

Por favor, oprima Control+D para guardad esta sección en sus favoritos.
De esta forma podrá acceder nuevamente al salir de la pantalla.

El Tao Sexual

Antes de comenzar, es necesario tener conocimiento de las bases del Tao Sexual y de toda aquella información que nos servirá para comprender mejor el contenido del E-Book.

Nuestro fin es que usted entienda los métodos del Tao del Amor, como así también aquellas alternativas creadas por distintos autores para controlar la eyaculación precoz.

Introducción

En China se tuvo desde hace más de dos mil años la conciencia de que la sexualidad era una parte integral del ser humano.

Nunca tuvieron la visión de morbo, pornografía o culpa, y por lo tanto nunca hubo represión o conflictos internos que llevaran a patologías o complejos en ese campo, y por eso probablemente su desempeño sexual no sólo es satisfactorio si no que además es muy saludable, tanto física como psíquicamente.

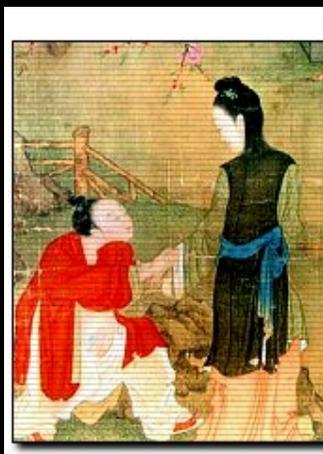
Aunado a esta gran diferencia de mentalidad, existe también la diferencia de facto, pues la forma taoísta de hacer el amor es muy particular y casi desconocida en Occidente. Estas diferencias se centran por ejemplo en la regulación de la eyaculación, diferenciar el orgasmo masculino de la eyaculación, y darle una gran preponderancia a la satisfacción femenina.

La sexualidad era y es para el Oriente no sólo una forma de obtener placer. Estaba relacionada íntimamente con la salud, la belleza y la longevidad, rasgo que ha caracterizado a la cultura china por mucho tiempo. Así, con una perspectiva más poética que científica, los orientales han practicado el Arte Sexual por milenios, partiendo claro de los principios básicos del Tao.

Tal vez el primer libro que encierre preceptos del Tao es el Tao Te-king, escrito por Lao-tsé durante el siglo IV a.e.c (antes de la era común). Su mensaje central es la armonía que debe existir entre todos los seres y el universo, para que podamos sobrevivir. El Tao es la fuerza infinita de la Naturaleza.

El Tao Sexual II Parte

Expertos sexólogos han retomado en Occidente las teorías del Tao, tales como Masters, Johnson y Kinsey y además psicólogos de la talla de Jung también ha virado su mirada a Oriente para comprender mejor la sexualidad.



El control de la eyaculación por medio de técnicas como la presión o la interrupción son ambas formas que los orientales conocían en la antigüedad y no fue hasta hace unos treinta años que se empezó a hablar de tales técnicas para combatir dolencias como la eyaculación precoz.

Además, el Tao y la teorías sexuales modernas confluyen en el hecho de que el objetivo en la relación sexual no debe ser ni el orgasmo ni la eyaculación. Se trata de un proceso que hay que disfrutar paso a paso, y no es obligatoria su culminación en ese clímax. Aunque claro, en esto el Tao del Sexo va más allá porque indica que el objetivo es la salud mental y física tanto del hombre como de la mujer.

Otras similitudes entre las ancestrales teorías del Tao y las teorías modernas son las perspectivas que se tienen de la armonía y la felicidad. Grandes psiquiatras como Piaget y Spitz, y de nuevo Masters y Johnson han apuntado que el amor, la comunicación con los semejantes, el cariño y la comunicación son factores impredecibles para el alcance de una alta calidad de vida y para tener la sensación de ser feliz.

Tal armonía se ve en el Tao como la existente entre el Yin y el Yang, y se aplica en el acto sexual, de manera que sin importar el cansancio, la energía o el tiempo que se tenga, se puede llevar a cabo una unión sexual satisfactoria que involucre un alto nivel de amor entre la pareja, por lo que el vínculo se verá fortalecido.

