

# **HACIENDO EL AMOR**

Barry Long

**La obsesion sexual del hombre**  
**Destreza sexual no significa amor**  
**Eyaculación precoz**  
**Amor puro, Amor emocional**  
**Santos y Misticos**  
**Amar de forma natural**  
**Final emocional**  
**Comenzar de nuevo, deshacerse del pasado**  
**¿Cómo empezamos?**

## **La obsesión sexual del hombre**

El hombre y la mujer han olvidado cómo hacer el amor físicamente. Esta es la mayor tragedia de todos los tiempos, ya que es la causa de la mayor infelicidad sobre la Tierra. Tanto ha ido continuando y empeorando lentamente el olvido durante muchos miles de años, que ahora es un problema crucial. Esto significa que sólo el hombre o la mujer individual tiene alguna oportunidad de empezar a corregirlo. No puede haber soluciones en masa. El problema es demasiado personal y demasiado profundo. Cada uno tiene que hacerlo por él o por ella mismo, o no se puede hacer.

La infelicidad básica de la mujer, su perenne descontento, se debe a que el hombre ya no puede alcanzarla físicamente. El exceso emocional de ella, sus depresiones, sus lacrimosas frustraciones, incluso la tensión premenstrual, y finalmente las condiciones que conducen a una histerectomía y otros problemas uterinos se deben al fracaso sexual del hombre en liberar y recoger sus energías femeninas más fundamentales y más finas al hacer el amor.

Estas energías extraordinarias bellas o divinas son hipersensitivas y cuando se dejan sin extraer en la mujer, como están ahora, degeneran en trastornos emocionales o psíquicos, y finalmente son ellas las que cristalizan en anormalidades físicas. El útero da a luz a todas las cosas. La infelicidad básica del hombre, su inquietud perenne, se debe al olvido de cómo hacer el amor correctamente a la mujer, él ha perdido su autoridad divina y con ello el control sexual de él mismo. Su degeneración psíquica o emocional se manifiesta racialmente como una obsesión sexual.

Todos los hombres sin excepción son obsesos sexuales. La obsesión sexual origina en el hombre una fantasía sexual compulsiva, masturbación crónica, aún cuando el pueda vivir con una pareja, la represión sexual lo conduce a la cólera, la violencia, y al síntoma

universal de perderse a sí mismo en el trabajo y la persecución de la riqueza para compensarse por su ineptitud como un verdadero amante. Los negocios y el coleccionar riquezas son tapaderas en ambos sexos por la incapacidad o el miedo de amar bellamente a través del cuerpo. A través del descuido del hombre de amar como mujer, el hombre sufre de eyaculación precoz, culpa, ansiedad, duda de sí mismo, impotencia, atrofia sexual, disfrazándose como desinterés sexual, abstinencia sexual debido al miedo reprimido al fracaso, bravata sexual y falta de verdadera sabiduría.

Todo ello él se lo inflige de nuevo a la mujer, agravando de esta manera el descontento básico de ella y su propia inquietud. Cada virgen que se une hoy con un hombre está inmediatamente contaminada. La falta de amor de él germina en ella la semilla racial del descontento. Ella se desilusionará.

Ser un ser humano masculino completamente integrado requiere que el hombre asimile a través de su cuerpo las energías femeninas divinas que la mujer sólo puede liberar para él cuando hace el amor físico correctamente. Pero el hombre tiene que ser suficiente hombre, esto es, tiene que ser capaz de amarla lo suficiente, amarla lo suficientemente de forma divina o desinteresada durante el acto, para extraer estas energías del más profundo centro de la mujer. Esto no depende de la técnica. Ello requiere amor, puro amor.

Ser capaz de amar esta forma es la autoridad que el hombre ha perdido, y su única verdadera autoridad sobre la mujer. La mujer, sin embargo, no cederá y no puede ceder sus energías divinas a ningún hombre que todavía no sea el mismo, esto es, que no esté totalmente integrado o alineado, no importa lo mucho que ella lo ame y quiera darle. Como muy pocos hombres sobre la tierra son hoy día ellos mismos, es decir, poseen la autoridad para expresar y absorber el suficiente amor a través de sus cuerpos para alcanzar la parte más alta de la mujer, la brecha de infelicidad entre hombre y mujer continúa creciendo.

### **Destreza sexual no significa amor**

El hombre que ha desarrollado destreza sexual todavía no sabe cómo hacer este amor divino. Las sensaciones elevadas y los orgasmos son gratificantes y le dan a él una forma de autoridad, pero ellos no son el amor que la mujer anhela. El amor que él hace a la o las mujeres la satisfacen como una buena comida, pero pronto ella siente hambre de nuevo y finalmente ella desprecia su apetito y a ella misma ya que sabe que no está siendo amada.

Juntos en una relación, el castigo que el hombre tiene que pagar por su fracaso físico en servir a la mujer como la personificación del amor, es la emocionalidad tiránica de ella. Donde quiera que el ame, o trate de amar, un día ella lo sacudirá, lo aturdirá, lo devastará, revelándose de repente en ella misma el espíritu malo, el demonio femenino viviente de

la emoción . Cualquier hombre que todavía no haya experimentado el odio de este demonio en la mujer todavía no ha experimentado el amor. Ella se muestra a sí misma cuando él está apegado y apenas puede alejarse. Cualquier mujer que no se ha visto todavía siendo el demonio todavía no se ha conectado con su amor.

El demonio de la emoción en la mujer es el infierno sobre la tierra para el hombre. Esta es la parte de ella que el no puede manejar o comprender, porque es el demonio de su propio fracaso para amar que viene a la vida para despreciarlo, abusar de él y atormentarlo. El está aterrizado por ello. El farolea y fanfarronea, pero finalmente, a medida que envejece en una relación, el demonio inevitablemente lo conquistará y lo forzará a entregar el último vestigio de su masculinidad y autoridad por algo de paz. Entonces ellos envejecen juntos, sintiéndose a salvo pero medio muertos mientras se apoyan en el otro en el terrible mundo del compromiso.

Mientras el mundo continúe como está, el demonio nunca permitirá que el hombre olvide su fracaso fundamental de amar correctamente a la mujer. La mujer debe ser amada. El futuro de la raza humana depende de que la mujer sea amada, porque sólo cuando la mujer sea verdaderamente amada podrá ser el hombre verdaderamente él mismo y reganar su autoridad pérdida. Sólo entonces podrá volver la paz a la tierra. Debemos ilegítimar la guerra como forma aceptada mundialmente para resolver conflictos, la guerra es terrorismo de estado legal. Cuando nuestros gobernantes son incapaces de llegar a acuerdos justos, en vez de dimitir, nos empujan al terror de la guerra. Hay que eliminar la guerra para siempre.

Sin embargo la mujer tal como es ahora no puede ser amada por largo tiempo o para siempre por el hombre tal cual es ahora. Juntos están atrapados en un círculo vicioso. Y sí se dejan llevar más tiempo de sus propias ideas de amor, no hay salida para ellos. El amor es un lío espantoso sobre este planeta. Tiene que hacerse algo urgentemente. Se debe comenzar ahora, hoy. Y tú debes hacerlo.

Te voy a decir cómo hacer el amor físico de nuevo. Pero primero te voy a contar todo acerca del amor y te voy a dar una comprensión del propósito del amor y de tu lugar en el amor o la vida sobre la tierra. El amor sin propósito como puedes percibirlo en el mundo a tu alrededor, está desahuciado. Comprender el amor tal cual es y no como crees conocerlo o como lo imaginas, es la primera lección en hacer el amor. Voy a ser muy franco y abierto y te describiré el acto físico de hacer el amor con detalle usando palabras como "vagina" y "pene" y otros términos que los amantes utilizan. Te voy a estar hablando de forma muy íntima. Te sugiero que leas esto una y otra vez cada vez que tengas nuevos 'insights' (percepciones) en el amor. No puedes aprender y hacer el amor divino solo leyendo. Debes absorberlo para que se vuelva parte de tí, parte de tu entendimiento. Sin embargo comprueba cada información con tu propia experiencia, escucha el sonido de tu

verdad interior, el eco del conocimiento que una vez tuviste. La parte de tí más profunda y verdadera lo sabe todo.

Por lo que a mí respecta no hay ninguna razón por la que un niño no pueda leer esto. De hecho me gustaría que cada chico o chica en su adolescencia lo hiciera repetidas veces mientras crecen, especialmente las jóvenes. El único problema es que cuando un niño o adolescente haga preguntas inteligentes después de leerlo debiera haber un adulto inteligente alrededor que las contestara de forma honesta y auténtica desde una posición de amor y comprensión , fuera del círculo vicioso. Confío en ello.

### **Eyaculación precoz.**

El principal problema en hacer el amor es la eyaculación precoz del hombre. Y la mujer, como explicaré más tarde contribuye a esto insospechadamente. La eyaculación precoz se debe a la emoción causada por la excitación y anticipación por parte de ambos. Esta emoción particularmente en el hombre está ahí tiempo antes de que comience el juego amoroso o el acto físico. En el hombre hay una continua excitación presexual, o un nivel de agresión incrementada de emoción, debido a su fantaseamiento sexual normal u obsesión sexual. A través de la broma y de la conversación sobre sexo con otro hombre, lecturas sobre sexo, alusiones maliciosas al sexo en compañías mixtas, pensando en sexo, mirando a mujeres en público y haciendo conexiones lujuriosas conscientes y habitualmente inconscientes, el hombre mantiene relativamente alto su nivel de agresión básica o su emoción sexual.

Si te imaginas a un hombre como un termómetro sexual normalmente estará registrando unos 25 grados de emoción sexual a causa de su obsesión sexual, mientras que la mujer está alrededor de los 5 grados. La mujer es básicamente menos agresiva que el hombre porque ella no está básicamente obsesionada con el sexo. Como consecuencia, fuera de sus numerosas fijaciones e inhibiciones, el hombre está preparado para el sexo a cualquier hora, mientras que la mujer no. Para que ella quiera hacer el amor necesita que se aumente su temperatura sexual básica. En el juego amoroso antes de unirse, el flirteo, manoseo, los besos y las caricias de los pechos y genitales elevan la temperatura sexual o la emoción por ambas partes. Esto, añadido al nivel normal elevado de estimulación del hombre debido a su obsesión sexual, lo hace fantasear mucho más intensamente que ella. Por tanto, de nuevo su temperatura sexual se eleva a mucha mayor velocidad.

Para el momento en que está a punto de entrar en ella, el se está quemando a noventa y nueve grados, y subiendo rápidamente con expectación e impaciencia. Ella está en sus confortables y agradables

setenta grados, y también elevándose. A veces ella solo tiene que abrirle sus piernas: la imagen fantástica final realizada y el eyacula, o su pene la toca o simplemente penetra los labios de la vagina y se corre, o justo se las arregla para entrar en la vagina y en segundos su temperatura sexual cae de un febril ciento y pico hasta cero mientras egoístamente eyacula en un estado de frialdad y de desinteresada falta de deseos.

La mujer es amor, gracias a Dios. El amor es su verdadera naturaleza por debajo de toda emoción, nociones y fijaciones. Si ella lo ama, o si ella sola ama, puede soportar la decepción sexual. La mujer en todos los niveles representa a la madre, el verdadero arquetipo femenino, la madre tierra, en la que todos nosotros nos deleitamos y encontramos nuestro placer, incluso si ella es solo una botella de whisky hecha de granos de tierra y agua.

El hombre, tal como es ahora, es como un niño ante el amor sin fronteras de ella, la verdadera mujer que toda mujer sabe que es, por debajo de sus neurosis. En su amor ella puede perdonarlo por correrse, anulándole a ella su propio mecanismo de deseo, tomar su mundana inquietud expresada en su orgasmo y acogerlo allí dentro de ella, amuchachado y nuevo en su breve momento de paz.

