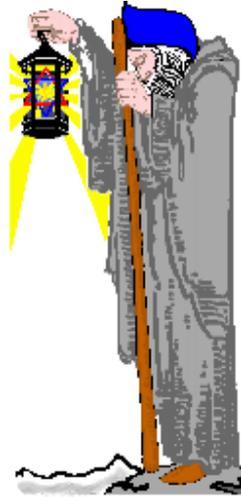


Otho Perilla

**UN ENSAYO SOBRE
EL AMOR SEXUAL**





PRÓLOGO

Este corto trabajo se publicó originalmente en el Boletín de “**NOTAS Y NOTICIAS DEL ADYTUM**” de Marzo de 1970. Ahora hacemos esta segunda edición, revisada cuidadosamente, porque el tema es de eterna actualidad, en especial para aquellos que se encuentran en el Sendero del saber Oculto. Los miembros de **CONSTRUCTORES DEL ADYTUM** recibirán instrucciones muy extensas sobre el tema en el curso avanzado de “**DOCTRINAS QABALISTICAS SOBRE POLARIDAD SEXUAL**”, pero colocamos al alcance de todos este ensayo introductorio para ayudar en la solución del problema sexual a partir de los comienzos de su afiliación con la Orden. Es tanto el dolor y el sufrimiento causados por la ignorancia acerca del tema, que todo lo que se haga por iluminar la mente al respecto, lo consideramos constructivo, y de necesidad inmediata.

O. Perilla

UN ENSAYO SOBRE EL AMOR SEXUAL

Por Otho Perilla

“Si te amas, amas a todos los demás como a tí mismo. Mientras ames a otra persona menos que a tí mismo, no tendrás éxito en amarte, pero si amas a todos por igual, incluyéndote tú mismo, les amas como a una persona y esa persona es ambos. Dios y hombre. Así que es una gran y recta persona quien, amándose, ama a todos los otros igualmente”.

Meister Eckhart

Dedicamos este corto trabajo de resumen y recopilación sobre el gran problema del Amor, a todos los miembros de **CONSTRUCTORES DEL ADYTUM**, ya que éste se intensifica extraordinariamente para el aspirante en el Sendero del Ocultismo, no importa el nivel a que se encuentre.

En las líneas que siguen hemos tratado de resumir los puntos fundamentales del Arte de Amar, con el propósito de ayudar a los hermanos a apreciar las infinitas posibilidades del Poder de Vida en su expresión reproductiva y creativa. Hemos fundamentado este ensayo en las doctrinas esotéricas, y en los principios de perfección sexual expuestos por Rudolf Von Urban en su obra, infortunadamente todavía no traducida al Español, “Perfección Sexual y Felicidad Marital”, y en otros autores cuya lista damos al final.

Definir el amor es imposible, pero podemos apreciarlo en su manifestación como amor maternal, amor paternal, amor filial, amistad, amor sexual; amor o apego hacia las cosas, como amor hacia la ciencia, amor hacia el arte, amor hacia la naturaleza. Aunque la expresión del amor en todos estos casos difiere en intensidad y objeto, no difiere en esencia. En todos estos aspectos podemos apreciar algo de uniformidad, una simpatía y atracción establecida hacia las personas o las cosas, un anhelo de identificación, de unidad con el objeto amado. También, podemos observar que en tales expresiones del amor, su intensidad es proporcional a la confianza mutua, es decir, a la falta de temor consciente o subconsciente de ser herido y rechazado en alguna manera por el objeto amado. Podemos amar donde no hay nada que nos inspire temor y no hay temor hacia aquello que realmente comprendemos

y conocemos. Así que la comprensión es fundamental para el cultivo del amor. A mayor comprensión de nosotros mismos, del mundo que nos rodea y del universo y sus leyes, más universal será la expresión del amor.

Durante generaciones se ha hablado del amor, se ha filosofado acerca de él, se le ha poetizado y por fuerza natural se le ha vivido y experimentado. No obstante, continúa siendo un misterio para el ser humano, un misterio que cubre de sombras y miseria nuestro vivir diario. Las religiones exotéricas han cometido el error de infundir en las razas humanas el sentido de pecado, de maldad y de antagonismo de las fuerzas naturales y divinas en sus procesos de renovación y reproducción. La monstruosa imagen simbólica del demonio, en eterna lucha contra la bella imagen del ángel del amor, ha implantado en la mente humana un abismo entre los dos aspectos del amor, el amor místico y el amor sexual.

“Dios es amor”. Si el Absoluto, la Fuerza de Vida, la Luz Universal, es amor, todo cuanto forma parte de ese Absoluto tiene necesariamente que ser una expresión del Amor. Sin polaridad no podría existir la expansión, ni la contracción, ni los movimientos centrífugos y centrípetos que hacen posible la gravitación universal, es decir, la expresión de la fuerza del amor como electromagnetismo y vida. Los fenómenos particularizados de gravitación en la afinidad química de los minerales, en el crecimiento y reproducción de las plantas, animales y seres humanos, no existirían si no se expresara la ley del amor.

Las escuelas y sectas espiritualistas y las corrientes de pensamiento materialista han causado profundo daño a la humanidad. Los espiritualistas inculcando aborrecimiento hacia lo que llaman “materia” y considerando todo lo relativo a los sentidos como antagónico al espíritu, o como impedimento en el desarrollo evolutivo del hombre. Los materialistas, en la reducción de su mundo (y de hecho, en la reducción de sus alcances intelectuales) a aquello que pueden “comprobar” con los sentidos, han reducido la expresión del amor a algo puramente sensual, que termina siempre en la rutina, la insatisfacción y el hastío. Pero aún así, el materialismo es menos peligroso que el espiritualismo, porque, en alguna extensión libera al hombre del conflicto entre sus impulsos naturales y sus aspiraciones místicas, mientras que el espiritualista se atormenta, a veces hasta la locura, por suprimir lo que es imposible suprimir y que ha costado a la naturaleza millones de años producir: el maravilloso instrumento, del cuerpo humano.

