Outro exemplo extraordinário é o Conde Cagliostro que cumpriu uma importante missão política na Europa e assombrou a humanidade inteira. Foi ele quem realmente provocou a queda dos reis na Europa. No fundo ele é o verdadeiro artífice da República. Ele viveu durante a época de Jesus Cristo e foi amigo pessoal de Cleópatra. Trabalhou para Catarina de Medici. Foi conhecido durante vários séculos na Europa e usou vários nomes tal como José Bálamo, entre outros.

Dentre outros ressurrectos podemos mencionar o imortal Babaji, o Cristo Yogui da Índia, o glorioso Ascensionado Mestre Saint Germain, Nicolas Flamel, etc.

No trabalho alquímico taoísta é dada ênfase especial em fazer que a essência suba ao cérebro. Aqui essência significa sêmen, germe de vida.

Essa prática antiga era muito difundida na dinastia dos Han.

Nos comentários dos Hou Hanshu recompilados no Liexian Shuan está escrito: "A Arte de deitar-se com a mulher consiste em manter o pênis ereto, não ejacular e fazer que a essência (sêmen) ascenda para reparar o cérebro". Esta prática é igualmente descrita no Huamgting Waijing. Neste texto a prática se relaciona diretamente com a longevidade.

Segundo esses textos taoístas, a prática da conexão sexual deve ser realizada no instante em que a energia sexual entre em movimento; eles chamam esse instante de "período do Zi vivo" (huozishi). Em outras palavras, o instante em que se produz a ereção completa. De acordo com os taoístas, a ereção do pênis não está necessariamente ligada à atividade sexual, mas também serve para testemunhar uma boa condição da função vital e demonstra que essa energia circula bem e em quantidade suficiente. Pode-se observar que quando os bebês dormem, podem ter uma ereção, o que significa, segundo os taoístas, que a energia que circula por todo o corpo chega nesse momento na extremidade do pênis.

Da mesma forma, aqueles que graças a freqüentes meditações chegaram a um estado mental desprovido de pensamentos e desejos, podem ter ereções. Deve-se aproveitar este momento privilegiado para trabalhar sobre esse fluxo de energia.

A compreensão desse fato fisiológico é um dos fatores porque os taoístas dão tanta importância às disciplinas físicas e aos aspectos da higiene corporal.

Evidentemente, as pessoas de idade avançada ou as que sofrem de impotência senil ou patológica, segundo os taoístas, antes de iniciarem o trabalho alquímico devem recuperar o bom funcionamento de seus órgãos sexuais.

A técnica para impedir a saída da essência consiste primeiramente em comprimir o ponto da uretra, situado atrás do pênis, para evitar a ejaculação e fazer que a essência suba. Esse ponto é chamado "cavidade do nascimento e da morte".

O trabalho alquímico taoísta se caracteriza pela não separação dos processos físicos, fisiológicos, psicológicos, espirituais, etc.

Sinteticamente pode-se dividir o trabalho taoísta em três etapas.

Na primeira etapa o taoísta aprende a conhecer a natureza da energia sexual e a controlar o desejo sexual para que ele não roube a sua paz interior. Aprende a usar essa energia para sua saúde e longevidade.

A partir da segunda etapa aprende a suprir suas necessidades fisiológicas corretamente: alimentação adequada, purificações através de jejuns e redução das quantidades. Segundo eles, quando se aprende a fazer subir a essência transformando-a em alento, se reduzem as necessidades de alimento físico.

Na terceira etapa aprende a reduzir o sono, já que com a absorção da essência, transformação do alento e redução da alimentação, a necessidade de dormir diminui.

As transformações alquímicas dessas três etapas são acompanhadas de um aumento da temperatura interna. Inclusive as roupas perdem a sua importância. O ideal taoísta pode

ser resumido numa vida frugal em que se satisfaz as necessidades básicas: o alimento, o sono e a sexualidade como preparação a prática tântrica propriamente dita.

De forma secreta os discípulos taoístas são introduzidos na disciplina tântrica para que, da mescla dos elixires masculino e feminino, se obtenha o Elixir da imortalidade.

Toda essa disciplina visa fundamentalmente levar o praticante a dominar sua natureza inferior, o que será imprescindível para evitar-se os indesejáveis curtos-circuitos de energia, os epílogos desastrosos que levam o ser humano à morte prematura.