Para la mujer, la satisfacción de su amor es tomar de él dentro de ella, todo lo que él pueda dar, mientras en recompensa le ofrece cada pedazo de ella misma en una entrega completa y dulce de amor. Pero cuando el hombre se va prematuramente no la ama lo suficiente para darse a ella por completo. El no tuvo tiempo. Por tanto ella no pudo darle todo el amor que ella tenía que dar. Al llegar él se fue, la dejó. A causa de ello él es un poco menos hombre, ella es un poco menos ella misma, y en contra de la escalada de la lucha racial entre hombre y mujer para unirse están un poco más apartados.

La mujer cuando ama puede disolver en ella misma la mayoría de las frustraciones ocasionadas por la eyaculación precoz del hombre. Así y todo, cualquier emoción residual de ello se vuelve una parte del demonio que lo crucificará a él mañana. Pero su amor no puede compensar del todo la necesidad insatisfecha de ser relevada de sus energías más finas, para expresar o descargar al hombre en el acto de amor su belleza femenina intrínseca, la fragancia divina que se desarrolla continuamente en cada mujer y que está detrás de toda necesidad del hombre de ella. El dolor de tener que llevar esta carga innecesaria debido al descuido del hombre es el profundo agravio que sostiene los arranques castigadores de cólera y la furia emocional del demonio.

Un hombre que llega prematuramente ha perdido temporalmente su poder de amar, se ha perdido a sí mismo, por lo tanto no puede tomar la entrega completa de la mujer y por eso está sin la auténtica autoridad. El lo sabe y se avergüenza de ello. La única autoridad válida que el hombre puede tener sobre la mujer es a través del amor, y esa

autoridad se la concederá ella cuando él le demuestre suficiente amor para aceptarla y tomar su total entrega. ELLA PUEDE DAR SOLO LO QUE EL PUEDE TOMAR.

La inventada autoridad física y económica del hombre sobre la mujer en el mundo durante los últimos miles de años ha sido parte del feo trabajo de "pagarla con ella" por la propia debilidad de él -la abdicación de su verdadera autoridad-. La trágica división entre ella y su amante continúa de generación en generación, por que el hombre se ha olvidado de sí mismo, ha olvidado como amar, y la mujer, que puede ser tan generosa y magnífica como auténticamente amorosa, no puede darse a sí misma, no puede alcanzar su satisfacción natural sin él.

### **Amor puro, Amor emocional**

La razón por la cual la mujer no fantasea sobre el sexo casi tanto como el hombre es porque el sexo no es tanto una gratificación para ella. Para la mujer el sexo es más amor, y el amor no puede fantasearse a diferencia del sexo. Amar es guardar la imagen callada del amado en la consciencia. La fantasía de uno empieza como una imagen erótica; la sexualidad y las tiendas de sexo toman posesión del amor. Para el hombre, el sexo también puede ser amor. Pero debido a que él lo usa invariablemente para eyacular como un medio de liberar su agresión psíquica reprimida, su emoción sexual, contiene mucha gratificación y egoísmo, el usa a la mujer. Si pudiera unirse a ella sin llegar, comenzaría a amarla correctamente o por ella misma.

La eyaculación, por lo que al hombre concierne, normalmente marca el final del acto. Pero para la mujer, incluso si él la ha traído al orgasmo, él todavía no ha recogido las energías más finas de ella por encima del orgasmo. El orgasmo de ella liberará o dispersará su emoción sexual inmediata, pero las energías divinas que quedan sin recoger degenerarán finalmente en demanda emocional y descontento.

Toda emoción en la mujer es la demanda o el grito para ser amada verdaderamente y no ser utilizada como una escupidera sexual. Al comienzo del tiempo, cuando el mundo acababa de comenzar, el estado del hombre y de la mujer era muy diferente del que es hoy día. Cuando digo esto, no debes confundir el comienzo del tiempo y del mundo con el comienzo del universo o la tierra. Deja que te lo explique. La tierra no es el mundo; el hombre construyó el mundo. El comienzo del tiempo y del mundo es relativamente reciente, hace unos doce mil años cuando el hombre identificó por primera vez tiempo con muerte física. Antes de este tiempo solo existía el pasado que se extendía hacia atrás, hasta la primera forma de vida sobre la Tierra.

El tiempo no es pasado; el tiempo proporciona el sentido de mañana o de continuidad sobre la que se construye el mundo. Antes de la vida sobre la tierra no solo no había tiempo, sino tampoco pasado -solo el presente, la presencia, o el no tiempo. El tiempo no es un proceso de cosas que se establecen mejor, eso es progreso. El tiempo es un

proceso de cosas que se establecen gradualmente peor. Las cosas han ido mucho peor para el hombre y la mujer o su amor desde que comenzaron a deslizarse imperceptiblemente en el tiempo o en el auto-olvido alrededor de 10.000A.C. Podrías decir que esto suena como un mito, es un mito pero no un mito como una fábula o una ficción. Lo que te voy a describir ahora es la verdad.

El mito, el verdadero mito, es el único medio que hemos dejado para comunicar la verdad, el estado original del hombre y la mujer sobre la tierra. Por favor permanece receptivo y callado mientras puedes suspender tu mente crítica y escuchar mientras esbozo para tí el mito o la verdad del hombre y la mujer, tu propio estado original al que te estas esforzando por llegar viviendo y amando en el tiempo hoy.

Originalmente, hace alrededor de doce mil años, los cuerpos individuales de los hombres y las mujeres estaban permanentemente rodeados por una magnífica orbe o aureola dorada. Esta, irradiando del plexo solar, se extendía visiblemente muy por encima de la cabeza adentro de la tierra y hacia afuera más allá del alcance de los miembros extendidos. La orbe de la mujer era de un dorado ligeramente más profundo que la del hombre, pero ambas tenían la misma hermosa, sublime y deslumbrante cualidad. La mujer era puro amor, el polo pasivo sereno del amor espiritual humano sobre la tierra. El hombre el polo positivo activo, también era amor, pero no puro amor en el mismo sentido. El era el amor de la autoridad pura, el principio masculino, que era el guardián del amor, o de la mujer, o de la tierra. El amor de él o de ella era responsable de mantener la cualidad divina, dorada del amor entre ellos. El brillo de sus aureolas reflejaban en todo momento la intensidad y la pureza de ese amor.

Su acto de amor físico era extático. La energía divina generada era tan poderosa que después de hacer el amor sus cuerpos o halos se encendían con un esplendor increíble. Esta irradiación autoluminosa del espíritu o amor creado en cada uno por la unión física era la manifestación de su divinidad sobre la tierra. El hombre y la mujer al principio del tiempo eran dioses, y ellos sostenían la consciencia y la presencia de su divinidad, su no temporalidad, haciendo el amor físico divino.

El halo o la energía dorada era su medio de comunicación, juntos o separados. Su alcance iba más allá de su contorno visible, y a través de ella cada uno estaba en un continuo contacto imperturbado con el otro, en silencio y quietud -esto es en la consciencia mutua del amor puro-. Con el tiempo, cuando uno de los dos halos necesitaban regenerarse, el hombre y la mujer se atraían juntos, hacían el amor como los únicos polos físicos de consciencia sobre la tierra y se iluminaban y regeneraban de nuevo. El regeneraba el amor de ella mientras que ella regeneraba el amor de él y su autoridad.

La comunicación entre ellos era tan completa que no había necesidad de hablar. El hablar se desarrolló con el tiempo; en los hombres y las

mujeres, que al perderse ellos mismos en el tiempo dado a otras cosas, a construir el mundo, comenzaron a olvidar amar -esto es, olvidaron como ser ellos mismos todo el tiempo. El resultado fue que fallaron en hacer el amor físico, divino. Sus halos o consciencia perdieron la conexión dorada y tuvieron que empezar a hablar a través de la brecha desarrollada entre ellos. Entonces, a través del habla, apareció los malos entendidos y la emoción.

Mientras el tiempo o la falta de amor invadían más el cuerpo del hombre y de la mujer, el habla reemplazó la inmediatez y la plenitud del amor y el vocabulario creció y creció. En vez de 'estar' en el amor, ellos decían, 'te amo', y otros muchos sustitutos verbales para el amor. Algunos individuos retenían la intensidad del halo más tiempo que otros, pero con el tiempo o el pasado aumentando en cada uno, las cosas fueron inexorablemente peor.

Varios miles de años después, la mayoría de los hombre y mujeres habían olvidado como ser amor y como hacer el amor. No obstante realizaban aparentemente el mismo acto físico, no podían liberar o generar la energía divina y personificar en ellos mismos el espíritu viviente o la presencia de amor, el no tiempo.

Los cuerpos del hombre y de la mujer no estuvieron ya alineados en el amor sino en el tiempo y la emoción. En vez de hacer el amor puro hacían amor demandante, emocional. Y en vez de producir niños iluminados espiritualmente, los producían emocionalmente dependientes. La mujer, que una vez fue amor puro, ahora estaba confundida y descontenta perennemente. El hombre, habiendo perdido su autoridad, ahora era impaciente con ella y, tratando de encontrar un sustituto de su autoridad, se volvió ocupado e inquieto perennemente. Más aún, careciendo de la autoridad para controlarla, utilizó su fuerza física y económica superior para forzarla a una posición social inferior, particularmente explotando el amor de su juventud. Esto la enrabió tanto que engendró el demonio, quien mientras el tiempo continuaba nunca olvidaría o perdonaría la injusticia de él y la corrupción del amor. La carrera humana, la carrera en el tiempo, había comenzado.

### **Santos y Místicos**

Varios hombres y mujeres, se abstuvieron deliberadamente de hacer el amor físico, se las arreglaron para retener una habilidad parcial de amar divinamente dentro de ellos mismos. Estos fueron los místicos, santos y ascetas de todas las naciones. Volvieron su atención hacia dentro y amaron las energías divinas en sus propios cuerpos. Rehusando unirse con otros cuerpos, que ahora se llenaban con el tiempo y la emoción en forma de descontento e inquietud, los místicos se mantuvieron a sí mismos relativamente puros. No obstante, en relación con la plenitud y riqueza de su irradiación original, la suya era una pálida y sesgada forma de pureza.

Negando la necesidad terrenal de unión con el polo o sexo opuesto, la



alternativa mística fue fundamentalmente exclusiva, egoísta e innatural, por todo su idealismo y alta devoción. Como consecuencia, ello produjo seres humanos medio integrados y solo parcialmente divinos. Las cosas fueron inequívocamente peor. El resultado se reflejaba en los halos y orbes de estos hombres y mujeres místicos. Sus halos se habían encogido gradualmente en tamaño e iluminación a un pequeño círculo de luz alrededor de la cabeza. Tu lo verás hoy representado en viejas pinturas e iconos, particularmente de los santos cristianos. Estos encogimientos, halos en miniatura solo muestran lo restringido que se había vuelto en el tiempo la idea del hombre del amor sobre la tierra o del amor terrenal. Excluyendo todo el cuerpo de él o de ella de la unión divina con el sexo opuesto sobre la tierra, y basando el amor solamente en la abstracción de la mente, el halo se redujo para envolver solo la cabeza, o a lo más la parte superior del cuerpo.

Se podría argumentar que los místicos y santos, debido a la irrupción del tiempo, no tuvieron más elección que seguir el camino del celibato. Al menos de esa forma se las arreglaron para mantener algo del amor puro y divino sobre la tierra, hasta que la santidad mística misma casi desapareció bajo el peso del tiempo. Pero realmente la opción que eligieron, no hacer el amor, o su interpretación de ese impulso, fue una gran tragedia para la raza humana. Los místicos y los santos solo habrían salvado el día, o el mundo, si hubieran actuado de forma diferente o más generosamente.