Pero, quizá la peor de todas las influencias que recibimos y que en nuestra ignorancia aceptamos al comienzo de nuestras inquietudes por la

ciencia oculta, es la del pseudo-ocultismo, propagado por sectas que ofrecen revelar secretos que darán poderes superiores a sus incautos seguidores. Tales sectas se presentan como “la verdadera escuela interna”, la “única poseedora del secreto de la tradición oculta”, etc., etc. Se apoderan de nombres de personajes famosos, usan e interpretan a su acomodo las obras de los sabios y a través de intensa propaganda aumentan sus filas de fanáticos. Hasta cierto punto han percibido la verdad de que la evolución del hombre esté estrechamente relacionada con la energía que usualmente encuentra expresión en el aspecto reproductivo de las especies, y en su ignorancia transmiten una serie de creencias erróneas acerca del sexo. Sus prácticas han llenado manicomios. No se puede forzar impunemente la naturaleza, no se puede suprimir el flujo de la libido universal, no se puede suprimir la vida, no se puede lograr desarrollo alguno por la violencia, no se puede suprimir el amor, no se puede matar el deseo, el pretender hacerlo es un crimen contra el Espíritu Santo.

El arte de sublimar la expresión de la energía reproductiva, es un proceso de adaptación que abarca toda la estructura psicosomática del ser humano. ¿Si se suprime la expresión de la libido qué queda por adaptar?.

El ser humano, como un todo, se sublima a través de la cultura. Lo que forma la personalidad humana es un conjunto de adaptaciones de la “Cosa Una”, del amor, de la energía electromagnética del cosmos.

El Tarot, la Qabalah y la Alquimia constituyen un cuerpo de enseñanzas y prácticas metodizadas para conducir al aspirante al desarrollo requerido para la sublimación y adaptación de todos los aspectos de expresión de la Fuerza de Vida. El aspirante que sigue esta senda desarrolla, paulatina y seguramente, la atención y concentración, la memoria, la imaginación, la razón, la intuición, la discriminación y el vehículo físico. Tal desarrollo es prerequisite indispensable para capacitar la mente en el conocimiento de los aspectos superiores de adaptación de la energía creadora.

No existe secreto alguno que pueda ser comunicado a, y comprendido por, una mente que no haya sido desarrollada hasta el nivel que la capacita para la comprensión. No hay Maestro, Gurú o Adepto alguno que pueda hacerle comprender a un campesino, que ignora los números, la teoría de la relatividad de Einstein, o siquiera que es una suma o multiplicación. Las historias de Iniciaciones misteriosas son muy bellas, seductoras, llenas de romance, pero nadie puede convertir un asno en caballo con el toque mágico de una varita.

La Sabiduría Eterna es una ciencia, la ciencia suprema, la ciencia de la

evolución del ser humano; y como tal, exige de sus seguidores, lo que cualquier otra ciencia... conocimiento y práctica. Requiere que se tengan las aptitudes necesarias, que se aprendan las primeras letras, para luego poderlas leer e interpretar, que se adquieran conocimientos generales para tener bases de comparación, para que el intelecto se agudice, para que la mente se expanda.

El amor, como aspecto humano, es parte de esa ciencia y en su expresión constituye un arte. Un arte ignorado por la mayoría y que debería ser del conocimiento público, para aliviar en algo el dolor y la miseria humana. Un arte (véase definición de arte en un buen diccionario) y cualquiera de las artes requiere estudio extenso de su teoría y mucha práctica. Cualquier persona puede pintar o amar, pero por este solo hecho no se puede catalogar como artista. Un verdadero artista no espera la ocasión de aplicar su arte, la busca, para expresar su conocimiento o su sentimiento en formas cada vez más bellas, más perfectas. (En relación con este punto recomendamos en espacial la lectura del libro de Erich Fromm, “El Arte de Amar”. Se puede obtener en magnífica versión al español). Todo ser humano, desde su temprana infancia, siente la presión de la libido y por consiguiente es deber de los padres y educadores hacerse al conocimiento necesario para saber vivir el amor y enseñarlo a las nuevas generaciones.

En todas las esferas sociales vemos hoy el desastroso efecto de la ignorancia y de la vergüenza que se ha arrojado sobre la divina función creativa. La juventud se desarrolla en las tinieblas y destruye su vida en la ignorancia, envuelta en los múltiples complejos psicológicos de culpa, sin saber como manejar, controlar y dirigir un impulso natural que no puede resistir. Sus actos masturbatorios son duramente castigados sin explicación lógica y sin que se le resuelva el problema de la presión sexual fisiológica. La masturbación, en la adolescencia, es perfectamente natural, es el impulso de la Vida para concentrar la expresión sexual en los órganos de la reproducción. El exceso en la práctica masturbatoria destruye las facultades mentales, debilita el organismo y conduce a aberraciones que en la edad adulta se tornan en impedimento para la sana expresión sexual. El mismo acto, en la edad adulta, indica inmadurez sexual, ignorancia en el manejo de la energía creadora y por consiguiente, es totalmente destructivo y depravante.

Los “sueños húmedos” en la juventud son la consecuencia lógica del despertamiento erótico y no deben ser considerados con horror o temor, porque tales modalidades síquicas hacia la expresión sexual inconsciente, producen estados neuróticos y depresivos que hacen la vida miserable. Los

“sueños húmedos” son la reacción de la subconsciencia sobre el organismo físico, causada por la imaginación erótica consciente reprimida. La solución y extinción de las expresiones sexuales inconscientes, se logra por el conocimiento correcto del sexo, por la actitud reverente hacia la divina función y por la visión clara de la pureza subyacente en el acto creativo.

La juventud se revela contra la falsa moral sexual; y en su rebelión, las mismas actividades que solucionarían su problema de la presión de la libido, se convierten en actos de antagonismo contra la sociedad y en actos de depravación sexual. Los bailes y danzas modernas son un gran ejercicio físico que exige concentración, ritmo, agilidad, todas expresiones de belleza que dan aplicación a la tremenda fuerza de la vida juvenil. Pero, los complejos psicológicos, las frustraciones, la ignorancia, inculcados por los adultos en la juventud, le hace a ésta buscar el escapismo en los licores, las drogas, en el cigarrillo y en los excesos sensuales de toda índole. Entonces, se culpa a la música moderna y a la danza como causa de depravación.

En las mentes juveniles, ansiosas de conocimiento, o hacen tremendo impacto la pantalla de cine y la televisión, pero la culpa no es de la crudeza y realidad representadas en esos medios culturales, sino de la educación, carente de realidad, no se da a la juventud en las escuelas y en el hogar.