Para concluir diremos que el Tao del Amor es la base a partir de la cual los orientales asumen su sexualidad y buscan la armonía para lograr la longevidad y la salud tanto física como psíquica, de ahí que el coito sea tan importante y tan estudiado por los antiguos textos eróticos y médicos de la China antigua.

Más Sobre Eyaculación

El control de la eyaculación es un tema que resulta fundamental para lograr la armonía entre el Yin y el Yang.

Y hay muchos temas relacionados que son importantes conocer para un mejor desempeño sexual y así lograr la ansiada armonía y la longevidad. Además, si se tiene un verdadero control la satisfacción alcanzada es ilimitada.

Cuando el hombre es experimentado, le resulta más fácil controlar la eyaculación que a un muchacho joven. El hombre mayor debe comprender que no es necesario eyacular cada vez que hace el amor, lo que resulta complicado, pues deberá enfrentar años de condicionamiento, según el cual "no se es hombre si no se eyacula y ese tipo de prejuicios".

Lo bueno es que cuando lo logre, descubrirá que sin importar su edad, puede continuar teniendo una vida sexual activa y totalmente satisfactoria para él como para su compañera, y podrá hacer el amor más veces y durante más tiempo.

Ahora bien, como decíamos para el joven es más complicado llegar a dominar su eyaculación porque por su inexperiencia, la excitación y el deseo los domina. Esto hace que surja la famosa eyaculación precoz, pero no es nada que no tenga arreglo.



Más Sobre Eyaculación II Parte

La frecuencia de las eyaculaciones es muy variable y depende más del sentido común que de otra cosa. Sin embargo, la edad es un factor fundamental y entre mayor sea el hombre deberá bajar su proporción de eyaculaciones con respecto a las veces que hace el amor.

Esto quiere decir que puede tener relaciones sexuales cuántas veces lo desee, pero sólo deberá permitirse eyacular como dos veces por semana a lo sumo. Esto porque es la forma de conservar la energía para lograr más salud y longevidad.

Esto como decíamos es una cuestión de sentido común. El hombre sabrá que después de eyacular, su energía disminuye y se sentirá más cansado. De ahí que si controla su eyaculación, pueda hacer el amor cuando quiera sin pensar en la fatiga que esto le podría causar sino tuviera en control su eyaculación.

La frecuencia de las eyaculaciones es muy particular y el mejor indicador es el cansancio que invade al hombre después de la unión sexual. Si se cansa mucho eyaculando tres veces por semana, entonces deberá reducir este ritmo hasta que se sienta realmente satisfecho, pero no acabado.

Para el hombre es muy beneficioso hacer el amor, no sólo por su salud y placer, sino que también para alimentarse de la energía Yin que posee la mujer y así alcanzar su equilibrio, pero debe hacerlo sin eyacular siempre para no perder el beneficio de la combinación entre su Yang y el Yin de su compañera.

Por eso, se recomienda que la cópula se concrete al menos una vez por día, sin necesidad claro está de eyacular cada vez. Esto provocará un mayor beneficio del Yin y el Yang para él y para su compañera.

Hay que advertir que cuando se empieza a practicar el control de la eyaculación se puede producir un dolor en el escroto, lo cual no es alarmante, aunque si el dolor perdura se recomienda la revisión médica. Ahora si ha pasado más de una semana sin que se produzca la eyaculación, y hay dolor o laxitud (imposibilidad de erección) es momento de permitir que ocurra, pues la presión puede indicar ya la necesidad física.

De igual manera, el exceso de eyaculación puede causar el mismo dolor o incluso la laxitud ya mencionada, por lo que se recomienda un término medio, es decir ni demasiada ni muy poca eyaculación.

El Tao Sexual, la sensualidad y la pareja

El amor no consiste en mirarse el uno al otro, sino más bien mirar los dos en la misma dirección. Es muy fácil dar prioridad a casi todo antes que al sexo. Los niños, hacer la colada, llamadas telefónicas, pagar las facturas, etc. Si no sitúa al sexo en una posición elevada dentro de su escala de valores, la relación con su pareja perderá rápidamente interés y calidad. Reservar a las relaciones sexuales un lugar importante en su vida de pareja ayuda a mantener la llama viva.

