

A Energia Sexual e a Espiritualidade

extraído, com pequenas alterações, do

site: <http://pedacinhosdeluz.blogspot.com/2009/03/energia-sexual-e-espiritualidade.html>)

Para o aspirante à evolução espiritual, esse é um assunto complexo e, um tanto constrangedor.

Temos que considerar a diferença de propósitos entre nossa personalidade e nosso ser superior.

Nossa personalidade usa o sexo para satisfazer seus desejos e impulsos, visando o prazer carnal e a reprodução; enquanto que, nosso ser superior pode utilizar a energia sexual na ascensão espiritual, envolvendo o amor.

Nosso ego controla nossos desejos, extravasando a energia sexual apenas pelo chakra sexual, sem elevar essa energia aos chakras superiores, dentro de um propósito divino, como almeja nossa alma.

Na personalidade, especialmente no período da juventude, quando os hormônios masculino e feminino estão no seu auge, a sexualidade ocupa um papel destacado na maioria das pessoas, que olham para o sexo oposto como parceiros em potencial, sem considerar a possibilidade de uma relação de cunho espiritual. Simplesmente, quer sentir o prazer que o sexo proporciona, e pronto! Se não possui um parceiro sexual não consegue se sentir feliz, e pode se tornar irritadiço e mal-humorado.

Nossa alma busca elevar a energia do chakra Svadhisthana que significa “Morada do Ser” visando uma conexão com o Alto e para chegar a orgasmos muito mais satisfatórios, plenos de espiritualidade, além da volúpia carnal, com emoção, responsabilidade e muito carinho. Quando a alma está presente na relação, o sexo não é mais a satisfação de nossas descargas

hormonais, mais um ato puro e legítimo de verdadeiro amor! O nível de prazer é incomparável neste caso, podendo ser atingido o êxtase espiritual. Para maiores informações, consulte Tantra (2). O sentimento amoroso deve ser partilhado entre as partes do casal, de uma maneira suave e terna, em que os parceiros fundem-se em um só sentimento. A alma coloca em primeiro lugar a outra pessoa e quer partilhar esse amor o maior tempo possível. Nada se espera em troca e tudo se ganha.

Nossos sentidos (tato, visão, paladar, audição) se aguçam e nos tornamos muito mais sensíveis ao delicado prazer. Toda pessoa que está completamente centrada nos princípios divinos do Amor Incondicional e **não admite** outro tipo de relacionamento que não seja baseado na compreensão, companheirismo, amizade, cumplicidade, carinho, pode passar muito tempo sem ter relações sexuais, sem que isso lhe cause qualquer perturbação, até encontrar o parceiro que compartilhe de suas idéias. Mantém-se à espera do parceiro correto para vivenciar uma relação mais amorosa e livre de amarras cármicas. As amarras são como fios de energia ligando um ao outro. Em toda relação sexual, existe troca de fluídos entre os parceiros. Cria-se um vínculo espiritual entre eles que não pode ser rompido, a não ser por um processo de purificação.

Se não dominamos nossos impulsos sexuais, poderemos ser envolvidos pelas amarras cármicas, por onde continuam fluir sentimentos entre as pessoas conectadas.

Por exemplo, se dormirmos com uma pessoa mal humorada, com crises de depressão, ou com muita raiva, passamos a vivenciar essas pesadas emoções de nosso(a)s parceiro(a)s. Muitas vezes, começamos a apresentar o mesmo comportamento daquele(a)s. Seria mais do que inteligente de nossa parte escolher com cuidado nossos parceiros.

O estado emocional que tivermos na hora da relação será o que iremos implantar em nossos companheiros (as). Antes de nos envolvermos com alguém, devemos ponderar amorosamente o que isso vai gerar na outra pessoa e em nós mesmos! Culpa? Remorso? Qual sentimento será gerado em você? Que tipo

de energia irá trocar com a(s) outra(s) pessoa(s)? A energia sexual é uma das mais poderosas do Universo. Tentar controlá-la não é tarefa fácil. Precisamos escolher entre nossa consciência animal e nossa Consciência Crística. Devemos elevar nossos instintos mais primitivos para uma condição de Amor Incondicional, quando nos pegamos olhando para alguém ou pensando em alguém com desejo puramente sexual. Isto requer auto-vigilância constante!