Y en sus conversaciones ocultas con amistades, tan ignorantes como ellos mismos, los jóvenes solo llenan su imaginación de mayor erótica y conflicto. Cuando llegan a la edad del matrimonio desconocen aún por completo las funciones sexuales y como expresarlas correctamente. El hogar se torna en infierno, en un permanente campo de batalla, de frustraciones, de insatisfacción total; todas las aspiraciones mueren y los bellos sueños juveniles se disipan, destruyendo la felicidad a que todo ser humano tiene derecho.

A los niños se les debe explicar, desde temprana edad, cuales son las funciones de sus órganos reproductivos, prevenirles de las presiones e inquietudes que tendrán que afrontar y enseñarles a liberarse de esas tensiones por la concentración de su mente en el estudio, la lectura, la danza, las artes, los deportes y otras actividades constructivas que absorben su interés. Todos sabemos que basta dirigir nuestra atención hacia algo que nos interese profundamente para que una tensión sexual desaparezca por completo. Es necesario hacerle comprender a la juventud que la función sexual es bella y santa, que es un impulso de la naturaleza para expresarse en múltiples formas y fenómenos. Para esto, todos tenemos que cambiar radicalmente nuestros conceptos tradicionales acerca de la energía reproductiva. Este es el primer

paso en la sublimación de la llamada “naturaleza inferior” del ser humano. Toda idea de desprecio, de maldad, de pecado y de temor hacia la expresión sexual, no importa cual sea su modalidad, debe desvanecerse de nuestra mente. Esta purificación procede y es necesaria a todo posible conocimiento superior de otros usos de la energía reproductiva.

Obsérvese que hablamos de energía. La siguiente cita del Libro de Signos merece profundo estudio: “Se debe alterar totalmente el concepto del sexo para comprender la Sabiduría Eterna. La historia de la caída debería ser suficiente para proporcionar una Clave. No fue sino hasta después de la caída cuando Adán y Eva se avergonzaron y toda nuestra falsa modestia sexual es el fruto de nuestros recuerdos de perversidad sexual. No podemos insistir con suficiente énfasis en que el sexo es sagrado y que así debe ser considerado, porque todos los grandes símbolos de la Sabiduría Antigua tienen un aspecto decididamente fálico”.

“El error en el cual los buscadores de la verdad caen tan a menudo cuando comprenden este hecho, es suponer que la senda de la regeneración está relacionada en manera alguna con la función reproductiva del organismo sexual. Nada puede estar más lejos de la verdad. Es el organismo nervioso interior, no los órganos externos, lo significado siempre es el simbolismo fálico, y la fuerza que opera a través de estos centros es el Gran Agente Mágico, la Divina Serpiente del Fuego”.

“Tenemos la tarea, casi sobrehumana, de crear un nuevo conjunto de asociaciones con la palabra sexo, porque después de todo, ciertos aspectos de la verdad deben ser llevados a aplicación práctica a través de ejercicios que conducirían solo a los resultados más terribles a menos que las mentes de quienes los inician sean primero purificadas por completo. La falsa modestia debe ser reemplazada por una actitud elevada y reverencial de respeto por los centros donde es más activo el fuego de la vida en el cuerpo humano”.

A continuación trataremos de disipar algunos conceptos erróneos acerca del sexo:

La castidad implica una vida frustrada, carente de la experiencia del amor sexual y, por consiguiente, es un impedimento al desarrollo evolutivo del ser humano.

La continencia conserva energía; y esta es la única razón para que se la use en ciertas ocasiones, con fines específicos y para aprender a controlar la expresión de la libido (no olvide que el control de una función no es supresión). La continencia extremada destruye la capacidad de expresar la

energía creadora, debilita la creatividad física y mental y puede causar profundos estados de neurosis. Estudie cuidadosamente la siguiente cita del curso “Fundamentos del Tarot”. (Lec. 6, pág. 2):

“La vara blanca que el Mago levanta es un símbolo fálico. Representa la fuerza nerviosa concentrada y purificada que se usa en magia oculta. El ignorante desperdicia esta fuerza en la gratificación incontrolada del deseo sexual. Su falta de control es debida a carencia de conocimiento. Gobernar el impulso de lo que la psicología analítica llamaba libido requiere conocimiento que no es enseñado en escuelas o colegios ordinarios; y este conocimiento debe combinarse con entrenamiento técnico que desenvuelve habilidad en la dirección correcta de la fuerza del deseo”.

“Los métodos para efectuar tal control varían de acuerdo con el temperamento de la persona que los emplea. Lo que podría ser ascetismo rígido y fastidioso para una persona puede ser fácil para otra. El ascetismo extremo es evitado por las personas que han aprendido el siguiente principio fundamental: La práctica de creación mental y de pensamiento constructivo transmuta automáticamente el impulso de la libido, de formas físicas de expresión a formas mentales que alivian la presión física y síquica, como la que establece cuando esta energía no es utilizada”.

“Esto es lo esencial de todo el asunto. La fuerza es generada automáticamente. Es en parte física y en parte mental. La austeridad física la hace acumularse más lentamente y puede hasta contribuir a disiparla. Pero esto es perder lo que debe ser usado. Un Mago verdadero se une a lo que es más elevado que el hombre, haciendo uso correcto del mismo poder que degrada a su hermano ignorante”.

Los **CONSTRUCTORES DEL ADYTUM** no recomiendan el celibato. Este limita la posibilidad de experiencia emocional y el conocimiento de la acción y reacción entre los dos aspectos de manifestación universal, positivo y negativo. El amor universal no se puede vivir si no se vive primero el amor individual. Así como la conciencia sería imposible de percibirse si su esfera de actividad no se limitara por la atención y la concentración en objetos específicos, así el amor no tendría sentido, ni se le podría experimentar, si su actividad no se limitara primero a personas y cosas en particular.