Si realmente desea que su vida sexual conserve todo su atractivo debe darle la importancia que se merece, aunque deje de hacer otras cosas por ello. Es lo inesperado lo que mantiene vivo el romanticismo y la atracción sexual. Así pues, pequeños regalos, fines de semana íntimos, cenas románticas, etc. cuando su

pareja no se lo espere serán mano de santo para este menester. Una palabra de elogio pronunciada con una voz tierna y dulce puede hacer milagros. No debe perder nunca la inquietud por conocer las fantasías sexuales de su pareja y realizarlas conjuntamente. No olvide jamás el arte de descubrir, de comunicar, de seducir, de complacer, de penetrar y de relajarse. Cuide también su aspecto físico y su manera de vestir. No se abandone, pues si le gusta ser deseado deberá esforzarse para atraer la atención de su pareja.

"El amor y la alimentación tienen la misma importancia vital para nuestra salud y subsistencia." (Ko-Tseu)

La perfecta armonía sexual es un elemento vital para la salud y longevidad del hombre y la mujer. Cuando un hombre y una mujer pueden hacer el amor con la frecuencia deseada alcanzarán un grado de felicidad y armonía importante. Esta armonía puede cambiar su relación con las gentes que les rodean y su gentileza y simpatía conllevarán la envidia y los celos de los demás.

Una persona sensual es aquella que provoca atracción o reacción en los sentidos de otra, bien sea deseo sexual, excitación, deseo de hacer el amor, etc. Algunas personas son, por naturaleza, muy sensuales y tienen la capacidad de atrapar literalmente a aquellas que desean. Usted también puede llegar a ser sensual. En general las personas que poseen un fuerte potencial sexual tienen una sensualidad muy acusada, si bien, en muchos casos ellos mismos no se dan cuenta. El magnetismo personal que se desprende de estas personas es muy envolvente y al entrar en contacto con ellas puede sentirse absorbido.

La sensualidad que irradia proviene de dos fuentes diferentes; una se encuentra en el interior y la segunda en el exterior.

Su [poder sensual interior](#) proviene de sus pensamientos, de su energía sexual, de sus sentimientos y de su magnetismo personal, en una palabra, de su personalidad.

El [poder sensual exterior](#) proviene de su manera de vestir, de sus actitudes, de su manera de hablar, de su manera de mirar.

Normalmente se posee uno u otro de esos poderes sensuales pero rara vez ambos. La persona que sabe desarrollar tanto la forma externa como la interna de su sensualidad llegará a magnetizar a los demás.

Como hemos dicho anteriormente su poder sensual interior está compuesto de sus pensamientos, sentimientos, energía sexual y de su magnetismo personal. Veamos ahora como puede transformar cada uno de estos aspectos para que aparezcan lo más sensual posible.

LOS PENSAMIENTOS: Los pensamientos reflejan y producen en los demás el efecto que queramos darle. Así, un pensamiento sensual es un pensamiento positivo que ilumina, es una actitud o un deseo que tiene la fuerza de atraer la gente hacia usted. También es obvio que para recibir es necesario dar primero, y todo el mundo desea recibir antes que dar. Con estos conceptos en su mente le será mucho más fácil conseguir que sus pensamientos sean más sensuales. Veamos un ejemplo: Imagine una persona a la cual desearía ofrecerle todo su amor. Usted ha creado con esta idea un pensamiento sensual, potente, positivo y capaz de atraer esa persona hacia usted cuando se encuentre en presencia de esa persona. Ese pensamiento que impregna su ser, va a irradiarse fuertemente hacia la otra persona; usted no tiene necesidad de ser consciente de esto, su subconsciente reaccionará sin que usted se dé cuenta. Lo que se debe evitar a toda costa es

perder el control cuando se encuentre en presencia de esa persona, es decir, tener miedo, falta de seguridad, etc., ya que en ese momento su pensamiento pierde toda eficacia.

LOS SENTIMIENTOS: El ser humano no es un ser lógico, es un ser emocional y normalmente son las emociones las que lo hacen reaccionar y avanzar. La persona sensual que llegará a ser actuará sobre las emociones de aquellos que le salgan a su paso. Puesto que usted hablará a alguien actuando sobre sus emociones, automáticamente será capaz de provocar en ella emociones y sentimientos. Así, cuando esté enamorado, será sensual. Cada gesto, cada caricia, cada conducta que lleve a cabo contendrá una carga de sensualidad tan grande que rendirá su pareja a sus pies. En conclusión, si desea parecer muy sensual y no está enamorado haga como si lo estuviera y los resultados serán favorables.