Precisamos começar a aprender a trabalhar com a energia sexual e purificá-la.

Como purificar essa energia?

Em primeiro lugar, devemos ter em mente que nosso corpo não é isolado de nosso Aspecto Divino. Quando reconhecermos esta verdade, poderemos usar a energia sexual como um instrumento para nos conectarmos com Ele.

Precisamos abrir todos os nossos chakras, principalmente o do coração e não utilizar mais só os dois primeiros (basal e sexual). Abrindo nosso chakra do coração para a energia sexual, quando estamos amando nosso par como a nós mesmos, fortalecemo-nos contra doenças físicas e/ou psíquicas.

A energia da sexualidade precisa encontrar seu caminho para a Força Criativa de Deus.

Uma das práticas para sublimar a energia sexual é a abstinência de ato sexual por um curto período de tempo, que varia de pessoa para pessoa, conforme sua providência e necessidade. Quando retomarmos as atividades sexuais, procuremos fazê-la com a alma. Sinta suas emoções! Tente ficar só com você mesmo. Conecte com seu Eu Superior. Seja o senhor de sua sexualidade e não se deixe dominar por ela.

Eleve sua energia sexual ao Plano Superior, toda vez em que senti-la atuante em você. Peça ajuda ao Mestre Ascencionado que tiver mais afinidade, para que ele o oriente como controlar e equilibrar sua energia sexual, de forma seja usada apenas com amor. O objetivo disto é a sublimação de sua energia interna. Tente elevar

essa energia da seguinte forma: Inicie o por seu chakra básico. Visualize-o na cor vermelha, girando em sentido horário, por alguns segundos.

Em seguida, visualize seu segundo chakra, na cor laranja, girando em sentido anti-horário e reunindo toda sua energia interna sexual. Comece a elevação energética em sua tela mental, na forma de uma esfera de luz laranja que serpenteia, em sua coluna vertebral e passa por todos os seus chakras.

Passe a esfera por seu chakra do plexo solar, seu terceiro. Depois, passe-a em seu quarto chakra, o cardíaco. Após isto, pelo quinto chakra, da garganta, pelo sexto da terceira visão, pelo seu coronário (sétimo chakra) e finalmente estabilize essa energia laranja, elevando-a a sua Presença Eu Sou.

Quando sentir sua energia sexual ancorada na Presença, proclame: Eu Sou abençoado por esta energia, agora!

Peça ao Mestre Ascensionado que o ajudou a manter estável dentro de você a energia sexual elevada. Faça esses exercícios dos chakras toda vez que sentir impulsos sexuais desenfreados. É muito importante, durante o processo de purificação que se abstenha de relações sexuais. Quando sentir que pode controlar essa energia, volte a pensar em seus relacionamentos com outra postura. Sempre que estiver fazendo amor com seu(sua) parceiro(a), eleve sua energia sexual ao Plano Superior de Luz, à sua Presença Eu Sou. Essa prática deve ser usada assim que comecem as carícias amorosas preliminares. Em seguida, entregue-se ao amor de corpo de alma. Além de mantê-lo como uma pessoa sexualmente mais equilibrada, acelera seu processo de ascensão, em virtude da transmutação energética para propósitos além dos mundanos. E lembre-se: o prazer é muito maior...

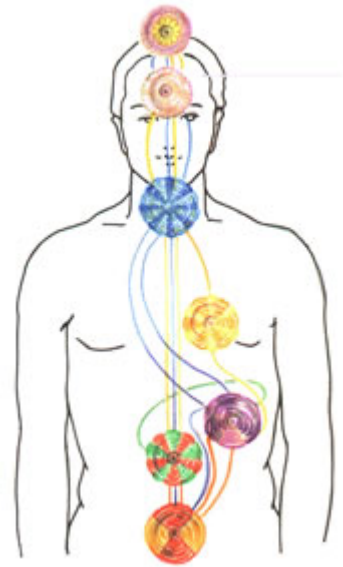
Dessa forma, você se tornará um gerador de Amor e Luz, emanando apenas isto para quem se relacionar com você.

Perceberá que é muito mais gratificante um relacionamento baseado na elevação divina de sua energia sexual.