A pesar de su amor divino, los santos célibes, como el resto de la humanidad, estando hundidos por el tiempo, habían olvidado realmente como hacer el amor físico y no se daban cuenta de ello. Y eran muy emocionales acerca del amor. Habían hecho una virtud de su olvido. Perplejos y cargados de culpa por el poder de sus propias pasiones implacables, la mayoría de los santos cristianos denunciaron ardientemente el acto de amor físico, y con todo tipo de razones erróneas.

La verdad es que fueron ellos quienes no amaron suficiente -no amaron a su prójimo con suficiente intensidad dorada como para sumergirse en la mente divina con sus propios cuerpos a través de la cópula y recordar así como hacer el amor sobre la tierra para dar una guía o algún tipo de ejemplo inspirado. Eso era demasiado autosacrificio. Por eso, como la muchedumbre que gritaba, ¡crucifícale! ellos también condenaron el amor al que temían y no comprendían.

Los santos permanecieron apartados de la humanidad. Ellos eran compasivos y cuidadosos con los sufrimientos superficiales de la humanidad, la pobreza, la enfermedad y la violencia, pero siempre evadían el problema central del amor físico, la causa de la mayor infelicidad sobre la tierra, incluyendo la de los santos mismos. Incluso Jesucristo, si creemos a sus intérpretes, evitó el problema completamente y no dejó una palabra de auténtica guía para la humanidad, cuya constante preocupación, ahora y entonces, es tratar

de hacer el amor físico. El Mesías, por su evidente omisión de la sexualidad en sus enseñanzas, tiene mucho que responder, ¿verdad? Si crees en sus intérpretes.

Los santos mantuvieron sus manos limpias de la auténtica porquería del amor donde hombres y mujeres ordinariamente tienen que vivir. ¡Dios es suficiente! decían. ¿Es eso verdad si no eres un santo? ¿Es eso verdad para tí?

¿O tu deseas hacer el amor y tal vez sentir algo divino y puro en ello, que sabes que debe estar ahí y debe ser encontrado?.

Los santos nos abandonaron; abandonaron este bendito planeta tierra. Ellos optaron fuera de la realidad del amor sobre la tierra e hicieron su amor en algún otro lugar donde no hay necesidad de amor, el amor se necesita aquí. Si quieres escapar hacia Dios en tu amor y dejar atrás al hombre y a la mujer, entonces Dios te ayuda. Tendrás que volver para hacer enmiendas y ver el error de tu amor como todos los santos deben hacerlo en el tiempo.

El hombre y la mujer necesitan este amor, este Dios de amor, en lo más denso del aquí en la tierra y no en cualquier otro lugar donde todo esté preparado y ellos no estén. Y sólo tú y yo podemos hacer ese amor, ese Dios, aquí. Es esta falta de amor, o falta de Dios entre nosotros la que ha traído al mundo hoy al borde de la aniquilación por sus propias manos. Además, estos santos, hombres y mujeres alejados de este mundo, cargaron sobre la humanidad sus propias culpas horribles, pensaban que hacer el amor era pecaminoso, un pecado por el que arderían en el infierno. ¿Cuántos billones de chicos y chicas inocentes, de hombres y mujeres han sufrido el infierno en la tierra de la culpa sexual, y todavía la sufren debido a la falta de coraje de todos los santos para amar?

"Dios me hizo célibe" -oraba San Agustín. ¿Por qué no le pidió a Dios que le mostrara porque amaba tanto a la mujer que no podía quedarse apartado de ella? ¿De dónde le vino la idea que, de todas formas, el debería ser célibe?. Sin duda de algún otro santo o sacerdote torturado. Por eso los santos, místicos y ascetas de todas las naciones abandonaron a la pobre masa luchadora de seres humanos que estaban luchando contra el tiempo, y todavía lo están, para hacer el amor o la paz unos con otros. ¿Alguna vez te dijo un santo como hacer el amor, lo cual es el origen de todo amor sobre la tierra, incluso el amor de Dios? ¿no hemos nacido todos nosotros, incluido los santos, de ese acto de amor? ¿Es justo ignorar el sentimiento físico más dulce y natural que pueden producir dos seres humanos juntos sobre la tierra como signficante de una realidad posible?

### **Amar de forma natural**

Los santos nos dijeron que amáramos a Dios, lo cual nadie sobre la tierra puede hacerlo posiblemente por un acto de voluntad. ¿Cómo puedes amar si no amas? ¿qué tipo de exhortación es esa? ¿Qué dirías si te dijera : Siente hambre! cuando no estás hambriento? O tal vez te

han dicho que amaras a todos. ¿Cómo puedes amar a todos? ¿Amas a todos, realmente lo puedes hacer? ¿Son todos tan queribles? ¿Realmente amas a tus enemigos? ¿Le dijiste hoy, no la pasada Navidad, a tus hijos que amaran a las personas que les pegaran o les dieran puñetazos?

Cuando hoy se cruce alguien contigo, mira si lo amas. Seamos sinceros, honestos con nosotros mismos. Amaríamos a todo el mundo, pero ¿podríamos tan sólo empezar con nuestra pareja?

Tal vez dirás que esta es la tarea, amar a todos a pesar de las tendencias no amorosas naturales de uno. No hay tarea, no hay obligación ni penalidad en el amor. Tratar de amar como una tarea es seguir el camino alejado de este mundo de la culpa y la vergüenza propia. Esa no es la forma de empezar a amar. Tu empiezas a amar haciendo el amor, que es lo que tú, yo y todos más deseamos de cualquier modo sobre la tierra. Pero debes aprender a hacer el amor correctamente, sin autoindulgencia, sin buscar la satisfacción emocional y la autogratificación.

Después de que hayas aprendido a hacer el verdadero amor físico y hayas empezado a restaurar tu halo dorado, descubrirás entonces cómo amar a tu prójimo, a tus enemigos, a Dios y a tí mismo.

Pocas mujeres han integrado la mitad superior del cuerpo, por encima de la cintura, con la mitad por debajo de la cintura. La mitad superior, el torso, donde están localizados los pechos y el plexo solar, vibra con una energía muy fina de amor. Este es el amor más fino en el cuerpo. El proporciona leche al bebe y retiene lo que es amor en el seno sin tinte de sexualidad. Este amor se siente a menudo como el anhelo por lo inalcanzable, la añoranza por la pureza y la belleza idealista. Es el impulso que está detrás de toda la idea del amor Platónico. Esta parte superior del cuerpo es el polo superior del amor.

El polo inferior del amor por debajo de la cintura se focaliza en los genitales, pero la energía de este amor está continuamente presente, aunque imperceptible normalmente, en la parte baja de la espalda, en la base de la columna, muslos y piernas. Si te estás muy quieto, aislarás finalmente la diferente sensación de esta energía. Cuando se percibe como tal, sin asociaciones emocionales o sexuales, esta energía de amor más baja se siente que es justo tan pura como el amor más alto, solo que como una sensación más tangible y con mas grano. Pero eso no le quita mérito a su pureza y belleza esencial, porque esta energía, subiendo por las piernas desde la misma tierra, es pura vitalidad o fuerza vital antes que la emoción como sexualidad o sentimiento haya entrado en ella.

La función del hombre, como principio masculino, es unificar estas dos polaridades de amor en la mujer, para que todo su sistema fluya libre y satisfactoriamente con el amor divino. Por esta unión de la división superior e inferior del cuerpo humano, esto es, lo ideal y lo terreno, lo inalcanzable y lo alcanzable, se produce la única corriente de amor

divino, o la energía dorada radiante.

Cuando esto se consigue plenamente, la mujer se reúne con su verdadero ser -física, psicológica y espiritualmente. Su descontento se desvanece y ya no es dependiente de su trabajo, arte, maternidad o cualquier otra actividad externa, para darse un sentido de satisfacción o propósito. Ella puede estar dedicada a esas ocupaciones, pero ya no estará apegada a ellas como una necesidad. Toda la motivación sexual de la mujer es hacer la conexión divina a través del hombre. Su deseo de tener niños es secundario y un sustituto de lo otro. Debido a que muy raramente se hace la conexión divina, ninguna mujer hoy es ella misma. Ella permanece mayormente en la romántica mitad superior de su cuerpo, anhelando lo inalcanzable y ocupando de forma periódica o promiscuamente la mitad inferior en el sexo, en un empeño fútil de hacer la conexión.

Pero ella la evade. Por lo que permanece virtualmente dividida en sí misma, dos personas, hasta que finalmente apartada del sexo por la desilusión o la vejez, vive una forma de media vida de amor idealizado dentro de su mitad superior. La frigidez en la mujer se debe a una falta de unión del amor en su propio cuerpo. Ello también ayuda a causar impotencia en el hombre, o a su incapacidad para conseguir la erección. Mientras procedemos se aclarará más como superar estos problemas. Para que el hombre y la mujer de hoy hagan el amor hermosa y divinamente se requiere que cada uno induzca un cambio fundamental en el pene o la vagina. Tanto el pene como la vagina, o, más específicamente, aquella parte del cerebro que los controla, tienen que ser liberados conscientemente de la emoción o de la inconsciencia del pasado, esto es, de todos los hábitos, malas concepciones e ignorancias ganados, acerca de hacer el amor a través de la experiencia pasada. La experiencia es el pasado. Podemos aprender de la experiencia cualquier cosa excepto cómo hacer el amor. El amor no viene de la práctica o la experiencia. El amor es. El cuerpo no tiene que aprender cómo hacer el amor; el hace el amor de forma natural. Lo que aprendemos de la experiencia de hacer el amor no es como hacer el amor sino como cuidarnos a nosotros mismos, cómo proyectarnos y protegernos a nosotros mismos al mismo tiempo de forma astuta y segura. Esto por supuesto es compromiso; no puedes protegerte a tí mismo, contenerte en cualquier manera, y hacer el amor. Pero así es como todo el mundo hoy hace el amor.

La experiencia, el pasado, nos ha enseñado a ser cautos, a no dar todo de nosotros mismos o podríamos perder algo, podríamos hacernos daño, por lo que todos jugamos seguro. El miedo es abundante. Y en cualquier caso, ya no sabríamos como dar todo al hacer el amor; también hemos olvidado eso. ¿Con cuánta frecuencia siente la gente en el amor el impulso estremecedor de darlo todo, de querer abrirse ellos mismos rasgándose, y sin embargo no pueden? Debes haber tenido ese sentimiento alguna vez. ¿Serías capaz de dar todo a tu amante ahora,

en este momento, si tuvieras la oportunidad? La respuesta es no. Tienes la oportunidad de hacerlo cada vez que haces el amor, y todavía no te has arreglado, ¿o no?

Hacer el amor hoy es un compromiso, la aceptación de lo mejor que se puede esperar o hacer en las circunstancias. Y ello produce, a lo más, para los amantes el mejor sentimiento que puede esperarse del compromiso -satisfacción, un pobre sustituto de hecho para el continuo y glorioso sentimiento del amor físico hecho y dado sin autoconsideración, sin compromiso, sin contenerse, sin protegerse mientras se expresa uno mismo.

Este sentimiento drogado de la satisfacción que pone a todo el mundo a dormir después de hacer el amor está personificado en el mundo, por el dios, hecho por el hombre, del amor: el orgasmo. El hombre es un loco del orgasmo. Y la mujer, la diosa del amor misma, infectada e inflamada por la locura masculina, ha empezado a adorar el falso Dios.

¡Cómo si llegar al orgasmo fuera un signo de amor! Cualquier animal puede estar hecho para llegar sin ningún signo de amor, pero tu no puedes hacer el amor sin amor. Por eso no debemos engañarnos a nosotros mismos o ser engañados por más tiempo. Si tu quieres un orgasmo ve y mástúrbate. Si quieres amar, continua leyendo.