SU ENERGÍA SEXUAL: Las personas que tienen una energía sexual fuerte son generalmente más sensuales que el resto. Habrá notado que cuando está excitado sexualmente, siente una energía muy intensa, convirtiéndose en objetivo prioritario y exclusivo el satisfacer su deseo sexual. En ese momento, si tiene la posibilidad de seducir a una mujer, seguramente su sensualidad será mucho mayor que en una situación normal. Vemos pues que la sensualidad es una energía muy intensa y que se puede transmitir entre las personas. Por ello si aprendemos a potenciar nuestra energía sensual podremos aumentar nuestra capacidad de seducción.

EL MAGNETISMO PERSONAL: Una persona sensual posee un fuerte magnetismo personal, un magnetismo seductor. Así un Puro Sangre no es forzosamente un caballo de carreras; sólo aquellos que poseen el carácter suficiente llegan a serlo. El mismo principio se puede aplicar a la sensualidad y al magnetismo. Sólo las personas que son capaces de potenciar al máximo su sensualidad podrán gozar de una capacidad de seducción envidiable.

El poder sensual exterior está formado por varios aspectos, que son:

- Su manera de ser.
- Su manera de vestirse.
- Su manera de hablar.
- Su manera de moverse.

Vamos a describir detenidamente estas cualidades para enseñarle cómo usarlos para convertirnos en unas personas irresistiblemente sensuales.

SU MANERA DE SER: Su manera de ser denota quien es realmente y el entorno del que proviene. Según sea ésta, provocará envidia o pena. En general, lo que aparentamos es un fiel reflejo de nuestro interior. Suele ser muy difícil aparentar lo que no se es, pero también es cierto que a mucha gente le gusta precisamente eso. No se deje llevar por las apariencias y recuerde que si decide construir una personalidad para agradar a los demás, ésta podrá venirse abajo como un castillo de naipes al primer contratiempo. Intente encontrar la persona que hay dentro de usted. Aprenda a conocerse y conseguir la confianza en sí mismo y la autoestima que le convertirá en una persona envidiada y querida por todos.

SU FORMA DE VESTIR: Dicen que el hábito no hace al monje, pero la realidad de nuestros días demuestra claramente lo contrario: usted está siendo juzgado

constantemente. Por eso, su manera de vestir será una de sus tarjetas de presentación que le clasificará ante los ojos de los demás. Haga la prueba y se asombrará. Normalmente las personas se visten de acuerdo con el modo en el que se desenvuelven. Es muy difícil aconsejar sobre esta materia, pero hay unos cuantos consejos de carácter general que a buen seguro le servirán:

- Intente vestir acorde con cada situación, pero sin renunciar a su estilo propio.
- Vestir a la moda ayuda bastante para poder causar buena impresión.
- Los colores vivos y claros suelen favorecer más que los apagados y oscuros.
- Intente vestir siempre prendas que le sean cómodas y acordes con su estilo personal. No se fuerce, pues estará incómodo y los demás lo notarán.

SU MANERA DE HABLAR: "Por la boca muere el pez". Estamos seguros de que no le gustaría hacer lo mismo. Siempre debe procurar hablar despacio y vocalizando. Si habla demasiado deprisa y se come las palabras provocará tensión en los demás y le evitarán. Un buen sistema para moldear su voz y conseguir que sea más sensual, es ensayando con una grabadora. Intente grabar un texto romántico o una declaración de amor y escúchela varias veces; verá cómo cada vez encuentra defectos y detalles que cambiar.

SU FORMA DE MIRAR: Los ojos son el reflejo del alma. Sus ojos muestran su estado anímico: la tristeza, la alegría, la felicidad, el deseo, etc. ¿Hay algo más sensual que la mirada de un hombre y una mujer enamorados? ¿Hay algo más sensual que una intensa mirada de deseo? Vale la pena pues, poseer una mirada intensa y que refleje nuestro deseo y sensualidad. Para ello practique delante de un espejo e intente mostrar amor, ternura, pasión y deseo. Solo un poco de tiempo bastará para ver resultados sorprendentes.