Muchos aspirantes obstaculizan su progreso por temor a perder su “libertad”. Esto es solamente una interpretación errónea de lo que se significa por libertad. El ser que vive en nosotros es absolutamente libre, siempre lo ha sido y siempre lo será. En su libertad se ha limitado a través de sus instrumentos para poderse percibir, para hacer de su conocimiento absoluto

inferido un conocimiento real vivido, comprobado. Con tal fin existen las leyes cósmicas de su expresión y mientras existan siempre limitarán. Todo en nuestras vidas tiene sentido gracias al poder limitante de la Fuerza de Vida y todas nuestras actividades, en cualquier esfera son compromisos. Si deseamos aprender una lengua, para lograr la libertad de usarla, tenemos que imponernos una disciplina, una limitación y así es con cualquier cosa que deseamos realizar. El amor no puede salirse de esta norma y para comprenderlo es preciso vivirla. Para experimentarlo y conocerlo hay que sentirlo y, ¿Cómo podemos vivirlo si obstaculizamos su influjo con nuestros temores?.

La promiscuidad es negativa para el desarrollo espiritual del hombre debido al intercambio bioeléctrico de personalidades diversas o inferiores y por la inconsistencia de las relaciones, que no permiten la estabilización emocional, la expansión y sinceridad del amor y mucho menos la aplicación del arte a la universalización del amor. La libertad de amar es la libertad de sentir el amor, no la licencia sensual que destruye el sentimiento puro, acrecienta el sentido de separatividad y acarrea la muerte.

El aspecto reproductivo no es la única función de la energía creadora. La energía que se expresa intensamente en los órganos sexuales, tiene otras funciones creativas que irán siendo descubiertas a medida que el aspirante avanza en su cultura interior y desvíe así la actividad de la libido hacia esferas superiores de creatividad. Este proceso sublimatorio se efectúa en manera natural, como el florecer de una rosa, con la modificación de los modelos habituales de la subconsciencia. La meditación es la práctica que conduce a estos resultados, pero la meditación, es a su vez, una actitud y actividad mental que se desarrolla a través del proceso cultural. El estudio y prácticas del Tarot, la Qabalah y la Alquimia, conducen a la capacidad meditativa. Forzar estados meditativos es tan peligroso como hacer prácticas respiratorias para violentar el desarrollo de los centros magnéticos o chakras.

Mientras el aspirante avanza en el Sendero del Retorno debe armarse de paciencia y recordar lo que Eliphas Levi dice de “trabajar como si la omnipotencia estuviese a su disposición y la eternidad ante sí”. Mientras el “venenoso escorpión puede tornarse en el águila de aspiración”, se debe vivir en forma natural, aprovechando todas las facultades humanas para el desarrollo evolutivo, por su utilización, no por la supresión.

Todo acto sexual para la mera gratificación sensorial es destructivo, Al incrementar el sentido de separatividad, hace más intensa la idea de que las fuerzas operativas son originadas en la personalidad y la sugestión de desgaste

orgánico hace la renovación celular más lenta, produciendo la vejez y la muerte.

No se interprete esto erróneamente, los sentidos siempre estarán activos. Nos referimos a la “gratificación sensual”, a la lujuria. Los sentidos deben estar siempre alerta, como instrumentos que son de la conciencia, tratando de percibir todos los aspectos de la expresión de la energía de vida, con un interés intenso por invertir su actividad habitual, que tiende hacia lo exterior, y llevarla a percibir lo interior, la actividad Superconsciente, la Unidad Universal.

Para la elección de pareja se deben tener en cuenta los siguientes factores fundamentales:

- 1.- Que haya verdadero afecto y atracción mutua. Cuando nos ocupamos en hacer feliz al ser amado, con un olvido de nosotros mismos en nuestra intensa dicha, podemos saber que amamos; pero si solo buscamos nuestra propia felicidad y satisfacción a través de la posesión, si hay celos y desconfianza, podemos saber que no amamos sino que estamos expresándonos en forma inmadura y egoísta.
- 2.- Debe existir afinidad en gustos, aficiones y aspiraciones para compartir los placeres de la vida. Esta afinidad se establece cuando el nivel evolutivo de la pareja es acorde.
- 3.- Debe existir aceptación mutua total. No podemos pretender reformar a nadie sin crear de inmediato un infierno. Cada ser humano es un aspecto único de expresión del Poder de Vida, e interferir con sus motivos, actitudes, hábitos, creencias, etc., es intentar imponer nuestros ideales de perfección sobre otros, con el efecto consecuente de crear antagonismo, antipatía y odio.
- 4.- Ambos amantes deben gozar de un buen equilibrio orgánico y mental. La buena salud es esencial para unas relaciones felices y plenas.
- 5.- Ambos deben estudiar y comprender lo mejor posible los múltiples aspectos del amor y en especial las funciones sexuales. Hacer todo cuanto esté a su alcance por suprimir todo complejo de vergüenza, desprecio, culpabilidad o inmadurez en relación con los órganos sexuales y sus funciones.
- 6.- Los besos y caricias son una preparación para el acto sexual y, por consiguiente, tienen su lugar y tiempo apropiado. Los besos y

caricias excitantes, cuando no se continúa luego con la unión sexual, producen tensiones bioeléctricas en el organismo que pueden conducir al antagonismo, al hastío y a la neurosis.

Toda unión sexual debe realizarse después de un prolongado período de preparación, en perfecta tranquilidad y con total concentración de todas las facultades en las diversas fases de los estados internos de la unión. A continuación traducimos las seis reglas de “perfección sexual”, que forman el aspecto fundamental de la obra de Von Urban:

1.- PREPARACIÓN.

El acto sexual debe estar precedido por un período de juego amoroso con caricias y besos. Durante este prelude no debe haber impedimento alguno al contacto completo de la piel y el hombre debe tratar de concentrar las sensaciones de su esposa en la vagina a través de suaves caricias (evitando completamente el clítoris) y lograr así la total humedad vaginal. La razón para que la vagina esté húmeda no es solamente para facilitar la entrada del pene, sino también porque la humedad es un buen conductor de la electricidad. Sus potenciales diferentes de bioelectricidad no pueden igualarse a través de una vagina seca, y esta es la causa principal de la frigidez.

“Evitar una irritación del clítoris, no importa lo placentera que ésta pueda ser, es importante, porque, puesto que es el centro de atención durante la etapa inmadura de desarrollo pre-vaginal, esta inmadurez continuará hasta la vida marital mientras el interés de la mujer no sea transferido con éxito a la vagina.