El llegar al orgasmo del hombre, antes de que haya dado el suficiente amor para recoger las divinas energías de la mujer, es una glotonería sin amor. El llegar en la mujer es fácil y natural, dulce y conveniente, si solo el hombre y la experiencia de autoprotección de ella le diera a ella la oportunidad de ser natural y llegar de forma natural.

Pero el hombre, a través de su egoísmo a lo largo de los años y de la inocencia de la mujer, le ha enseñado a ella, engañándola para perseguir el orgasmo desviando su atención del amor que el no puede darle. Si estás persiguiendo un orgasmo, no puedes ser consciente del sentimiento de amor. Si eres un hombre que estás tratando de esperar un orgasmo, tampoco puedes ser consciente del amor. Si eres una mujer y crees que el orgasmo es importante al hacer el amor y parece que tu no tienes ninguno, te sentirás depravada, culpable, y no puedes conocer el sentimiento de amor. O, como mujer, tu podrías renunciar de tratar de encontrar el amor volviendo la espalda al acto del amor, como hacen muchas mujeres, y de nuevo perderás la maravilla y la gloria del amor y de tí misma.

Cuando la mujer ya ha aprendido a no tratar de hacer el amor, cuando ya no se siente atraída o engañada por el orgasmo, y rehusa copular con un pene emocional, cuando es lo suficiente pura para estar presente como ella misma en el acto del amor, sin ningún pensamiento en la cabeza, tendrá un orgasmo natural y sin esfuerzo. Ella no tendrá entonces que tratar. El orgasmo sucederá bella y deliciosamente a través del poder del amor, el poder del pene amoroso profundamente dentro de ella.

Hoy ella puede tener de hecho un orgasmo y apenas sentirlo. La

capacidad de sentir, la consciencia de amor está fuera de su vagina. Está tan cargada de pasado, tensión y emociones que ya su consciencia no puede llegar completamente allí abajo, especialmente arriba en la mitad superior cerca del cerviz. Ella ha sido virtualmente desensibilizada allí, y ello empeora con cada generación.

Efectivamente, la mujer tiene una sensación más placentera en la parte baja de la vagina que en la parte alta. Debido a que el hombre ya no puede llegar a la parte más profunda de la vagina en el amor, cerca del jardín espiritual donde la diosa verdadera reside, y permanecer allí el tiempo suficiente y con la autoridad suficiente para hacer lo que se supone debe hacer, él ha traído virtualmente la sensación y el orgasmo de ella abajo hacia el frente de la vagina. El ha concentrado la consciencia de ella alrededor del clítoris que está cerca de la salida. El ha hecho esto de dos formas: eyaculando persistente y precozmente inmediatamente después de entrar y estimulando persistentemente el clítoris con sus dedos para compensar el orgasmo que ella no tiene. El ha hecho gradualmente del compromiso y la satisfacción del clítoris, el premio de hacer el amor. Ella sabe que eso no es amor pero, ¿qué otra cosa puede hacer? ¿qué otra cosa hay?

Además, debido al fracaso del hombre para amarla apropiadamente ella a veces se masturba con el clítoris como el le enseñó. Ella no haría esto si fuera amada. Ella no tiene la misma compulsión de masturbarse como él la tiene para aliviar su agresión sexual. Ella se habituó a través de él. Sólo el pene y no los dedos o cualquier otro recurso puede amar a la mujer. Sólo el pene viviente en el cuerpo del hombre fue diseñado para servirla. Sólo el pene -un pene desinteresado, apasionado, paciente y amoroso- puede devolver a su lugar al orgasmo donde el debe de estar, donde sucede de forma natural, o no sucede, sin ninguna emoción perturbadora, ya que la mujer sabe por el sentimiento y la consciencia en su vagina, que ella está siendo amada.

### **Final emocional**

El orgasmo es un final, un final emocional. El acto de amor no tiene fin. Los verdaderos amantes continúan haciendo el amor hasta que finalmente, tal vez horas después, el cuerpo del hombre eyacula natural y conscientemente, o la pareja se aparta y hace el amor horas después, o al día siguiente, o el siguiente, o el siguiente...sin que el hombre tenga que llegar necesariamente. El orgasmo es parte del acto del amor. Pero aquel esta verdaderamente debajo de la belleza y del propósito de éste, le sucederá debidamente a los dos, si los dos están lo suficientemente presentes y ocupados en solo hacer el amor. La mayoría de las experiencias de las mujeres al hacer el amor está llena de frustraciones.

La mayoría de la experiencia de los hombres consiste en la excitación con la perspectiva de la eyaculación. Entre los miedos subyacentes de ella, sus reservas y esperanzas basadas en la experiencia pasada, y la

excitación danzante de él, también basada en el pasado, existe muy pocas oportunidades de hacer un verdadero amor entre los dos en el ahora o el presente. Se producirá más emoción que amor.

Tratando de repetir una buena experiencia sexual, como llegar, nos hacemos expectantes o emocionales. Y tratando de evitar la repetición de una mala experiencia, nos hacemos emocionalmente cautelosos. En ninguno de los casos podemos hacer el amor. Y la asombrosa verdad que no comprendemos es que la emoción producida en lo que se supone que es hacer el amor aflorará en nosotros en cinco minutos, horas o días, y ocasionará un ataque de depresión, particularmente en la mujer. En el hombre, el movimiento aflorará como irritabilidad, cólera o conducta agresiva, y probablemente lo liberará más adelante masturbándose.

El cambio fundamental en el pene y en la vagina que es necesario hoy para hacer el amor hermosa y divinamente, tiene que ser efectuado por el hombre o la mujer aprendiendo a volverse consciente, esto es, permanecer psicológica y después espiritualmente presente durante el acto de amor y los preliminares.

Hoy, debido a la acumulación masiva de pasado e inconsciencia en sus cuerpos, el hombre y la mujer hacen el amor sobre todo en un estado de sueño, inconsciente. Lo que sucede es que las emociones que surgen de su amor sexual excitan las emociones. Estas emociones, la experiencia pasada acumulada de la persona del deseo o anhelo sexual, atraen su atención o su consciencia atrás hacia el pasado como imágenes o formas de fantasía. Entonces, estando inmersos en ese pasado, ellos se recortan como seres conscientes del amor que sus cuerpos están haciendo en el presente.

Psicológicamente están ausentes del evento, ya no están presentes, no realmente con su pareja. Ellos se han ido a la deriva, a su propio mundo.

Tu debes haber observado esto en tu acto amoroso -posiblemente en ti mismo, pero particularmente en tu pareja. En estos momentos cuando has estado conscientemente presente haciendo el amor, y todo el mundo está de vez en cuando, habrás notado que tu amante se ha desmayado en una forma de euforia personal. Ellos no están contigo haciendo el amor, aquí, ahora. Ellos están claramente ausentes del presente donde tú estás. Ellos se han vuelto autocontenidos.

No es improbable que hablando con alguien de pronto percibas que no te está escuchando, ya no está contigo. Están a miles de millas pensando en alguna otra cosa. En suma, tu amante te ha dejado -así como así fuera en el frío. Por lo cual tú, en vez de permanecer solo allí afuera haciendo el amor, te esfuerzas tan rápido como puedes para volver a tu propio estado de sueño personal, para perderte a tí mismo también en tu pasado emocional.

Haz esto, notarás, a través de la imaginación, utilizando la imaginación sexual o erótica, la cual de nuevo excita las emociones. Y enteramente

navegas en el país del ensueño. En vez de dos estando juntos en una unión física consciente, que es el propósito de hacer el amor, estás ahora apartado en mundos de ensueño. El acto de amor es autoorientado, autoindulgente y autogratificante. Los dos os habéis prestado la vagina o el pene del otro para hacer el amor con vuestras propias emociones, vuestro propio pasado.

En tal encuentro aislado aunque normal, no hay una unión consciente, sin tiempo, del principio masculino y femenino, no hay realización de la consciencia o el amor mismo, no hay unión de los dos únicos polos de la divinidad sobre la tierra en la presencia única, inefable, divina, realizado como tu propia realidad, el espíritu sublime y desinteresado de amor y vida.

Debido a que se hace más emoción o ego que amor, y debido a que la emoción o el ego aísla, tal acto de amor empuja gradualmente a alejarse a la pareja. Ellos se cansan sexualmente el uno del otro y la magia se desvanece.

El acto de amor se vuelve habitual, una obligación o una liberación emocional, no es improbable una explosión de ira, y la desavenencia, el descontento y la inquietud aumenta.

La interacción del pene y la vagina genera amor. Este amor es la sensación más intensamente gozosa en el cuerpo humano. Sin embargo, la intensidad del placer en el amor es severamente reducida por la existencia de emoción o pasado en los genitales. Cuanto más emoción o pasado haya allí, mayor adormecido y distante es el sentimiento o amor de la persona y su percepción del significado del amor.

Puesto que hoy cada pene y vagina está más o menos infestado con la emoción o el pasado, nadie sospecha que la sensación corporal deliciosa normalmente sentida en el acto de amor ya está torcida y amortecida. De aquí, que a nadie se le ocurra buscar una esencia alcanzable de forma natural, que está disponible a todo hombre o mujer que pueda liberar el pene y la vagina del pasado y ser por tanto consciente de la presencia divina o consciente, en el acto amoroso.

Me estoy empeñando en conducirte a tí, y espero que a tu pareja, hacia este extraordinario estado humano original de ser y de entendimiento. Por eso voy a decir unas cuantas palabras más sobre el sentimiento y la percepción de él.

Un pene y una vagina que se liberan de la emoción o del pasado comienzan a hacer juntos un amor extásico. La sensación y la percepción es tan elevada, que al principio uno puede sentir la posibilidad de perder la consciencia, debido a que el placer parece casi insoportable.

A medida que el proceso continua, uno se vuelve consciente de estar completamente presente como la consciencia del amor divino que se hace. No hay límites a la amplitud de la alegría y del ser y a la inmediatez del espíritu que se sabe que es la unión de ambos y de uno



mismo en la presencia divina.

Y porque es solo amor y no emoción o imaginación lo que se está haciendo, y como el amor a diferencia de la emoción o del orgasmo no tiene final, la misma delicia espiritual y física está presente en los sucesivos actos de amor juntos. En otras palabras, el acto amoroso no varía; tiene solamente subidas y no bajadas, no estados de ánimos, no confusiones, no desastres emocionales personales o asociados. El mejora y mejora, más y más puro, más divino y más real, más consciente, más presente, más asombrador y maravilloso en su percepción sublime de amor, divinidad, y propósito eterno.

Pero, como apreciarás, esto no sucede fácilmente. Mucha muerte emocional e intelectual tiene que darse. Ello lleva trabajar mucho y duro contigo mismo y juntos. Pero el punto está en que puede hacerse. Mientras continuamos bajando a las practicidades de hacer el amor, quiero recordarte que el pasado es emoción, que cuando tus palabras o sentimientos vienen del pasado, de un momento antes que ahora, estás siendo emocional. Tu no eres sincero, no eres tú mismo, por lo que no puedes ser o hacer el amor.

La emoción, de hecho, es la sustancia de todo deseo sexual pasado que hayas tenido desde tu adolescencia se ha alojado y se ha acumulado en tus genitales o aquella parte del cerebro que los controla. Ellos se acumulan allí como una tensión insospechada. En las mujeres esta tensión se manifiesta como una sutil tensión o estrechez en la vagina, en el hombre como un endurecimiento del pene, expresándose como erecciones involuntarias durante el día o la noche. En ambos sexos esta tensión genital causa prácticamente toda la inquietud, pesadez y descontento.