Descrevemos sucintamente a disciplina taoísta sabendo das enormes dificuldades dos estudantes ocidentais em assimilá-la. Quando tentam praticá-la, com muita frequência caem nos fanatismos por não terem a visão filosófica das polaridades do Ying e Yang.

Esses dados devem ser filtrados e avaliados pela consciência íntima de acordo com a natureza individual. O importante é encontrar seu próprio processo alquímico particular, sua própria disciplina.

De acordo com a visão taoísta, quanto mais aumenta o saber mais o corpo degenera, e o homem perde a sua integridade. Aqui se fala da essência como germe de vida, a própria natureza do sêmen. Se um adolescente de "corpo intacto" recebe a fórmula autêntica do trabalho alquímico, pode chegar à Perfeição. Porém quando a integridade foi perdida, a energia diminui sem cessar cada vez mais.

Como se poderia prolongar a existência de um corpo debilitado? Somente aqueles que sabem sublimar a essência do Yang verdadeiro, ou seja, aqueles que sabem transmutar as energias sexuais, podem inverter o fluxo dessa essência diminuída, regenerá-la e recuperar sua integridade. Só desta maneira se pode falar de longevidade.

As pessoas que não manifestam interesse no prolongamento das suas vidas, estão geralmente com a consciência adormecida e alegam que não há vantagem alguma nisso já que a vida no mundo físico é inevitavelmente repleta de amarguras e sofrimentos. Na verdade elas estão com sua energia vital degenerada, decaída, debilitada e têm desperdiçado inutilmente suas vidas.

Somente podem aspirar à longevidade e à imortalidade os adeptos que se dedicam conscientemente à recuperação e manutenção da sua essência vital.

Segundo o mestre taoísta Zhao Bichen, o imperador Shun viveu 110 anos. Jian Jian (velho ping) viveu 880 anos, graças a um intenso cultivo de si mesmo obtendo assim o "fruto correto". Segundo os budistas, fruto correto designa a auto-realização, o despertar da consciência.

O monge Baozhang viveu 1012 anos. Teve a sorte de encontrar-se com Bodhidarma que lhe transmitiu oralmente segredos especiais, os quais lhe possibilitaram obter o "fruto correto".

Mahakashyapa depois de haver vivido 700 anos, encontrou o Budha Shakyamuni e se converteu no segundo patriarca do Budismo Zen, sendo que se celebrizou na China por haver mantido o seu princípio vital.

Tanto Mahakashyapa como Baozhang pertencem à escola budista Chan.

Um número considerável de pessoas têm conhecido o método de retorno da essência do Yang verdadeiro(sênem) para reparar o cérebro e viverem muito tempo graças a ele.

Segundo Zhao Bichen, a grande maioria dos chineses querem seguir suas inclinações "naturais" e deixar escapar a semente. Não compreendem os princípios da manutenção do corpo, e dia após dia o maltratam até que a massa cinzenta e a medula se esgotam.

Se há aqueles que não se interessam em conseguir a longevidade, há também os que querem viver muito tempo, porém não buscam conhecer o método para não morrer e, é óbvio, morrem inevitavelmente.

A preservação das energias vitais depende essencialmente do estado da medula e do cérebro. A sua insuficiência origina uma falta de vigor no corpo. É importante desde a juventude consagrar-se ao estudo do Tao e evitar-se a perda de tempo com assuntos não essenciais ao caminho.

As principais causas de degradação do cérebro são: A primeira causa refere-se ao desinteresse pelo caminho, pelo fato de se haver usufruído do casamento demasiadamente cedo(de acordo com os hábitos chineses antigos, os jovens de 12 e 13 anos já tinham condições de se casar).

A segunda causa é que os homens ricos, além da sua esposa, têm uma concubina e não sabem refrear seus desejos sexuais.

A terceira causa é que além de sua esposa e sua concubina, mantêm outras mulheres e como não conhecem o grande segredo, essas atividades excessivas os levam ao esgotamento.

O fundamento da conservação da saúde é desta forma danificado e as enfermidades, cavalgando o vazio da energia, penetram no corpo, o qual se debilita. O apetite diminui, a saliva e os humores já não se podem transformar em essência Yin e o fogo do vazio sobe e atiça os pensamentos de luxúria, os quais giram dia e noite pela cabeça sem que nada se possa fazer para refreá-los.