“Repetimos esta prevención contra la irritación del clítoris en un esfuerzo por contrarrestar el consejo de algunos escritores sobre sexo quienes, cediendo a los deseos de sus pacientes inmaduras, recomiendan todavía como juego de amor una estimulación y masturbación del clítoris. Con este error privan a sus pacientes de una satisfacción sexual completa e ideal. Esta práctica es en sí suficiente para mantener a algunas mujeres en la frigidez.

“Una mujer puede tener una de dos clases de orgasmo, un orgasmo clitoral o un orgasmo vaginal. El orgasmo clitoral es todo cuanto conocen la mayoría de las mujeres inmaduras, aún durante el roce vaginal. Solamente pueden obtener una satisfacción parcial de ello. No obstante, si una mujer abandona esa satisfacción parcial, puede eventualmente aprender la profunda satisfacción madura procedente del orgasmo producido por el estímulo de la

vagina y de la extremidad del útero. Concedido, tal mujer pasará un período de muerte sexual, mientras abandona la sensación acostumbrada y antes de lograr la correcta, pero unas pocas semanas de concentración, paciencia y poder de voluntad le traerán una recompensa abundante. El prelude mismo a la unión sexual requiere otro prelude, un día de bondad y ternura mutua. Un hombre no puede esperar que su esposa reaccione amigablemente a sus avances amorosos si ha peleado violentamente con ella en el comedor; su resentimiento hacia él tenderá a bloquear la entrega de bioelectricidad procedente de sus células y los disturbios emocionales absorberían tanto de su energía que el acto sexual, aunque con éxito aparente, la dejarían exhausta.

“El coito con una vagina seca es un acto puramente mecánico y carente de animación. Este tipo de coito es por consiguiente un acto masturbatorio que resulta en depresión y disgusto. Esto se encuentra expresado en el proverbio Romano: “Laete venire Venus, triste abire solet” (“Venus llega feliz, pero se va triste”). Esto es verdad en un acto sexual entre una prostituta y su cliente. Tal relación, trivial, agotadora y fea, deja una amarga sensación de frustración.

“Pero los compañeros sexuales, sin inhibiciones, que están a tono el uno con el otro y bien preparados para el acto sexual, se sienten animados, refrescados y felices después de su unión. Su amor crece y se profundiza.

2.- POSICIÓN.

Después del juego preliminar del amor, los esposos deben ocupar la siguiente posición, que les permite libertad perfecta de movimiento, tanto como ausencia total de esfuerzo muscular y evita el estímulo del clítoris:

“La esposa descansa de espaldas con sus rodillas levantadas de modo que toquen sus pechos. El esposo yace sobre su costado derecho, a la izquierda de su esposa, vuelto hacia ella de tal manera que su pierna izquierda descansa sobre la derecha. En esta posición coloca sus dos piernas bajo los muslos de su esposa, mientras ella deja descender sus piernas sobre la cadera derecha de su esposo. Una vez hecho esto, él aleja la parte superior de su cuerpo. Ella permanece de espaldas a lo largo de la cama, mientras él descansa sobre su lado derecho pero a través de la cama. La mayoría de las parejas prefieren que el hombre coloque su pierna izquierda entre las piernas de la mujer. Toma tiempo comprender esta posición. Por esto permítanme recapitularla:

“Para lograr la posición en cuestión, los dos esposos deben seguir los

movimientos que se describen a continuación:

- a.- Ambos yacen a lo largo de la cama sobre sus espaldas; el esposo al lado izquierdo de la esposa.
- b.- La esposa levanta las rodillas hasta tocar sus pechos.
- c.- El esposo se vuelve hacia la esposa, recostándose sobre el lado derecho; esto significa que su pierna izquierda queda sobre su pierna derecha.
- d.- El aleja la parte superior de su cuerpo, retirándola del lado de su esposa, hasta quedar en ángulo recto con ella, con la cadera bajo las piernas levantadas de la esposa, y su pene en estrecho contacto con la entrada de la vagina.
- e.- Mientras su cadera permanece bajo los muslos de su esposa, él coloca su pierna izquierda entre las piernas de ella, haciendo así bajar la pierna derecha de la esposa sobre la pierna derecha de él.

“Esta complicada descripción puede ahora simplificarse así:

“El esposo, acostado de espaldas a la izquierda de la esposa, se vuelve hacia ella y coloca la pierna izquierda entre las dos piernas de la esposa, así que sus órganos sexuales quedan en estrecho contacto”.

“Haciéndolo así ejecuta automáticamente todos los movimientos descritos arriba”.

“Si este contacto es logrado, los dos pueden colocar sus piernas como lo encuentren más cómodo, lo importante es que el contacto sexual permanezca ininterrumpido. Ambos esposos pueden acostarse así con todos los músculos descansados y, sin embargo, pueden moverse en su forma acostumbrada con entera libertad y sin esfuerzo. El contacto es tan estrecho que aún después del acto sexual pueden dormir en esta posición sin perder el contacto de los órganos sexuales”.

“Solamente acostado en una posición perfectamente descansada, como la descrita, puede el esposo esperar estar en capacidad para retener su orgasmo durante suficiente tiempo y permitir la satisfacción de su esposa”.

El autor está en completo desacuerdo con la opinión de bien conocidos expertos del sexo que recomiendan una posición en la cual “hombre y mujer están cara a cara o en posición recíproca”, como posición natural para los seres humanos.

“En la posición que el autor considera normal, los órganos macho y hembra pueden colocarse en contacto más estrecho todavía si el hombre abre

los labios exteriores e interiores de la vulva con los dedos y coloca el pene entre ellos, a la entrada de la vagina”.

“En este momento todos los besos y caricias en otras partes del cuerpo deben cesar, para que el despertamiento de las corrientes bioeléctricas puedan fluir libremente hacia los órganos sexuales”.

“En esta posición no importa si el pene está o no erecto; lo importante es que su extremidad debe tocar la mucosa de los labios internos en la entrada de la vagina”.

“Después de media hora, cuando se ha establecido el pleno intercambio de radiaciones entre los dos individuos, el pene usualmente se hace erecto y puede penetrar en la vagina. Si causas neuróticas de impotencia han sido eliminadas previamente, la erección puede ocurrir incluso en casos con historia previa de impotencia”.

3.- DURACIÓN.