(1) Kundalini - (Wikipédia)

Kundaliní é o alegado poder espiritual primordial ou energia cósmica que jaz adormecida no Múládhára Chakra, o centro de força situado próximo à base da coluna, e aos órgãos genitais. É a energia que transita entre os chakras. Deriva de uma palavra em [sânscrito](#) que significa, literalmente, "enrolada como uma cobra" ou "aquela que tem a forma de uma serpente". É a energia do Universo em seu aspecto [Purna-Shakti](#), total, como potencial, sendo o [Prana-Shakti](#) o aspecto biológico, ou físico, como calor, eletricidade, etc.

O termo é feminino, deve ser sempre acentuado e com pronúncia longa no í final. Muitos por a considerarem sagrada, grafam o nome com "K" maiúsculo. O símbolo do [caduceu](#) é considerado como uma antiga representação simbólica da fisiologia da Kundalini. Segundo a crença, enquanto está adormecida, assemelha-se a uma chama congelada. O "despertar" da energia divina *Shakti Kundalini* requer a orientação de um mestre realizado, para que o ativamento e desenvolvimento sejam apropriados e conduzam à meta suprema do [Yoga](#) que é a paz interior e a realização divina. É também tema de estudo no campo da psicologia onde a reputam de difícil condução com a disciplina e maturidade que são requeridas para esse intento, pois é um conceito oriental, com outros significantes, e sem paralelos com a psicologia. Não existem evidências científicas que corroborem as alegações do Kundalini.



(2) Tantra - (Wikipédia)

Tantra ([Sânscrito](#): tratado sobre ritual, meditação e disciplina), [yoga tântrico](#) ou **tantrismo** é uma filosofia comportamental de características matriarcais, sensoriais e desrepressoras. Essencialmente, a prática tem por objetivo o desenvolvimento integral do ser humano nos seus aspectos físico, mental e espiritual.

Origem da expressão

A palavra "tantra" é composta por duas raízes acústicas: "tan" e "tra". "Tan" significa expansão e "Tra" libertação.

Tal denominação tem as suas raízes em fatores históricos muito sutis, pois esta filosofia comportamental, durante a época medieval, foi severamente reprimida na Índia Hinduísta, fortemente espiritualizada. Esta era a forma como os seguidores desta filosofia a viam. Libertadora, mas mantida em segredo (na escuridão).

Dispondo de imensos significados e interpretações, mais ou menos corretos, tais como **teia**, **trama** ou **entretecido**. Tantra pode ser interpretado, mais corretamente, como algo que é regulado por regras gerais.

Descrição

Tantra é uma filosofia hindu muito antiga cuja natureza comportamental mais lhe faz delinear, tendo por características: [matriarcal](#), [sensorial](#), [naturalista](#) e [desrepressora](#), também é o Tantra um complexo sistema de descrição da realidade objetiva tornando-o assim uma ciência prática e aplicável, sendo a base do pensamento de um povo muito muito antigo que até hoje faz ecoar sua influência sobre a sociedade contemporânea.

Nas [sociedades primitivas](#) não-guerreiras, na qual a cultura não era centrada na guerra, a [mulher](#) era fortemente exaltada e até mesmo endeusada, na medida em que dava vida a outros [seres humanos](#). Dai, a qualidade matriarcal. A partir dessa qualidade desdobra-se a qualidade sensorial ("a mãe dá à luz pelo seu ventre e alimenta o filho pelo seu seio") e a desrepressora, tendo que a mãe é sempre mais carinhosa e liberal que o pai, pelo fato de o filho ter nascido do seu corpo e a própria natureza, normalmente, ter o macho como mais agressivo.

Baseado quase inteiramente no culto de **Shiva** e **Shakti**, o tantra visualiza o Brahman definitivo como Param Shiva, manifesto através da união de Shiva (a força ativa, masculina, de Shiva) e Shakti (a força passiva, feminina, de sua esposa, conhecida também como **Kali**, **Durga**, **Parvati** e outras). Está centrado no desenvolvimento e despertar da **kundaliní**, a "serpente" de energia ígnea, de natureza biológica e manifestação sexual, situada na base da espinha que ascende através dos [chakras](#) até se obter a união entre Shiva e Shakti, também conhecida como [samadhi](#).