Mêncio diz: "O alento é aquele através do qual pode ser sacudida a vontade do homem de bem".

"Quando o fogo do desejo arde no homem, seu espírito e pensamentos são instáveis. Está envenenado dia e noite e nem se quer se dá conta que seu corpo precioso vai entrar em impermanência. É uma pena !"

Porém se o cérebro e a medula já estão ressecados, a que método se pode recorrer?

Não há mais que um método: inverter a essência para reparar o cérebro até que o corpo haja recuperado sua vitalidade e se sinta invadido por um gozo ilimitado.

Para entendermos o procedimento para se reparar o cérebro é preciso conhecermos de maneira detalhada o papel das diferentes partes do cérebro.

Pode-se dividir o cérebro esquematicamente em três partes: o cérebro propriamente dito, o cerebelo e o bulbo raquidiano.

O cérebro, situado na parte anterior da caixa craniana, constitui a maior parte da massa cinzenta. O cerebelo situa-se na parte posterior e o bulbo raquidiano está unido com a medula espinhal. Cada uma dessas três partes tem um papel específico.

Segundo diversas experiências efetuadas, os pensamentos e sensações de uma pessoa se localizam no córtex cerebral. Assim sendo, uma lesão cerebral não provoca a morte, mas uma perda de sensações e um embrutecimento.

A função do cérebro é diferente: controla e regula os movimentos musculares. Uma lesão no cérebro impossibilita ficar-se de pé, mover-se, andar, etc.

No caso de uma lesão no bulbo raquidiano, o coração e os pulmões não podem funcionar e a morte é eminente. Portanto o bulbo raquidiano é a parte mais importante no plano das funções vitais.

Concluindo, uma lesão no cérebro provoca a perda das sensações e dos movimentos voluntários, porém não a morte. Uma lesão no cerebelo origina uma incapacidade de controlar os movimentos musculares, porém não a morte. Porém uma lesão no bulbo é fatal. Os chineses sempre o trataram como se fosse um tesouro precioso.

Segundo os taoístas, a essência deve ser sublimada, ou seja, transmutada, principalmente porque o homem comum a perde e a esgota e conseqüentemente eleva o fogo do vazio (luxúria) que o domina.

De acordo com os textos de alquimia taoísta, a ereção espontânea sem pensamentos de luxúria é conhecida como "período do Zi vivo". Os grandes adeptos taoístas concentram toda a sua atenção nesse período, comparado à grande primavera. Esse período pode ser encontrado em certos textos budistas tais como o Sutra da Grande Sabedoria

Prajnaparamita. Esse é o momento preciso para se atuar e regularizar a essência verdadeira. Segundo o Mestre Zhondi, quando nasce esse movimento natural da essência verdadeira, é importante arrojado do espírito todo pensamento perverso, já que este é o momento em que o alento e a essência saem das gônadas, circulam até a cavidade do nascimento e da morte (região situada entre o ânus e o pênis) e são ainda alento original. Porém, uma vez que transpassam essa cavidade, transformam-se em alento e essência portadores de esperma reprodutor e fluem pelas vias urinárias (meato urinário).

Recomenda-se aos adeptos taoístas, quando o alento e a essência chegam à cavidade do nascimento e da morte, pressionarem com o dedo médio essa cavidade a fim de que não flua nenhuma gota desse alento e desta essência.

Pressiona-se com força e sem relaxar. Inspire pelo nariz, olhai para o alto, encoste a ponta da língua no palato de maneira que o canal de controle e o canal de função fiquem unidos. Desta maneira o alento verdadeiro poderá circular por eles continuamente.

O sábio chinês P'eng Tsu é bem explícito. Segundo ele "o homem pode alcançar a longevidade poupando a ejaculação, cultivando o espírito e alimentando-se de sólidos e líquidos saudáveis." Todavia acrescenta que se não se conhece o Tao do Amor, não faz diferença o que se come e bebe pois não se chegará a uma idade avançada.

Refletindo sobre as palavras de P'eng Tsu, podemos concluir que a longevidade é possível quando se conhece os grandes segredos da magia sexual branca acompanhados das disciplinas físicas e psíquicas dentro de uma visão holística. As disciplinas alimentares, yoguísticas, etc.

sem o conhecimento do Grande Segredo somente podem propiciar benefícios parciais e temporários.