La posición descrita debe ser mantenida, usualmente, por lo menos media hora fuera de la vagina, hasta cuando el hombre haya aprendido a retener su eyaculación. (El período de preparación puede acortarse si la pareja se ha animado previamente). Sigue entonces la unión sexual completa, en la cual la punta del pene penetra en la vagina tan profundamente que toca la entrada del útero, como debe suceder en la unión perfecta. (“Esto es cerrar el interruptor y atraer una corriente de éxtasis indescriptible”. N. J. Herby). Esta unión sexual sin eyaculación dura normalmente por media hora, aunque este tiempo puede prolongarse ventajosamente a una hora o, como en el caso de “Karezza”, hasta dos o tres horas, si la pareja permanece inmóvil. (Nota: Más adelante explicamos el significado de “Karezza”).

“Muchos hombres se quejan de que sus sensaciones al penetrar la vagina son tan fuertes que no pueden controlar la descarga de células espermáticas. Esta así llamada ejaculatio-*praecox* es, en la mayoría de los casos, no una enfermedad, como creen muchos legos y hasta algunos médicos; debe ser considerada como debilidad característica de la inmadurez. Así como un niño pequeño tiene que ejercitar los músculos del esfínter para controlar la orina, igualmente puede el adulto ejercitar sus músculos hasta poder resistir el urgente deseo del orgasmo. La mayoría de los hombres que he conocido “sufriendo” de ejaculatio-*praecox*, eran personas sensuales que nunca habían aprendido a controlar sus emociones.

“Sexo y carácter marchan mano a mano. Si se fortalece el carácter débil

de un hombre, le habremos ayudado a vencer su ejaculatio-*praecox*. La eyaculación solamente puede ser retardada por la contracción de los músculos a través de los cuales fluye el esperma. Esto se logra poco a poco. Al principio el hombre aprende a retener su semen por dos minutos, luego por cinco, después por diez, y así sucesivamente, hasta alcanzar su meta de media hora o una hora”.

“Una gran ayuda en estos ejercicios es permanecer inmóvil en la vagina. La fricción durante el acto sexual produce electricidad. Si llegara a suceder que, al hacer este ejercicio de unión sexual inmóvil, el hombre perdiera su erección, lo cual es debido al hecho de que las corrientes bioeléctricas, que deberían estar fluyendo hacia sus órganos sexuales, han sido desviadas o bloqueadas. Esto no debe producir preocupación o desilusión, porque la erección, o volverá más tarde, o se volverá a ganar en pleno vigor durante los ejercicios subsecuentes, cuando esta forma de autocontrol haya llegado a ser tan automática que ya no requiere más la concentración del pensamiento”.

“Aún en el caso de que el hombre tenga su orgasmo antes de completar media hora de unión, no debe retirarse, sino permanecer inmóvil, después del orgasmo, por lo menos durante media hora, sin importar la pérdida de la erección”.

“Obedeciendo solamente esta regla, la pareja descansa en tal grado que la tensión e insatisfacción, que siguen tan a menudo a un acto sexual corto, desaparecerán por completo y cambiará el disgusto en contento”.

4.- CONCENTRACIÓN.

Desde el comienzo, el acto sexual en todas sus fases, juego amoroso preparatorio, posición fuera de la vagina y unión sexual completa, debe realizarse con tal concentración en todo detalle. Nada debe distraer la atención de la pareja de aquello que se encuentra haciendo. Deben entrenarse en estar completamente conscientes de las sensaciones en sus órganos sexuales y también del “flujo de electricidad” que reciben de su compañero. Si el poder de concentración, es ejercitado así, la percepción de las sensaciones se desarrollará hasta el grado de la máxima delicia.

“Si, por otra parte, la pareja permite que su atención sea distraída de la ejecución sexual por el ruido de la radio, los niños, o el teléfono, o si conversan, o permiten a sus pensamientos divagar hacia otros asuntos, sus “radiaciones” se dirigen hacia las células cerebrales y, para continuar nuestra imagen mental de esta ocurrencia hipotética, el “flujo” hacia los órganos

sexuales es interrumpido. En tal evento el orgasmo es débil e insatisfactorio”.

5.- REPOSO.

Cada músculo del cuerpo, cada célula, debe estar completamente descansada. Cualquier clase de tensión sirve para bloquear la radiación. A más descansadas se encuentren las células, más fácilmente podrán descargar “radiaciones”, las cuales deben fluir sin distorsión hacia los órganos sexuales. El arte de la relajación puede ser aprendido por ejercicio diario en la forma como lo describe David Fink en su libro, “Reléase from Nervous Tensión” (La Liberación de la Tensión Nerviosa). Sin embargo, además de la relajación física, es también necesaria la relajación o reposo mental y emocional. Factores tales como sentimiento de culpabilidad relacionado con el acto sexual, resentimiento hacia el cónyuge, y las preocupaciones, interfieren con un estado necesario de reposo total. La relajación es de la mayor importancia, no solamente para el acto, sino también para la salud y felicidad del individuo. Una vida de hogar inarmónica, niños mal educados, fricción de cualquier especie, pueden perturbar la unión sexual de los cónyuges”.

“El exceso de trabajo puede producir agotamiento que se confunde algunas veces con relajación. Pero un organismo agotado solamente puede ser animado después de gran estímulo para irritar la substancia nerviosa. Por consiguiente, el mejor tiempo para la unión de personas que trabajan es en la mañana, especialmente el domingo en la mañana después del desayuno. Si hay posibilidad de que los niños perturben la unión sexual de sus padres, es mejor comenzarla después de algunas horas de sueño el sábado en la noche, o temprano en la tarde después de un domingo reposado.

“Algunas veces el esposo deberá vencer, a través de la ternura y el amor, algún agotador impedimento neurótico de su esposa en contra de la entrega de tal “radiación” de las células de su cuerpo. En algunos casos la esposa teme un despertamiento del deseo sexual, debido a que estos sentimientos en alguna ocasión la condujeron a un profundo conflicto emocional con sus padres, con la sociedad, o con su conciencia”.