No Tantra, ao contrário da maioria das filosofias espiritualistas, se vê o corpo não como um obstáculo mas como um meio para o conhecimento, para o Tantra, todo o complexo humano é vivo e possui consciência independente da consciência central e por isso mesmo é merecedor de atenção, respeito e reconhecimento, para tanto, usa [mantras](#) (vocalização de sons e ultra sons em [sânscrito](#)), [yantras](#) (figuras geométricas, desde simples a complexas, como mandalas, por exemplo, que representam as diversas formas de Shakti) e rituais que incluem formas de [meditação](#) de grande complexidade (realizadas apenas com apoio de um [guru](#) experiente, pois podem ser fatais). Afirma-se que poucas pessoas estão prontas para o tantra, principalmente aquelas tipo *pashu-bava* (disposição animal). A observância do celibato, honestidade, respeito aos mais velhos, limpeza corporal, limpeza ritual através de orações e outros processos, por longos anos, deve levar ao abandono dos desejos, ambição, motivação sexual, etc. Se ainda assim estas características persistirem, a pessoa não está apta para o tantra. Portanto, mais ainda que outros [yogas](#), o tantra, seja hindu ou [budista](#), é um sistema que depende de um guru e que tem poucos adeptos fora da Índia.

Os dois ramos

Segundo alguns autores o tantra é composto por dois ramos denominados a "mão esquerda" e a "mão direita". Embora o objetivo geral dos dois seja o mesmo, os processos utilizados diferem. A "mão esquerda" está ligada muitas vezes à procura de poderes ocultos e à extroversão de energia psíquica sob forma de capacidades supra-normais. A "mão direita" está ligada à canalização de toda a [energia](#) para a elevação espiritual do ser humano. Este é também conhecido como "Vidya Tantra" ou tantra do conhecimento e a mão esquerda como "Avidya tantra". O tantra corretamente praticado acelera rapidamente o progresso espiritual do ser humano. Apesar disso o tantra é muitas vezes encarado com desconfiança devido a certos aspectos do avidya tantra. É bem conhecido o fato de que o Budismo Tântrico sempre enfatiza a necessidade de supervisão por um orientador de confiança.

Influência no ocidente

Alega-se que o tantra teve forte influência no ocidente nas [ciências ocultas](#). Diversos ramos do [ocultismo](#) contemporâneo, particularmente os que se dizem [gnósticos](#) ensinam alguma versão de "sexo sagrado", e são conhecidos pela expressão "espermo-gnósticos".

Muito da linguagem sexual encontrada na [alquimia](#) supostamente tem sua origem em tradições orientais relacionadas com o Tantra. Particularmente a linha [thelemita](#), fundada pelo polêmico [mago](#) e [ocultista](#) do início do [século XX](#), [Aleister Crowley](#), alega ter levado essa influência ao seu maior extremo e se apresenta como um tantra ocidentalizado. Outra linha tântrica, que pode ser chamada de Tradição da Mão Direita, foi muito difundida, [Arnold Krumm-Heller](#) e [Samael Aun Weor](#). Para eles, o Tantra teria como "braço mágico" certas práticas que canalizariam a energia sexual para o Despertar da Consciência Espiritual.

Nadi - Wikipédia

A palavra **Nadi** vem da raiz *nad* (do [sânscrito](#)), que significa canaleta, córrego, ou fluxo do nada, e é o canal pelo qual circula o [prana](#) pelo corpo.

Definição

Uma **Nadi** (plural: Nadis) é uma formação de [energia](#) na forma de canal na qual o [prana](#) flui e pode se conectar aos [chakras](#). Ele ainda não é aceito pela comunidade [científica](#).

Elas começam do centro dos chakras e fluem para a periferia se tornando cada vez mais finas, tendo uma função extra sensorial, causando em parte as respostas empáticas e instintivas.

Número e Principais Nadis

Existe uma indefinição nos tratados quando ao número de Nadis. No [Shiva Samhita](#) é de 350.000 Nadis. Já o [Hatha yoga Pradipika](#) mencionava, há 3500 anos, 72.000 Nadis. Na prática do Yoga são mencionados entretanto somente as três principais: Sushumna, Ida e Pingala.