A união entre o homem e a mulher deve ser como a harmonia entre o Céu e a Terra. Devido a essa harmonia de Yin e Yang, o Céu e a Terra duram eternamente.

Há várias gerações, o homem vem negligenciando essa harmonia Yin e Yang e como consequência sua saúde e força estão em declínio. A única maneira de inverter esse processo é o redescobrimto dos segredos milenares do Taoísmo que abrem o caminho para a longevidade.

Na china antiga a longevidade não era simplesmente uma façanha de prolongamento de tempo de vida, mas um exemplo de sabedoria de viver. A boa saúde estava intimamente associada à maneira correta de fazer amor, e o Tao do Amor era o fator mais importante para se alcançar a longevidade.

Nos diálogos com o imperador Huang Ti, seu conselheiro Su Nu diz que não se deve violentar a natureza através da abstenção sexual. O Céu e a Terra abrem-se e fecham-se. Yin e Yang possuem suas atividades e mudanças. Quando Yin e Yang não estão em comunhão, deixam de compensar-se e harmonizar-se reciprocamente. Su Nu complementa afirmando que se o homem ao fazer amor sabe controlar suas energias evitando as emissões, provocará o retorno do ching (a essência, o sêmen) e muito se beneficiará disso. Esse retorno do ching é fundamental para a sua saúde.

Quando o homem e a mulher praticam corretamente a magia sexual branca permanecem jovens e saudáveis e evitam centenas de doenças e além disso aumentarão sua resistência e força física.

Porém, para receberem plenamente os benefícios do Tao, eles devem estar relaxados, tomados de um sentimento de segurança para que seus corações estejam tranquilos e afastados de todos os conflitos da vida cotidiana. Uma vez alcançados estes três fundamentos, o Tao estará inteiramente a serviço do casal.

A PRÁTICA

Por fim, a prática em si. Na prática usamos mantras. Existem várias posições, principalmente posições de cura.

Mostrarei aqui apenas uma posição não relacionada a cura, pois teria que falar em reflexologia sexual dentre outros.



CONCLUSÃO

Recomendações finais

O Tantra não é uma religião, é um caminho do coração. E, como tal, celebra a relação entre você e seu amante.

Tanto o Tantrismo como o Taoísmo enfatizam a importância do macho e da fêmea em uma união equilibrada e harmoniosa.

Antes de começar a praticar é importante que os parceiros conheçam bem seus corpos(seus templos), suas anatomias e estejam em comum acordo para praticá-lo.

Também é importante que fortaleçam seus corpos através de exercícios físicos como yoga, que tenham uma alimentação mais sadia etc.

Todos aqueles que encontraram o êxtase descobriram seus caminhos pessoais através desta vivência.

Abra as portas para outros mundos. Trabalhe!

BIBLIOGRAFIA

- Aldred, Caroline. (1999). *Sexo Sublime*. São Paulo: Vitória Régia.
- Anand, Margo. (1996). *A arte da magia sexual*. Rio de Janeiro: Campus.
- Carone, Cláudio. (1999). *Tantra, Arte e Refinamento do Amor*. São paulo: Agni.
- Chang, Stephen T. (1986). *The best way to make love work*. San Francisco: Tao Publishing.
- Douglas, Nik e Slinger, Penny. (1979). *Sexual Secrets: The Alchemy of Ecstasy*. Rochester, Vermont: Destiny Books.
- Lorius, Cassandra. (2000). *Sexo Tântrico*. Rio de Janeiro: Ediouro.
- Lyle, Atmann e Lyle, Jane. (1995). *Sacred Sexuality*. Element Books.
- Odier, daniel. (1997) *Tantric Quest*. Batam Books.
- Shaw, Miranda. (1994). *Passionate Enlightenment*. Princeton University Press.
- Weor, Samael Aun. (1991). *O Matrimônio Perfeito*. São Paulo: Movimento Gnóstico.
- Weor, Samael Aun. (1991). *O Mistério do Aureo Florescer*. São Paulo: Movimento Gnóstico.
- Weor, Samael Aun. (1991). *Ciência Gnóstica*. São Paulo: Movimento Gnóstico.