Una vagina emocional, que es toda vagina hasta que no se la haga sin emociones o sin pasado amándose hermosamente y sin deseos, está imperceptiblemente rígida, musculosa, expectante, autoguardándose, estrechamente receptiva y tensa. Una vagina que ha sido usada por numerosos penes emocionales empieza a reaccionar como penes mismos, volviéndose dura, ambiciosa, y predadora. Ella se concentra en el orgasmo, no en el amor. A medida que se va siendo liberada de la emoción por un pene que se desarrolla en amor y conciencia, la vagina se vuelve complaciente, tierna, dadora, simple, fácil, no demandante y tranquila.

El orgasmo femenino de amor es esencialmente pasivo e inocente. Aprende sus malos hábitos del masculino. El pene es el gurú o profesor de la vagina para lo bueno o lo malo. Durante la penetración, una vagina que se ha hecho hambrienta por un pene erróneo, genera muy poca conciencia de amor para la mujer misma, porque la conciencia o placer engendrado está basado en una satisfacción temporal, emocional. Esto le ocasiona a ella una profunda infelicidad interior. El que ella sea o no promiscua, lo cual es solo una búsqueda desesperada de amor, es irrelevante.

La vagina responde de acuerdo a la energía de lo que previamente le ha entrado o informado. El contacto con un pene purificado de la emoción, o que ha empezado a purificarse, comienza a purificar el proceso en la vagina.

Incluso hoy una vagina virgen está relativamente tensa con un pasado personal o emoción. Esto proviene de las imaginaciones emocionales o sexuales y de la experiencia relacionada, que puede incluir la masturbación y el manoseo masculino. Aquí, también, tan pronto como la virgen es agradablemente penetrada por el pene -esto es, cuando el dolor del entrar que la mantiene temporalmente en el presente cesa - utilizará está sensación placentera para soñar con aquellas viejas imaginaciones y emociones y fracasar en permanecer con la maravilla del amor hecho por su vagina en el presente.

La tensión básica de la vagina virgen, sin embargo se debe a la ignorancia de amar. Una vez, cuando el tiempo y la raza humana era joven, cada mujer virgen comprendía el amor porque ella era amor. No había ignorancia del amor en su consciencia ya que no había emoción en su vagina. Su falta de experiencia física no ocasionaba tensión porque comprendía el amor antes de haberlo hecho, algo que no podemos concebir hoy. Ella estaba libre de la ignorancia emocional de las imaginaciones irreales del amor a las que se entregan hoy todas las vírgenes.

Hoy las vírgenes especulan automáticamente o fantasean sobre el amor porque ya no comprenden el amor o a ellas mismas. Tampoco han habido profesores, gurus auténticos, sobre la tierra que les hablen y les instruyan antes de que reciban impresiones erróneas a través de la experiencia física. Sin la comprensión del amor, las vírgenes empiezan a imaginar lo que es el amor físico y eso genera emoción vaginal, tensión o histeria.

Hoy, con tanto pasado racial o tiempo en el cuerpo humano, la vagina de la niña ya es potencialmente emocional en el nacimiento. Después de la pubertad, cuando la vagina virgen es penetrada, informada o energizada por un pene emocional, el potencial emocional de la niña se actualiza, y entonces se sigue de los problemas predecibles y usuales entre ella y el hombre. En el amor sin emoción no hay problemas de amor entre hombre y mujer.

Debes comprender el pene y la vagina espiritualmente. Ambos son órganos espirituales y juntos son los medios de todo amor sobre la Tierra. Si el amor es Dios -si el amor es nuestra divinidad o la excelencia de la vida- entonces el pene y la vagina son los medios de esa excelencia. Cada hombre y mujer, cada percepción de amor y belleza sobre la tierra, surge de la unión del pene y la vagina. El amor homosexual, como todo amor, es un intento de volver al estado divino donde los principio masculino y femenino están unidos, el estado de unión que trasciende las personas y el amor personal.

El pene es el órgano e instrumento perceptivo más fino en el cuerpo

masculino. Tiene conocimiento y conciencia de sí mismo. Es el órgano positivo, activo de amor sobre la tierra. Sabe exactamente como hacer el amor y que hacer dentro de la vagina. El hombre tiene que aprender a ser su pene durante el acto; para hacer el amor adecuadamente, tiene que entregarse a su inteligencia más grande. En el presente el hombre fuerza su inteligencia inferior emocional, obsesionada con el sexo, sobre él, con el resultado de que el pene no puede hacer el trabajo que se supone.

Sin embargo, ocasionalmente, en un acoplamiento normal la consciencia del pene puede tomar posesión y el acto de amor es sorprendentemente bueno y verdadero, pero eso es la excepción. La mayoría de las veces el acto de amor varía de satisfactorio a mediocre a través de un no evento o desastre, debido a que el pene es utilizado como un instrumento de gratificación por la obsesión sexual o la agresión emocional del hombre y el olvido de sí misma de la mujer.

La cavidad vaginal representa el vacío en la mujer, su anhelo racial, eterno de ser llenado con amor. El pene permanece como el único amor que puede llenarlo, y hasta que el pene no esté allí el hombre y la mujer no pueden estar contentos.

El pene dentro de la vagina simboliza el relleno del enorme hueco que se ha desarrollado en el tiempo entre los dos sexos -la brecha que creó el mundo y a través de la cual el mundo continúa viniendo al nacimiento. El canal vaginal a la existencia está entonces sellado; la cavidad y su masa pérdida se han encontrado uno al otro y están completos. La existencia como la búsqueda para la unión por los errantes masculino y femenino ya no es necesaria.

Pero la vida como nacimiento y muerte continúa; incluso en unión el pene y la vagina están sentenciados a separarse, por arriba el lugar de unión es el útero -el útero y la voluntad de creación. El útero o la voluntad es la fuente de la existencia y no permitirá que el hombre y la mujer descansen mucho tiempo juntos sobre la faz de la tierra. El útero o voluntad nunca puede ser llenado en paz como puede la vagina, porque el útero demanda nacimiento y existencia, no descanso.

Por eso, incluso como hombre y mujer, el pene y la vagina, encuentran descanso y terminación mutuamente, el útero succiona dentro de él las semillas de la vida -y otra parte ausente inquiera, otro pene o vagina, nace.

El pene solo es feliz cuando está erecto dentro del vacío vaginal de la mujer. Cuando está erecto en el vacío del espacio fuera de la vagina, el pene está impaciente, excitable y emocional. En este estado innatural, esta naturalmente considerado por la sociedad como obseso y a menudo por ambos sexos como amenazador. Esto es porque el pene erecto fuera de su natural hogar vaginal es una proyección de la emoción agresiva o de la imaginación, y para cualquier hombre tal erección es demandante e incómoda. Frecuentemente tendrá que masturbarse para liberarlo de su existencia solitaria y fuera de lugar.

Si la naturaleza básica de la mujer es amor, ¿qué ha sucedido a ella? ¿por qué frecuentemente está tan confundida y poco amorosa? ¿cómo contribuye ella exactamente a la eyaculación precoz de su amante? ¿y a su impotencia, a su incapacidad de llegar a la erección? Porque ella también hace eso.

Durante milenios, el hombre con su pene ha hecho gradualmente a la mujer como él sexualmente. El ha inducido en ella una emocionalidad sexual como la masculina, una personalidad sexual forastera, que ya ella no puede distinguirla de la suya. En vez de permanecer el principio de amor femenino, negativo, pasivo, sereno y puro, ha asumido, bajo la tutela sexual de él, una instancia parcial masculina, activa, positiva, completamente opuesta a su verdadera naturaleza.

Por debajo ella permanece mujer pura, amor puro -si puede alcanzar allá abajo a su verdadero ser- pero en sus proyecciones sexuales

superficiales es ahora parte masculina. Un resultado de esto es que en su liderazgo para hacer el amor su emocionalidad masculina se excita como la de él. El efecto inmediato sobre ella es despreciable, pero sobre él es eléctrico. Tan pronto como el pene hace contacto con su cuerpo, estas vibraciones masculinas altamente cargadas se precipitan desde ella hasta él como una onda de excitación y él eyacula precozmente.

El otro problema masculino, la impotencia -no ser capaz de tener una erección- está causado por la falta de amor o consciencia por parte tanto de la mujer como del hombre. Ambos tienen la culpa. Detrás de esto hay un hecho crucial a recordar: el pene se erecta o por emoción o por amor. Sin emoción o amor no se pondrá erecto. Esto sucede frecuentemente cuando las parejas se aburren físicamente el uno al otro y tienen relaciones por el sentido del deber. Si no hay impulso emocional así como amor, conciencia, entre ellos en ese momento, el hombre no podrá tener una erección. Pero si tiene impulso emocional aunque no tenga amor, no tendrá problemas para tener erección.

Un pene emocional no necesita amor para tener sexo, como toda mujer sabe, pero ello será probablemente un asunto unilateral. El pene se pone erecto emocionalmente para gratificarse a sí mismo, para liberar el deseo sexual, enjaulado o la agresión que surge de la obsesión imaginativa del hombre con el sexo. Si la mujer se puede poner en la misma condición mental, y ella puede debido a su lado artificial masculino, serán capaces de gratificarse mutuamente. Pero ello no será amor.

La impotencia no existe en el sentido de signo de deterioro o deficiencia masculina. Muchos jóvenes saludables sufren de impotencia. Tampoco es psicológica en la forma en que la explican los médicos. La impotencia está causada sólo por la falta de emoción o de amor. Por eso cuando un hombre se hace viejo y el vivir le ha golpeado parte de la excitación emocional fuera de él, y debido a que para entonces sea muy frecuente la falta de amor en su cuerpo o en el de la mujer en el acto amoroso, es más probable que sea incapaz de tener una erección.

La impotencia, o no erección, es el estado natural del pene fuera de la vagina. Es la agresión sexual, emocional la que fuerza una erección fuera de la vagina. Un pene que sólo responde al amor únicamente tiene una erección completa dentro de la vagina o justo antes de entrar en ella. Esto es por lo que un pene amoroso consigue una erección pura para realizar el trabajo para el que fue creado -para hacer el amor. Y aquel se hace dentro de la vagina, no fuera en alguna mujer imaginada, o excitación o condición inducida mentalmente. Una vagina amorosa no tiene dificultad en admitir un pene flojo, completo, amoroso, que se volverá inmediatamente firme y autoritariamente erecto para el propósito de amar.

Sin embargo -y esto puede ser importante para el hombre que está intentando purificarse a sí mismo- un pene puro y amoroso no es capaz de conseguir una erección si no hay amor, o el amor es insuficiente, en la vagina de la mujer en ese momento; es decir, si ella está soñando, emocionalmente distraída o demandante sexualmente. Tal hombre no usa la imaginación como la hacen otros hombres. El hombre amoroso encuentra estímulo suficiente en el momento, en el presente, con la mujer con la que está.

La pureza del amor está más allá de la necesidad de imágenes imaginadas y de artificios que requieren del sexo emocional.

### **Comenzar de nuevo, Deshacerse del pasado**

La mujer ha aprendido a hacer el amor de hombres que no saben como hacer el amor. El resultado es caos y confusión. Desde el comienzo del tiempo se la ha manipulado y animado para sentir que la expresión más fina de su amor es complacerlo a él sexualmente. La verdad es al revés: la expresión más fina del amor es para el hombre deleitarla a ella sexualmente.

Esto solo lo puede hacer cuando pueda olvidar su preocupación con el orgasmo y esté lo suficientemente presente en el amor o el altruismo para recoger y recibir las energías divinas de ella, su expresión más fina de amor.