A [Sushumna](#), é talvez o mais importante dos canais de energia. Ela segue o alinhamento do [Merudanda](#) (Meru: a montanha que é o eixo do mundo pela mitologia Hindu), o eixo da coluna vertebral (cerebro-espinhal) e flui da extremidade inferior da mesma até chegar a extremidade da cabeça, na assim-chamada coroa-craniana. Sushumna é descrito como de cor vermelha (a cor do fogo (Agni)).

As nadis da Ida e da Pingala são frequentemente relacionados aos dois hemisférios do [cérebro](#).

[Pingala](#) é o princípio masculino (aquecendo-se para acima, tem como qualidades a extroversão e a energização). É a nadi solar, e corresponde ao lado direito do cérebro.

[Ida](#) é o o princípio feminino (tranquilizando para baixo, tendo como qualidades a introversão e a serenidade). É a nadi lunar, correspondendo ao lado do esquerdo do cérebro.

As duas nadis são estimuladas e limpas com a prática do [Nadi Shodhana Pranayama](#), que envolve respirar alternadamente através das narinas esquerdas e direitas, que estimulariam alternadamente os lados respectivamente direito e esquerdo do cérebro.

Nadis são consideradas às vezes como estendendo até à pele do corpo, outras como se estendendo ao limite da [aura](#).

Chakra Sexual

O nome sânscrito Svadhisthana significa “Morada do Ser”, sendo que ele é mais conhecido como chakra sexual – o que contribui para algumas distorções. Também Pode ser chamado de Chakra esplênico – um “aportuguesamento” de spleen, que é “baço”, em inglês – ou chakra sacro – em referência ao osso de mesmo nome.

Localização: Alguns adeptos do uso exclusivo do sistema de 7 chakras colocam o Svadhisthana um pouco acima do Muladhara, dois dedos abaixo do umbigo ou sobre o baço, como na ilustração aqui do lado.

Svadhisthana é o chakra das parcerias e do respeito ao próximo. Rege todas as formas de relacionamentos (e não apenas os sexuais!), principalmente nas questões que envolvem integridade e honra. No momento em que a nossa verdade é maculada (quando vivemos um personagem, e não nós mesmos), todo o sistema é comprometido, e isso é especialmente interessante em um

chakra que nos fala das relações de poder, o controle que temos sobre outras pessoas e/ou que estas têm sobre nós.

Cada ser cumpre o seu papel. Mesmo os que nos incomodam por algum motivo (ou especialmente estes) têm algo a nos ensinar. Os relacionamentos não são negativos porque existe algum tipo de resistência ou oposição, mas porque transformamos o outro em um inimigo – neste momento a energia muda.

Na tradição védica, Vishnu, o Senhor da Preservação, é regente deste centro de energia. É ele quem, de tempos em tempos, se manifesta na forma de um avatar para salvar o planeta de grandes catástrofes. Duas destas encarnações (no total de 10) são bastante conhecidas: Rama e Krishna. A preservação da raça humana depende de seu instinto de procriação, daí um dos aspectos da sexualidade de Svadhisthana - “crescei e multiplicai-vos”.

Esta é a morada dos desejos, sensações físicas e fantasias, por isso está associado à criatividade e tem uma forte conexão com o chakra laríngeo – Vishuddha. De um lado a criatividade instintiva e, do outro, a criatividade inspirada. Artistas, de um modo geral, combinam muito bem estas duas forças para que suas idéias fluam de forma harmoniosa, produtiva e concreta.

Quando equilibrado, o segundo chakra promove um fluxo natural com a vida e os sentimentos, sem jogos, dependências ou manipulações e com grande entusiasmo e alegria. Fora do prumo, encontramos possessividade, ganância, medo de perdas, abandono, ciúme, ressentimento e solidão, entre outras coisas.

Harish Johari, por exemplo, diz que, enfraquecido, o chakra sexual pode provocar um estado de vazio e ausência de propósito; nada que é seu lhe excita, agrada ou chama a atenção, de modo que pode despertar inveja de possuir o que pertence ao outro – bens, recursos e talentos.

Outros problemas que surgem podem ser de ordem urinária e, como não poderia deixar de ser, sexual. É dito também que 30% da energia deste chakra é canalizado para a vitalidade das pernas, logo, para qualquer problema nos membros inferiores é preciso avaliar o grau de comprometimento deste chakra. .