“El Alcohol induce solamente un reposo temporal; el café y las drogas un estímulo temporal. El contacto corporal, sin unión sexual, durante toda la noche, es sedante, ya que permite que los diferentes potenciales bioeléctricos puedan fluir entre los dos cónyuges y liberar la tensión. Casos en los cuales los esposos declararon preferir camas gemelas para evitar molestarse mutuamente y fueron más tarde persuadidos de ocupar una cama doble,

mostraron obviamente un mejoramiento en sus relaciones después de varias noches. Se armonizaron más, se tornaron más indulgentes con las debilidades del otro, y, ocasionalmente, un amor aparentemente moribundo se revivió entre ellos”.

6.- FRECUENCIA.

Como regla, un acto bien realizado, uno en el cual la unión sexual plena dura por media hora, no puede y no debe, ser repetido más de una vez en cinco días. Cuando la unión sexual dura una hora, se indica su repetición en una semana; cuando dura dos horas el intervalo debe ser de dos semanas”.

“La razón de porqué no es aconsejable repetir al corto tiempo un acto sexual que haya tenido éxito; es que “las baterías” del cuerpo necesitan ser “cargadas de nuevo”. Un acto sexual sano descansa a los esposos tan completamente que normalmente ni siquiera se desea una pronta repetición.

“El hombre que alardea de su capacidad sexual y clama que repite el acto sexual prácticamente todos los días se expone a no dominar el arte de amar. Su afirmación, si es verdadera, prueba que ninguno de sus actos sexuales ha podido ser satisfactorio. Ha logrado un descanso local en los testículos; su “impulso detumesciente” está satisfecho; pero por su acto sexual, es de presumir, ha entregado solamente “radiación” a partir de sus células pero no le ha dado tiempo a unirla con la de su esposa. Esta “radiación” sin consumir permanece en su cuerpo, poniéndole en tensión y conduciéndole al engaño de que la virilidad superior requiere otra eyaculación de células espermáticas”.

“La unión demasiado frecuente forza las células en los testículos a concentrarse más en la producción de células espermáticas que en las hormonas. Un organismo sin hormonas no tiene animación o energía. Al final conduce al agotamiento, a la frustración y al disgusto con el acto sexual, que incluye resentimiento contra la persona que ha despertado el deseo. Esta es una pintura típica del final de muchos romances apasionados”.

La palabra “Karezza” mencionada por Von Urban en la cita anterior es definida por él mismo, así:

“La palabra Karezza significa Renunciación. Renunciación, en la unión sexual a una sola cosa y solamente a una: la eyaculación del hombre. Por otra parte la unión física es completa, prolongada e inmóvil. En media hora se establece una delicia superlativa. Es la naturaleza recompensando millares de veces por el supremo auto-control”.

“Dura mientras se mantenga en contacto. Durante horas. Luego los esposos se duermen en un refrescante sueño sin ensueños. Al día siguiente ambos se encuentran en un estado de maravillosa felicidad y reposo. Se aman más profundamente que antes”.

La Rev. Ann Davies, en carta a los miembros de **CONSTRUCTORES DEL ADYTUM**, dice:

“Considero este libro “Perfección Sexual y Felicidad Marital”, por Von Urban, como muy importante para los aspirantes espirituales y particularmente para aquellos aspirantes espirituales que han evolucionado hasta el punto en que desean desenvolver un uso apropiado de las energías del sexo para la transmutación espiritual”.

“Sin embargo, el Dr. Von Urban tiene algunas pocas ideas aparentemente erróneas y, por consiguiente, ha llegado a algunas pocas conclusiones que considero equivocadas. De acuerdo con la teoría y práctica oculta, el intercambio entre macho y hembra que ocurre en el acto sexual incluye el intercambio de energías sutiles, aunque las personas implicadas no perciban esto en el nivel autoconsciente. No es verdad que la práctica de Karezza pueda ser efectuada con éxito solamente una vez cada tres semanas, según lo afirma el libro mencionado. La verdad es que la unión espiritual, o Karezza, puede ser expresada diariamente entre esposo y esposa. No se pierde el poder espiritual cuando se hace esto, sino que en verdad lo que sucede es lo inverso. La espiritualización de todas las células del cuerpo comienza a ocurrir con la práctica diaria o frecuente de Karezza”.

“Es, no obstante, vital que exista una completa fidelidad entre esposo y esposa. En otra forma las energías pueden mezclarse impura y destructivamente para la pareja entregada a este dedicado y reverencial acto de unión. Es lo suficientemente difícil para dos aspirantes, esposo y esposa, servirse de ayuda mutua para transmutar sus propios estados subconscientes. Ser infiel sexualmente (y esto incluye la infidelidad mental, aunque no en un grado extremo) en verdad, sujeta a la pareja al karma subconsciente del participante extramarital (o participantes) y a la intromisión de energías de niveles inferiores, que son dañinas espiritualmente para todos los implicados, aunque no lo pueda parecer así en la superficie”.

“El autor del libro mencionado está también equivocado al colocar una limitación en el tipo de posición que la pareja marital debe usar. La verdad es que las parejas deben sentirse libres de experimentar y encontrar aquella posición que les es más cómoda. No obstante, la posición sugerida por el Dr. Von Urban se presta para un mejor control”.

“Tampoco está correcto el autor en su insistencia en evitar la caricia del clítoris. Sin embargo, es verdad que la caricia del clítoris debe ser reducida al mínimo para estimular en la mujer las más profundas energías. Es en la unión sexual prolongada y tranquila, entre esposo y esposa, asociada con imaginación meditacional interna muy activa, donde son evocadas las fuerzas más sutiles y espirituales; y cuando este tipo de unión es practicada regularmente, con amor fiel y reverencial se pueden alcanzar las experiencias cósmicas, así como otros poderes espirituales”.

(Firmado)
Ann Davies



El deseo hacia la unión debe presentarse en forma espontánea, como resultado de profundo amor, de intenso anhelo de unión con lo universal. El hombre y la mujer deben seducirse mutuamente dentro de un estado mental místico, buscando primariamente hacer plenamente dichosa a su cónyuge. Si no desea que la unión sea reproductiva, sino de intercambio bioeléctrico y plenitud emocional, se recomienda el método de Ogino, para quienes tengan alguna prevención hacia el uso de anticonceptivos. De esta manera se tiene, también, oportunidad para descansar el organismo durante períodos de tiempo y así aprender a controlar nuestros impulsos. Para que este método sea efectivo es preciso llevar un cuidadoso registro de los períodos menstruales de la mujer. El embarazo es imposible durante los cinco días anteriores y los cinco posteriores a la menstruación. Von Urban aumenta este ciclo de seguridad a los once días anteriores y los once posteriores a la menstruación. Es posible que esto sea cierto en los casos de mujeres cuyos ciclos son exactamente de 28 días, pero con el fin de que no exista el menor temor al posible embarazo, temor que es causa subconsciente de impotencia y frigidez, consideramos mejor reducir el período de seguridad a 5 días.