Al enseñarle a ella a complacerlo y satisfacerlo, a través de los años, él ha enseñado a desearlo, a proyectarse a ella sexualmente. Esto la lleva a elegir al hombre que quiere. El deseo y la elección surge de la emocionalidad masculina, el principio activo de partida que hizo del mundo lo que es. Por lo que ella elige a su hombre con sus vibraciones inducidas masculinas y, casi invariablemente, es la persona errónea. La mujer como ser verdadero no desea al hombre. Ella no lo necesita. Ella es el principio pasivo, de atracción. Ella como verdadero ser, es como un imán viviente, irresistible, que sin elección ni error atraerá hacia sí el hombre verdadero que la amará verdadera y divinamente. A diferencia del hombre, la mujer en su verdadero ser puede existir sin penetración sexual o masturbación. Ella espera el amor, no el sexo. Los bebés han sido mucho tiempo su sustituto parcial para el amor en el

sexo. La única razón por la que ella empezó a irse a un sueño al hacer el amor en primer lugar fue para escapar de su creciente falta de amor. La mujer solo anhela al hombre cuando se identifica con su forzada emocionalidad masculina. La ninfomanía es una proyección y una invención totalmente masculina, como las sex-shops, la pornografía y la prostitución.

La mujer ha sido totalmente engañada sexualmente por el hombre, lavada el cerebro de forma patológica. Y hoy día, mientras se congratula con ella misma por el progreso en romper la dominación masculina en el mundo, ella fracasa en percibir que él la tiene tan enganchada como siempre en su sustituto orgásmico y clitoridiano al hacer el amor. El amor, y no la igualdad, es sobre lo que se basan las protestas externas feministas. La dominación masculina comenzó en el sexo y en el sexo continúa sin abatir. Ello es el mundo del hombre y él lo construyó sobre la fuerza de su agresión sexual.

Pero la mujer no puede alterar su posición retirándose del sexo o usando otros mecanismos. Ella los ha probado todos a través de los siglos y ninguno ha funcionado ni funcionará. El problema es ahora racial, más allá de la esfera personal de los que están implicados en resolverlo. Solo la acción divina o la consciencia puede ayudar.

Déjame preguntarte, escuchen ahora las mujeres: ¿Tienes idea de cómo liberarte de la dominación sexual masculina? ¿Cómo tratar de nuevo el auténtico amor a tu vida? ¿Cómo hacer que tu hombre y tú misma empecéis a amar, a amar verdaderamente como algo tangible que podáis realmente crear juntos y construir durante el tiempo que estéis juntos? ¿Lo sabes? Si lo sabes por favor dilo. Dilo ahora, en voz alta o a alguien antes de que yo te lo diga. Dilo ahora antes de intentarlo después de que yo hable, para decirte que tu lo supiste todo el tiempo. Porque si dices eso después, puedes olvidarlo, no vas a cambiar. No vas a hacer el amor. Para traer el amor a tu vida sexual tu vas a necesitar mucha energía nueva. Esa energía comienza con honestidad -honestidad hacia tí misma y hacia la vida que está intentando ayudarte.

Primero, tu debes oírte a tí misma admitir que tu vida amorosa no es suficientemente buena. Debes verbalizarlo, dilo, escúchalo para que no haya escondites, escapes psicológicos. No es suficiente con saber que aman dentro y no decirlo más. Entonces cuando es demasiado tarde, sollozan y gritan por su amor, pero la puerta se cerró de golpe ya, la casa está vacía. Tu debes decirlo ahora para que todo tu ser lo oiga. Segundo, si estás viendo la verdad de lo que he dicho sobre el amor, debes declararte a tí misma que ello es verdad.

Tercero, debes admitir a tí misma que personalmente no sabes que hacer sobre el problema, que no tienes poder fuera de tomar todas las viejas acciones que los seres humanos han tomado en su desesperación, y la desesperación los ha llevado bastante infructuosamente desde que el hombre y la mujer se enamoraron por

primera vez y el tiempo, o la emoción comenzó a venir entre ellos. Sé honesta. Si ya sabes la respuesta, ¿por qué no lo has hecho? Y si tienes la respuesta, ¿por qué estás leyendo esto? Es verdad que una vez tu, tanto hombre como mujer, sabías como hacer el amor. Si estás oyendo la verdad de lo que estoy diciendo, ello significa no solo que estas preparado para recordarlo de nuevo, sino que ya has comenzado realmente a recordar. Y si mientras sigo tu continúas reconociendo verbalmente la verdad de ello, así tu cuerpo o algún otro cuerpo puede oír tu diligencia y humildad, habrá suficiente energía en tí para hacer un comienzo práctico.

Tal honestidad y autoconocimiento genera pasión. La pasión es el poder del amor y el verdadero compromiso. La pasión es la única energía suficientemente poderosa para hacer el trabajo. No va a ser fácil. Necesitarás cada trozo de fuerza y autoconocimiento en tu ser.

Recordar y reconocer la verdad mientras la oyes es una cosa, vivirla o ponerla en practica es la próxima. La vivencia de ella, por supuesto, es lo que realmente cuenta, y eso es duro. Sin embargo, si tienes el coraje, la honestidad propia, y quieres tu libertad, tu amor, te guiaré a vivenciarla.

Por favor pregúntate a tí mismo de nuevo esas cuestiones: ¿Es tu vida amorosa suficientemente buena? ¿Hasta aquí lo que he dicho es la verdad, o te suena como a verdad? ¿Puedes tu mismo a través de tu propio conocimiento o esfuerzo resolver el problema? ¿Necesitas ayuda? Examina esta última cuestión de cerca. Si la respuesta es sí, dí, "Sí, necesito ayuda" Admite que no puedes hacerlo solo, porque cuando tu te abandonas, cuando verdaderamente te entregas en humildad, la ayuda está siempre ahí dentro de tí, y entonces ella aparece fuera de tí. Continúa preguntándote a tí mismo estas cuestiones cada vez que leas esto. Reafirma la energía de honestidad y de la necesidad verdadera. Y mientras pones lo que te he dicho en práctica y lo ves funcionar, reconoce la verdad de ello. Mantén la pasión fluyendo con gratitud al amor y a la vida. De otra forma gradualmente olvidarás lo que has oído y practicando, renunciarás a la lucha y te deslizarás de nuevo al círculo vicioso donde nada puede hacerse.

Para comenzar de nuevo a hacer el amor divino, primero debes aprender a deshacerte de tu propio pasado. Debes desaprender o descartar todo lo que has ya acumulado emocionalmente. Si has tenido un amor roto en el pasado, o una mala experiencia sexual, esa emoción todavía estará en tí, especialmente si eres una mujer. Si eres un hombre y estudias revistas pornográficas o imágenes sexualmente sugestivas, esa emoción está ahí ahora en tí, esperando erupcionar y tomar posesión de tí como excitación y eyaculación precoz a la primera oportunidad sexual. Todos estamos sexualmente cargados, preparados para salirnos emocionalmente tan pronto como haya una posibilidad de penetración.

Pero, por supuesto, nosotros no podemos posiblemente mencionar o

conocer todas nuestras experiencias pasadas asociadas con la emoción sexual estirándonos atrás hacia nuestra infancia. Todas ellas se han fundido en una compleja y profunda oscuridad que es demasiado complicada y oscura para que la podamos definir alguna vez.

### **¿Como empezamos?**

Por tanto, ¿cómo empezamos? ¿qué hacemos?

Quitaremos todas nuestras emociones de nosotros mismos al acercarnos al acto de amor. Tenemos que hacer el amor sin ninguna excitación, ninguna expectativa, ninguna imaginación. Tenemos que ser mucho nosotros mismos, estar muy presentes, muy conscientes, y entendiendo todo lo que hacemos cuando estamos juntos.

En lo que sigue voy a asumir que tienes un compañero/a inteligente que ha leído contigo esto, y que ambos estáis comprometidos en intentar hacer el amor de esta nueva forma. Cuanto menos hagas el amor, más creces aparte. Además, vais a estar haciendo el amor sin emoción o imaginación. El propósito de esto es conseguir que vuestro yo habitual esté fuera de acción, para que aprendáis a dejarlo a vuestros cuerpos. Al principio, hacer el amor puede parecer extraño, incluso frío. En el primer intento podrías o no hacerte una idea. Si la tuvieras, tendrá un retroceso más tarde o más temprano cuando la emoción venga. Pero no te desanimes. Persevera. Continúa. Continúa amando. La conexión volverá o vendrá de repente y entonces se debilitará mientras vas a través de otra onda de emoción que separa. No te puedes deshacer de todo el pasado enseguida o ni siquiera en unas semanas. En realidad tienes que trabajar en ello el resto de tu vida. Pero todo el tiempo estarás haciendo más amor y volviéndote un ser humano más consciente y más amoroso.

Algunos de estos periodos emocionales pueden durar algunos días. Durante ellos, podéis desagradaros mutuamente. Hacer el amor puede parecer imposible. Sin embargo inténtalo cuando puedas, no permitas un intervalo demasiado largo. Sin embargo, si la emoción en alguno de vosotros es demasiado grande para permitir sinceridad o amor, para y trata de nuevo al día siguiente.

Pero, te repito, haz el amor, no te pongas excusas. Poned los cuerpos juntos y mirad.

Comprende que en la guía para hacer el amor y en el acto de amor mismo no debes tener pensamientos o decisiones independientes el uno del otro. Todo ha de ser hecho juntos, discutido y observado juntos mientras lo hacéis. No largos silencios. Debes conversar y verbalizar constantemente, expresando lo que estás sintiendo así como vuestras sensaciones corporales.

Cuando sientas placer, dílo; dí, "Esto es maravilloso", si lo es. Di lo que realmente sientas, no lo que pienses. Se supone que no estás pensando, se supone que estás siendo. Eso significa imitando dentro de tu cuerpo a lo que él está sintiendo, no a lo que estás pensando. Comunica en



palabras. Esto solo te mantendrá consciente y presente frente a frente con el otro.

No te desperdiques sexualmente de un lado para otro. Permanece con una pareja una vez que la hayas encontrado. Las parejas emocionales que no estén comprometidas te debilitarán y harán que pierdas la fe. Conserva la energía. Ella es preciosa. No será fácil encontrar parejas comprometidas.

Si tu estás corrientemente sin pareja, mi consejo es que sólo hagas el amor allí donde haya suficiente amor como para empezar y no sólo para satisfacción o gratificación en cualquiera de los lados. Sino, espera.

Si os encontráis con alguien y comenzáis a gustaros mutuamente, sed sinceros con el otro desde el principio. Decidle la verdad, que estáis intentando amar y elevar vuestra consciencia a través del amor.

Toma responsabilidad. Habla sobre lo que ello implica. Déjale leer esto. Si eres serio y formal en el amor, finalmente atraerás hacia tí mismo una persona que compartirá el comienzo de esta gran aventura contigo. Si la pareja se rompe después de un tiempo, no se ha perdido realmente nada. Ambos habréis ganado en amor y consciencia y sé igual de amoroso y sincero la próxima vez.

Lo más importante, especialmente para las mujeres, es ser vulnerable al amor pero navegar limpia de emociones. Tu conoces la diferencia ahora. No te separes de tí mismo porque te hayan hecho daño. Ten bravura para amar. Ábrete. El amor te ayudará. No permitas que el miedo te endurezca. Fue la emoción y la falta de amor lo que os daño por ambas partes. Es el pasado. Déjalo ir. Ahora que estás empezando a comprender lo que es hacer el amor, tienes la respuesta sencilla y la protección más simple de todas. Sólo haz el amor donde haya suficiente amor para ser sincero y estar presente con el otro desde el principio. Y no te enamores.

Enamorarse es cerrar los ojos, impedir la entrada a tu hermosa consciencia y viajar al país de los sueños mientras estás despierto. Está obligado a terminar en desastre, porque estarás en la imaginación y no verás lo que pasa. Estate en el amor. Estate siempre en el amor cuando estés en el amor. Porque estar en el amor y mantener el amor siempre fresco y nuevo requiere una tremenda consciencia, una tremenda presencia de la clase que te he estado describiendo en este texto. Estáte en el amor de esta forma y tu amor no terminará, porque el amor no tiene fin. Enamórate y tu amor terminará.