SU FORMA DE MOVERSE: Si camina como un pobre infeliz al que su mujer ha abandonado por otro, seguramente inspirará lástima o pena. Si sus gestos son bruscos y secos, seguramente inspirar más miedo que amor. Estos simples ejemplos bastan para demostrar la importancia que tiene la forma de caminar y de moverse. Poco importa lo que diga y como lo diga si la gesticulación o el ademán empleado no es el adecuado. No olvide que su imagen exterior es lo primero que se ve y es muy importante que los demás se interesen, que sientan curiosidad por usted. Por ello evite los extremos, hágase notar pero sin necesidad de llamar la atención; deje que los demás tengan curiosidad por conocerlo.

Ésta es la regla de oro: SUSUSCITE LA CURIOSIDAD DE LOS DEMÁS.

EL OLFATO: El olor natural de un hombre o de una mujer pueden desencadenar un vivo deseo y una gran excitación. Aprender a apreciar el olor natural de su pareja es muy importante. Pero debe llevarse cuidado ya que esos olores personales según la ropa utilizada puede transformarse en malos olores. Es recomendable utilizar prendas hechas de materias naturales como el algodón, la lana, la seda, etc.

EL OIDO: Hay muchos sonidos que tienen un carácter extremadamente erótico. Así los gemidos, los jadeos, las palabras, la fricción de los cuerpos, el ruido del somier, determinados golpes, etc. Estos ruidos son una fuente de enriquecimiento sensual y ayudaran a aumentar la excitación y el placer de la pareja. Durante el coito el hombre es muy sensible a las reacciones, sonidos, gemidos, gritos, palabras, etc. que emita su pareja.

LA VISTA: El sentido de la vista tiene una gran importancia, antes, durante, y después de las relaciones sexuales. Apagar la luz durante el acto sexual supone renunciar a una gran fuente de excitación como es la vista. La vista del cuerpo, de la cara, de los cabellos de una mujer puede ayudar enormemente a la erección en el hombre. También tiene mucha importancia el uso de ropa interior u otro tipo de complementos para aumentar el deseo en el hombre. El ver los órganos sexuales tanto femeninos como masculinos provocará un gran placer y excitación, e incluso las masturbaciones hechas sin vergüenza ni complejos pueden ser definitivas.

EL TACTO: Una caricia o roce en el momento y sitio adecuado (cara, mano...) puede despertar el interés en la otra persona.

EL GUSTO: Una boca mal cuidada, o un aliento insoportable puede echar al traste todo proceso de aproximación. Debe guardar su higiene bucal.

IMPORTANCIA DEL CONTROL DE LA EYACULACION

¿Por qué no se debe desperdiciar el semen y cuáles son las ventajas de hacer el amor múltiples veces sin eyacular?

Todos los hombres han conocido o conocerán el sentimiento de desolación que sigue a la eyaculación. Es decir, esa impresión brutal de haber perdido todo su interés por la pareja.

Después de la eyaculación la mayoría de los hombres se sienten literalmente rendidos, sobre todo si eyaculan a menudo. Eyaculando menos veces el hombre guardará su vigor y su fuerza y su salud mejorará. Además podrá hacer el amor con su pareja durante más tiempo y más a menudo.

Un hombre que sea capaz de controlar perfectamente su eyaculación podrá dar mayor placer a la mujer, al prolongar el acto sexual tanto como ella necesite.

A propósito de este tema, recordemos el diálogo entre el Emperador HOUANG-TI Y SOU-NUG:

Houang-Ti: Yo quiero aprender cual es la ventaja de realizar el acto sexual sin eyacular.

Sou-Nug: Si un hombre realiza el acto sexual sin eyacular fortalecerá su cuerpo. Si lo realiza dos veces su oído será fino y su vista aguda. Si lo hace tres veces todas las enfermedades desaparecerán. Con cuatro veces gozará de paz de espíritu. Con cinco veces su corazón y su circulación mejorarán. Con seis veces sus riñones se robustecerán. Con siete veces sus nalgas y sus piernas ganarán en potencia. Con ocho veces su hígado estará totalmente depurado. Con nueve veces alcanzará la longevidad. Con diez veces será como inmortal.

Seguro que este antiguo texto resulta exagerado, pero el mensaje del fondo es claro: hacer el acto sexual sin eyacular revigorizará su cuerpo y su mente.