El uso de anticonceptivos es un resultado natural al que ha llegado la humanidad, en su búsqueda subconsciente por el control y redirección de la energía que se expresa en las funciones reproductivas. Su uso con el único propósito de dar satisfacción a impulsos promiscuos, o buscando la libertad para entregarse a excesos es, naturalmente, perjudicial y negativo, porque no está sirviendo a propósitos educativos y de autocontrol, sino a la conservación de los antiguos modelos de relación sexual ignorante. Pero, su uso es útil en las primeras etapas de entrenamiento hacia la unión sexual superior, ya que

durante ese período preparatorio podemos fracasar frecuentemente en los intentos de controlar la eyaculación. Sintiéndose seguros de que no se corre el riesgo de fecundación indeseable, hay mayor libertad de expresión emocional. El temor a la fecundación puede conducir, como ya dijimos, a la frigidez y a la impotencia. Así pues, que el uso inteligente de los anticonceptivos es prerrogativa del hombre, y en este punto nos retractamos de lo que habíamos afirmado en nuestra primera edición de este ensayo de recopilación acerca del sexo. Allí decíamos que el único método “natural” de control anticonceptivo era el método de Oginos. Nuestra opinión ha cambiado después de consultar y meditar acerca de este punto. Especialmente porque lo que el hombre concibe como resultado de su experiencia evolutiva es, también, natural.

El método de la Karezza exige gran cultura y control personal para evitar la eyaculación. Se debe hacer un esfuerzo por llegar a la capacidad de experimentarla y expandir sus posibilidades. La energía que se expresa en el sexo es infinita, y es semejante, en sus aplicaciones, a la electricidad y al magnetismo. Pero es necesario estar alerta para que, en el caso de fracasar en la Karezza, no se formen complejos de inferioridad o disgusto. La expresión sexual normal no es antagónica al desarrollo espiritual del hombre. Claude Bragdon en su libro, “Los polos Eternos”, dice que es posible determinar, en forma puramente mental, si la unión ha de ser reproductiva o no. Pero, para llegar a esta capacidad se requiere un profundo conocimiento y dominio de las leyes creativas de la mente.

Es también importante recordar que la polaridad humana no es solamente fisiológica y que así como el hombre es positivo en el plano físico-vital y en el plano mental inferior, la mujer es negativa o receptiva en esos planos, pero positiva en la esfera emocional y en el plano mental superior. La función del hombre es equilibrar a la mujer por la fusión de sus aspectos positivos con los receptivos de su contraparte, y la función de la mujer es a la inversa. La mujer debe ayudar al hombre a ser más receptivo en la esfera emocional, mientras el hombre debe ayudar a la mujer a ser más consciente en los aspectos razonadores de la mente.

El hombre y la mujer son iguales ante la vida y ante la naturaleza, pero sus funciones difieren y se complementan. Todo antagonismo tradicional entre los sexos debe desaparecer y dar lugar a la aceptación y al entendimiento. No se puede pretender que un hombre vibre emocionalmente como mujer, ni que una mujer razone con la capacidad de un hombre; no es nuestro estado evolutivo incompleto. El hombre debe cesar de considerar a la mujer como inferior y la mujer debe dejar de buscar herir emocionalmente al hombre. Así

como la mujer se encuentra indefensa ante la superioridad de la fuerza física masculina, así el hombre está indefenso de su aspecto emocional. El verdadero amor brinda protección; física del hombre para la mujer; emocional de la mujer para el hombre.

Estamos tan habituados a satisfacernos con el conocimiento superficial de las cosas, de las acciones y de las personas que muy pronto una nueva experiencia pierde su encanto original. Cuando permitimos que algo se torne en “cosa de todos los días”, nos dejamos encadenar por la rutina. Pero si abordamos la experiencia con la idea de que el infinito mismo, el Ser Absoluto, está presente en substancia y esencia en todo cuanto existe, no podemos menos de encontrar siempre renovados encantos y misterios.

La monotonía, la familiaridad y la sensación de “lo común”, aparecen muy pronto en el matrimonio. La causa no está en el medio ambiente, ni es la culpa del otro cónyuge, o de su conducta, o de su “modo de ser”. La causa es nuestra propia ignorancia, nuestra carencia de verdadero amor y de interés en profundizar en el infinito que se abre ante nosotros a través del objeto amado.

“Dios es amor” y sí se quiere ser uno con el Padre, es preciso Ser amor viviente. Quien no vive el amor, amando todo cuanto existe como a sí mismo, desconoce el verdadero sentido del desarrollo espiritual que conduce a la unión con el Absoluto.

Quisiéramos expandir más este importante tópico, pero serían necesarias millares de páginas. Cada uno tiene el deber de profundizar el tema, si realmente quiere ser un experto en el Arte de Amar, es decir, de ser, actuar y vivir como Dios encarnado.

A continuación damos una lista bibliográfica que recomendamos especialmente. Algunos de los libros citados, solamente aquellos cuyo título está en español, se encuentran ya traducidos a nuestra lengua. Los **CONSTRUCTORES DEL ADYTUM** no distribuyen ninguno de los libros citados, aparte de los cursos de la Orden.

BIBLIOGRAFÍA

- Cursos de **CONSTRUCTORES DEL ADYTUM**, por el Dr. Paul F. Case.
- Conferencias de la Rvda. Ann Davies, directora Espiritual de la Orden.
- The Book of Tokens, por el Dr. Paul F. Case.
- Sex Perfection and Marital Happiness, por Rudolf Von Urban.
- The Eternal Poles, por Claude Bragdon.
- El Arte de Amar, por Erich Fromm.
- Respuesta Sexual Humana, por Masters & Johnson.
- La Magia del Sexo, por Charles Waldemar.