Ambos deberíais decidir por adelantado cuando vais a hacer el amor. Permite un tiempo amplio. Sin prisas. Sin distracciones evitables. Es imperativo que la mujer persevere en su decisión de hacer el amor. Si se tuviera que rezagar el momento debido al trabajo o a los niños, ella debe de aclararle al hombre que cuando el momento adecuado venga ella no tendrá dolor de cabeza, o estará demasiado cansada. Ella debe responsabilizarse de ella misma como él debe hacerlo por el mismo. La posición declarada de ella debe ser: "Voy a hacer el amor contigo. No

hay razón para ser impaciente o dudosa. No cambiaré de idea". Si no, cuando se aproxima el momento él empezará a ponerse excitado, ansioso e impaciente. El no lo puede evitar cuando no hay posibilidad de hacer el amor. Su miedo subconsciente más profundo es que ella cambiará de idea y que por alguna razón no lo conseguirá.

La excitación viene por anticipar un final, en este caso un orgasmo. Y él tiene ya que aprender que hacer el amor no es un final, no es un orgasmo, que cuando él pueda hacer el amor y seguir y seguir, tú, su mujer, estarás disponible todo el tiempo y en cualquier momento.

¿Quién no está disponible para amar? ... Sólo aquellos que no lo conocen. Mientras tanto la mujer tiene que disipar la creciente excitación de él reafirmando su disponibilidad.

Lo que excita al hombre y le quita las esperanzas como amante es la supuesta falta de disponibilidad de la mujer. El entonces la desea en vez de amarla, y el deseo pronto se agota o se gasta como toda mujer que alguna vez excitó a un hombre descubre. Por supuesto, si tu relación física es vieja o aburrida, el problema no será la excitación sino hacerla nueva, fresca, presente en cada momento en que vuestros cuerpos se enfrenten mutuamente. Hacer el amor como te estoy describiendo os dará a ambos un nuevo acercamiento, un nuevo interés energético para averiguar si ello funciona, y eso ayudará a mantener los viejos egos habituales fuera y permitir que entren los presentes.

No tienes que preocuparte en tener ganas de hacer el amor, eso es una falsa pista. El cuerpo ama hacer el amor. La parte de ti que tiene o no tiene ganas es el problema; ella es el pensador emocional que se cruza en el camino. Déjasele a los cuerpos y ellos harán el amor. Quédate fuera de ello tanto como puedas.

Al comienzo, especialmente si el hombre sufre de eyaculación precoz, la mujer es probable que sea la más fuerte y directa debido a su natural falta de excitabilidad sexual. Es probable que ella agarre rápidamente el espíritu de lo que estoy intentando comunicar. Ella debe mantener al hombre en lo correcto observando que no tenga ningún desliz en la imaginación, ya que sin darse cuenta su mente comenzará a lanzar imágenes sexuales y eróticas o pensamientos que no tienen nada que ver con la mujer con quién está. Ella debe de trabajar constantemente en mantener baja su temperatura sexual.

Pero ella, también, debido a su emocionalidad masculina adquirida, puede salirse del equilibrio bastante a menudo, particularmente si está cerca de su periodo menstrual. Su periodo, la hace ultradefensiva y suspicaz del hombre y de ella misma, debido a sus asociaciones raciales con la explotación por el hombre de ella a través de su juventud. Su percepción femenina se aumenta y, como estos conflictos con su emocionalidad masculina tratan de proyectarse fuera, al mundo del hombre, ella a menudo se confunde y se vuelve insegura de su rol en esos momentos.

El por su parte debe mantener a ella también recta. El debe estar alerta

para ver que ella esté presente. Pero nunca acusar al otro de ser emocional ya que eso generaría más emoción. Si uno sospecha que el otro es emocional y no está siendo sincero, él o ella debe preguntar al otro preguntas como, "¿qué estás sintiendo ahora? o ¿es esto verdad ahora?" Siempre referirse al ahora, nunca al ayer..

Si cada uno responde honestamente y permanece presente como prometieron hacer, el emocional se verá a sí mismo siendo emocional y, al admitirlo sin discusión o justificación, la emoción tenderá a dispersarse y el amor permanecerá.

Debes continuar hablando. Siempre desde el punto de lo que estás haciendo o sintiendo ahora.

No debéis soñar. Debes mantener al otro presente. Pronto te harás con la maña. Confiad uno en el otro. Oiros mutuamente. No te disgustes con el otro diciendo tu no estás presente. Resiste el impulso de discutir otra vez. Escucha. Descubrid juntos. No hay nada que defender si eres sincero.

Deja que te diga, cuando haya llegado el momento en el que hayáis acordado hacer el amor: desnudaros en la misma habitación. Deja la luz encendida. No te escondas. No te concentres. El amor es un asunto serio, pero no tan serio.

Miraros mutuamente, ojos y cuerpo. Sonríe. No pienses sobre lo que va a suceder o en lo que vas a hacer. Estad allí en la habitación juntos, ahora. De pie desnudos y apartados. Miraros el cuerpo mutuamente -no juzgar, no pensar. Estad en el presente.

Por favor no seas tímido. Agarrate al amor. Comienza amándote a tí mismo y siendo tú mismo, incluido los defectos. Si ves que tu pareja está cohibida, ayúdala. Sonríe. Mira algo bueno y verdadero para decir. Busca la belleza de estar dentro yendo a través del cuerpo. Está allí, mírala. Sé inocente, sé nuevo. No mires atrás. Sé tú mismo, justo como eres ahora.

Estate desnudo tanto psicológica como físicamente. Sé vulnerable. No tienes nada que perder que no hayáis perdido hace mucho, mucho tiempo.

Mientras os miráis mutuamente, viendo verdaderamente, sin usar la imaginación o tratar de saltar de este momento al siguiente movimiento, no puedes pensar, no puedes usar la imaginación -la cual si pudiera, te proyectaría haciendo el amor con algún otro/a o una vagina imaginaria o un pene que no está allí realmente. De todas formas, ¿por qué necesitas la imaginación? ¿para ponerte a tono? ¿para tener una erección ¡No tiene sentido! Eso es un hábito emocional que la mayoría del mundo ha cogido debido a la falta de amor o comprensión. Es un hábito muy difícil de romper, pero tienes que hacerlo. Podemos hacerlo juntos, si estás conmigo en el presente.

No necesitas tu imaginación para hacer el amor porque estás con lo verdadero, el hombre o la mujer viviente real que va a darte el sentimiento más delicioso y placentero que puedas tener -en la carne y

no solo en la mente.

¿Puedes ver como todos hemos sido engañados por la imaginación?  
¿Cómo a través de los tiempos niños y adultos han estado masturbándose y haciendo el amor en la imaginación, inconscientes de que la imaginación, no la acción misma, es una total autoilusión y una cruel adicción? Y a causa de que cada uno consiente en la misma droga imaginativa, su escapismo sin amor es considerado normal e incluso necesario, sin ser para nada considerado.

Déjame anticiparte una cuestión que surgirá en muchos de ustedes, especialmente en los hombres: ¿Cómo te masturbas sin imaginación?

Tú, adulto, no puedes. Cuando ceses de imaginar parará la masturbación. El hábito es la imaginación, no la masturbación.

La imaginación surge de las emociones y eso te conduce a la masturbación. Si tienes que masturbarte, y debido a la emocionalidad masculina la presión a hacerlo es intensa, particularmente los varones, utiliza tan pocas imágenes como puedas. No utilices rostros. Nadie nunca hizo el amor a una cara, excepto en su imaginación. Si eres un hombre, utiliza sólo la imagen de la parte femenina. Consigue sólo la imagen baja. Esa es la más cercana a la realidad. Destérate (libérate) a tí mismo de la cabeza a través de no pensar o codiciar en los momentos normales al sexo opuesto, y el impulso de masturbarte desaparecerá gradualmente.

Empieza ahora a renunciar a la droga universal de la imaginación sexual. Sé tú mismo. Estáte donde estás. Sé responsable. Sin embargo, no te sientas culpable si te masturbas, no permitas que tu niño se sienta culpable. La culpa de ello distorsiona la personalidad de ambos, joven y adulto. El error no está en el acto de la masturbación sino en el mal uso de la imaginación -no sólo durante el acto sino, de forma más importante, durante el resto del día de trabajo, lectura, pensamientos y socialización.

La compulsión a la masturbación es racial. Es parte del pasado genético evolucionario, el instinto masculino proyectado, inconsciente de las especies animales de las que derivamos, y que se aparean mecánica o instintivamente solamente para reproducir. ¡El mono macho se masturba con desafortunada indiferencia y falta de culpa! A diferencia del hombre, el mono no puede evitar su falta de cuidado. Eso es porque no puede hacer el amor. Si el mono tuviera el poder creativo de hacer el amor, se vería a sí mismo masturbándose y se sentiría también desgraciado. Pero su única opción es masturbarse o reproducir.

El poder de hacer el amor, que sólo lo posee el hombre, es la autoconciencia que lo distingue del resto de las especies animales. Sin embargo, cuando hace mal uso, por lo demás de su único y creativo regalo de la imaginación a través de las imágenes sexuales, el toca la puerta de su pasado animal, en el impulso mecánico animal, y se masturba y se acopla sin amor. Entonces el no es feliz. Hasta que el hombre no haya hecho suficiente amor para devolverse a su lugar a sí

mismo sobre la tierra, no podrá ser feliz.

¿Has perdido el impulso de hacer el amor mientras he estado hablando?

No realmente. El cuerpo no pierde el impulso de hacer el amor. El siempre disfrutará haciendo el amor si el monitor, tú, no se pone en el camino.

Sonreiros mutuamente y abrazaros, todavía de pie. Este es el momento en que es probable que empiece la imaginación, cuando estás mirando por encima del hombro del otro, o cuando cierras los ojos. Por eso, no ojos cerrados.

Siente la carne del otro, la espalda, los brazos. No pienses -siente.

El hombre puede acariciar a la mujer; ella puede acariciarlo y tomarlo con amor pero no debe acariciar sus genitales. Ella permanece pasiva, interesada y no demostrativa. Es trabajo de él complacerla y deleitarla, darle a ella y no excitarse él mismo. El debe sólo enfocarse en complacerla, y esto le dará a él placer sin emoción. Está bien besarse suavemente en los labios y en el torso, pero no en la lengua. La lengua puede ser como un pene emocional; los amantes se pierden y se esconden ellos mismos en tales besos.

El amor se hace conscientemente en la vagina -tú no estás allí todavía. No debe haber sustitutos.

Cuando estés allí y hayas aprendido a estar totalmente presente allí, puedes hacer cualquier cosa que requiera vuestra pasión mutua. En este momento, continúa presente con el otro diciendo lo que sientes en voz alta. Si sientes que sube la pasión, o, la excitación, dilo.

Pon tu atención en el plexo solar, porque es donde empieza la pasión antes de desbordarse a los genitales. La mujer será capaz de sentir el plexo solar antes que el hombre; en su excitación él es probable que lo pierda y se conecte arriba con la emoción en el pene.

Sonrie, haz una broma si quieres. Tal vez sientas que hacer el amor así es tan clínico como una visita al médico. Es verdad. Eso es como se supone que es, hasta que te abras paso.

Permanece conmigo, por favor. Es posible que el hombre no tenga erección o que pueda perderla. Si la ha perdido a causa de la falta de estímulo imaginativo, es una buena cosa. Continuando así es menos probable que tenga una eyaculación precoz cuando erecto dentro de ella. O puede haberse vuelto tan dependiente de la imaginación que no pueda conseguir la erección sin dicha imaginación. Esto es más probable si tu acto amoroso en el pasado ha sido habitual.

Recuerda, una erección sólo es necesaria en la vagina donde se hace el amor, por tanto él no necesita una erección en esta fase. Si tiene una erección completa ahora, él es emocional y ya está en el camino de un clímax prematuro. Pero, no debería sentirse descorazonado si no la tiene; él solo tiene que mantener fuera cualquier estímulo imaginativo, para que su excitación no se vuelva incontrolable cuando entre en la mujer.

Ella debe recordarle eso continuamente, para que se mantenga

separado, interrumpiendo la fuerza de su deseo, y mantenga a raya su temperatura sexual. Si el hombre pierde o medio pierde su erección, puede permitirse besar los pechos de ella o acariciar sus genitales, pero sin la penetración de los dedos -en otras palabras, mostrarle a ella amor en sus manos.

El no necesita una erección para sentirse apasionado y amoroso e inhalar la fragancia espiritual de su presencia femenina. A medida que él la ama de esta forma, la pasión de ella irá subiendo. Mientras ella se ocupa de mantener la imaginación de él a raya, él debe estar alerta para ver que ella está presente realmente, especialmente si ella está disfrutando siendo acariciada. Ellos deben continuar hablando, siempre sobre lo que cada uno está sintiendo ahora. No largos silencios. No feliz euforia que no sea verbalizada o compartida con el otro.

Si el sentimiento es dulce, hermoso, bonito, maravilloso, cualquiera que sea la palabra adecuada, ella debe decirla.

El trabajo de él es complacerla, y ella debe responder y agradecer su amor. Sin embargo, ella debe ser cuidadosa y no sólo observar el sentimiento que está sintiendo: ella debe aspirar a ser el sentimiento, poner su consciencia en esa parte del cuerpo donde está el placer.

## **EL AMOR PARA LA MUJER**

Haz el amor por amor, sólo por amor. Y cuando estés haciendo el amor no esperes nada más allá de ese momento. Si no hay amor en tu compañero, deja de hacerlo; no hagas el amor. ¿Estoy hablando especialmente para ustedes, mujeres! Si sientes que hay amor en el hombre, o sientes que el amor está en ti y quieres hacer el amor porque quieres SER amor con ese hombre, entonces debes ser capaz de entregarte a él completa y totalmente. Debes aprender cómo darte AHORA y no estar con un pie en el ¿sí? y el otro en el ¿no?. No debes protegerte de esa manera, porque de esa manera sólo estarás cuidando tu emoción. Pondrás una condición en tu hacer el amor. Tu protección es: no hagas el amor por nada excepto por amor.

Entrégate completa y totalmente, y de este modo puedes emplear el amor: para ser tú misma y para ir más adelante, aun si el hombre no es apto. El hombre no sabe cómo amar. Si tu amante sabe, entonces es maravilloso pero es muy, muy raro, porque el hombre se excita y la excitación nunca le hizo el amor correctamente a la mujer hasta ahora. Cuando el hombre no es apto para esto, ustedes mujeres, deben ser muy, muy fuertes. No deben ponerse emocionales después de hacer el amor... pensando: ¿A dónde va esto? o ¿No tuve un orgasmo? o ¿El me falló?. Si él te está fallando, ¿para qué haces el amor con él? Tienes que hacer que el hombre actúe correctamente. Tienes que decir: ¿No voy a hacer el amor contigo si te vas a perder en ello. Si no puedes ser un hombre y librarte de esa maldita excitación no voy a hacer el amor contigo.? Eres mujer. Deseas que te hagan el amor. Así que el hombre no tiene que comportarse como un chico o un bebé, ¿o saltar para arriba y para abajo con una estrepitosa erección, tratando de perderse en ello! ¿Eres mujer! Es verdad, la liberación femenina está aquí. Pero debes entender lo que es. Es hacer que tu amante actúe correctamente. Mujeres, deben hacer que sus amantes actúen correctamente, y entonces no serán mal usadas ni tendrán nada por lo cual ponerse emocionales. No deberían hacer el amor si ellos son niños: si se pierden a sí mismos. O, si los aman, entonces deben hacerse responsables y enseñarles. Y esto los hará a ambos más responsables. Requiere gran presencia hacer que los cuerpos se muevan correctamente, sin excitación, y ambos son responsables por hacer que ande bien. No es algo mecánico. Debes abandonar la idea de que si no hay algún tipo de romance, hacer el amor es algo mecánico. Se requiere gran conciencia para hacer que el cuerpo del hombre no esté excitado, para que entre en ti con tal presencia que puedas sentir la belleza. Sin emoción, sin imaginación, sientes la belleza, el puro placer de la sensación. La realidad de la mujer es que eres responsable por el amor, hacer el amor sólo por amor y ser vulnerable al amor. Debes ser vulnerable al amor, de lo contrario el amor no podrá enviarte amor. Dices: ¿Puedo ser amada. Soy vulnerable al amor, pero sólo al amor. Soy mujer.? La mujer real siempre está disponible. Está disponible para ser amada AHORA. Para ser amada por el amor, porque ella no se entrega a nada más. Muchas mujeres me han dicho que le han dado la espalda al amor. Lo abandonan antes que

pasar otra vez por la misma vieja historia. No pueden soportarlo más. Pero mañana puede venir el amor. Si te has plantado en el pasado, el amor no te puede enviar amor. Si la persona correcta llega a ti, entonces debes estar abierta a ello. Mujeres, tienen que ser fuertes. Tienen que encontrarse a sí mismas. Son vitales para la realización de la conciencia que es esta enseñanza, dado que soy el Maestro del hombre para la mujer. Estoy trayendo a la vida el principio femenino. ¿La mujer debe ser mujer! En su propia sensación la mujer sabe lo que es ser mujer, pero lo pasa por la pantalla de la mente y las emociones y entonces se confunde acerca de lo que es. La mujer es muy poderosa. Pero no es en absoluto poderosa del modo en que lo expresa en el mundo. No va a llegar a ningún lado en este mundo porque éste está hecho por el hombre. Ella sólo se acopla a él. Sólo compite con él. Siempre va a ser usada por él. No puedes competir con el hombre en este mundo. No tienes esperanzas. Estás siendo manipulada por la conciencia de masas masculina. ¿Debes ser mujer! En primer lugar, sólo debes hacer el amor por amor y no debes hacer el amor con un hombre emocional. Eso es todo lo que necesitas saber: el amor dentro tuyo te informará de cualquier otra cosa. Entonces debes enseñarle a tus amantes. Con tu tremendo poder sobre el hombre, debes hacer que tus amantes sean rectos. Debes decir lo que estás haciendo: ¿Estoy creciendo en amor y conciencia y no quiero ser infectada ni inyectada con emoción. Muéstrame el amor que reconozco como amor ahora. No haré el amor hasta que esté allí. Cuando haya suficiente amor en el hombre y cuando en tu ser mujer digas: ¿Sí, haré el amor con él?, úsalo entonces para entregarte total y completamente al amor. Al amor, no al hombre. Entrégate al hacer el amor, usándolo para ti misma, dando tanto como puedas. Si el hombre se excita y no puede dar mucho, no te desanimes. No te aferres al momento. No te pongas emocional después. No te preguntes adónde está yendo la relación ni te pongas de malhumor porque falló otra vez. Úsalo para ti misma y abandona la emoción. Haz uso de cada ocasión en que haces el amor. Tienes que hacerte andar bien. Haz el amor, no cuando pienses que quieres sino cuando sientas que está bien. Lo que sientas de tu amor te va a guiar. Te conducirá hoy o mañana a alguna persona o situación en la que harás el amor. Estoy hablando acerca del amor y de lo que el amor hará y asumo aquí que cosas tales como la anticoncepción



y el riesgo de infecciones sexuales han sido previstas para que no tengas preocupaciones. Entonces, si vas a ir y hacer el amor, hazlo desde lo que sientas dentro tuyo: ¿Hay amor aquí?...Sí, aquí hay amor. ¿Sientes la sensación de ti misma? ¿La estás sintiendo ahora? Es allí donde haces el amor. Esa sensación es la que hace el amor. \* Ahora bien, para ustedes, hombres: es así como debería ser cuando van a hacer el amor con una mujer. Deben estar tan quietos interiormente como están ahora conmigo. La excitación del amor o la pasión aparecerá primero en tu plexo solar. No en tus genitales. Siente siempre esta sutil y maravillosa excitación a través de tu plexo solar. Y sigue sintiéndola allí. Si va a los genitales, te pierdes y empiezas a desear. Vive con la belleza, la sutil excitación en el plexo solar. El resto seguirá naturalmente. Y tú, mujer... Sigue sintiéndolo allí. eso es romance, el romance es en el plexo solar. Y, hombres... la alegría del olor de la mujer o la fragante anticipación de estar con la mujer está en tu plexo solar. Es allí donde ustedes dos se comunican. Permanece allí. No te preocupes por los genitales. No trates de excitar la conciencia genital: te pondrás emocional. El amor llegará a los genitales sin que te esfuerces.. Todos ustedes han oído que la mujer tiene que estar lista para hacer el amor: ése es un sinsentido construido por la mente; no es verdad. La mujer está siempre lista para hacer el amor cuando hay amor. Ustedes mujeres, tienen que saber esto: siempre están listas para hacer el amor cuando hay amor, cuando suficiente espíritu se manifiesta a través del hombre. Debes empezar a sentir tu pasión en tu plexo solar. Obsérvalo por ti mismo. Volvemos a la realidad en la que te sientes a ti mismo. Hazlo ahora. Siente el plexo solar. Siente la alegría o la pasión. Está allí. Ahora. Por debajo de las emociones. Siempre está allí. ¿Lo sientes? Siente la alegría o la pasión en tu plexo solar. ¿Lo sientes? Todo tu amor sexual, tu verdadera atracción sexual, del hombre por la mujer, está en el plexo solar, ahora. No hay razón para que estés excitado en los genitales. Esa hermosa sensación de comunicación entre los principios masculino y femenino está allí en ti ahora. Es allí donde está tu pasión. ¿Lo sientes? \* Si alcanzas la pasión en ti cuando estás solo, no debes pensar. No debes fantasear acerca de ello. Debes sentir la pasión sin pensamientos. El pensamiento te saca de la sensación y te pone en tu imaginación. La sensación no necesita pensamientos. ¿Lo sientes? Siente tu

pasión. Siente allí tu anhelo. La otra cara de la moneda de la pasión es el anhelo. Todos estamos anhelando. Todos estamos anhelando amor, vida, unión con nosotros mismos. El anhelo es la pasión por la vida, por estar unido con la vida. Si vemos un pájaro o una flor, podemos sentir nuestro amor por el pájaro o la flor en nuestro plexo solar, porque anhelamos ser uno con esa flor y ese pájaro, no tan fuertemente como queremos estar unidos con el hombre o la mujer, pero el anhelo está allí. Anhelamos ser uno con la vida allí donde vemos algo que es hermoso. Y no hay nada más hermoso que el espíritu y la pureza, brillando a través de la mujer o el hombre. Esto crea la verdadera pasión por la unión. Siente ahora tu plexo solar. Quédate quieto interiormente por un rato y conéctate con la energía de lo que he estado diciendo. Mantén el esqueleto erguido. Permite que la carne caiga. Observa si puedes sentir la acumulación de tu propia sensación dentro de tu cuerpo. Observa si puedes sentir tu plexo solar. Ese es el centro de la sensación que sientes. Es allí donde tu amor aparece. Allí es donde está.

Extractado de "Stillness is the Way" (La quietud es el camino), transcripción de un curso intensivo de meditación. Barry Long sugiere que cada vez que aparezca el signo \* ,detengas la lectura, medites y sientas dentro tuyo la realidad de lo que has leído.