En resumen, es importante para el hombre saber controlar perfectamente su eyaculación por dos motivos:

Retendrá su energía y podrá vivir mejor y más tiempo.

Proporcionará mayor placer a la mujer por la prolongación del acto sexual. Este motivo es extremadamente importante ya que la mayoría de los problemas sexuales de la pareja son debidos a una falta de sincronización entre el hombre y la mujer, pues normalmente el hombre llega al orgasmo mucho antes que la mujer.

TÉCNICAS PARA CONTROLAR LA EYACULACION Y VENCER LA EYACULACION PRECOZ

Según los consejos de Tao-Sexual, todo hombre debe regular la emisión de esperma en función de la cantidad de energía vital que puede acumular. Un hombre muy joven de constitución robusta puede eyacular dos veces por día, mientras que si su constitución es más débil quedará limitado a una sola vez.

Un hombre de treinta años podrá eyacular una vez por día, pero si su constitución es débil sólo podrá hacerlo una vez cada dos días. Un hombre de unos cuarenta años puede eyacular una vez cada tres días, y si su constitución es débil sólo podrá eyacular una vez cada cuatro días.

Estas técnicas provienen de los escritos del filósofo chino Wou-Hien:

Es recomendable no estar demasiado excitado ni animado.

El novel se debe iniciar con una mujer que no sea demasiado seductora y que su vulva no sea demasiado estrecha.

Se debe aprender a penetrar con suavidad la vagina y a salir de manera brusca.

Primero se practicará la técnica de los tres golpes suaves y uno profundo, hasta un total de 81 veces.

Si se siente muy excitado, deberá retirar el pene de la vagina a una distancia de unos tres centímetros aproximadamente. Una vez restablecida la calma, se procederá de nuevo siguiendo el mismo ritmo de antes.

Superada la fase se puede probar la siguiente, aumentando la cantidad de golpes suaves a cinco antes del profundo.

Al final la cantidad se puede aumentar hasta nueve golpes suaves y uno profundo.

Para controlar la eyaculación se debe descartar cualquier impaciencia.

Es verdad que hay que amar a la pareja si desea conocer el más exquisito de los placeres. Pero quien quiera aprender a controlar la eyaculación deber poner en práctica las técnicas anteriormente descritas procurando en todo momento tener la cabeza fría.

El novel deber iniciarse con dulzura y lentitud. Ir practicando y aumentando la duración de las penetraciones, parando siempre que el

grado de excitación aumente lo suficiente como para producir la eyaculación.

Si desea satisfacer a su pareja deberá mostrarse dulce y tierno, de forma que alcance el orgasmo, pero siempre teniendo en cuenta que si se siente fuera de control deber parar y practicar el método de bloqueo.

Métodos Alternativos

Método de bloqueo

El más simple y muy eficaz a la vez, es el empleado en la Antigua China.

Practicar el método de bloqueo es como intentar frenar al Río Amarillo con la mano. Normalmente a un hombre impaciente le tomará más de veinte días de práctica el aprenderlo, sin embargo, 10 días le bastarán a un hombre menos impetuoso. Lo cierto es que después de practicar durante un mes estas técnicas usted no dilapidará más su esperma.

La gran ventaja de este método es su facilidad de utilización. Por ejemplo, mientras que se está llevando a cabo una serie de tres golpes superficiales y uno profundo, el hombre puede cerrar los ojos y la boca y respirar profundamente sin forzar la nariz, de forma que no jadee.

En el momento en el que se sienta desbordado por la sensación de eyaculación deber sacar el pene de la vagina y reposar. Respirar profundamente elevando el diafragma y al mismo tiempo contraer el bajo vientre como si estuviera buscando alivio. Si además se mentaliza de la importancia de conservar su esperma, encontrará rápidamente la calma. Después de esta pausa, será posible empezar de nuevo.

Un aspecto a tener en cuenta que no debe olvidar es retirar el pene siempre antes de que sea demasiado tarde y empiece a eyacular. Si llegara al punto de que el semen empezara a salir no intente hacerlo retroceder, pues iría parar a la vejiga y de ahí podría pasar a los riñones y provocar una infección de los mismos.

En resumen, el método de bloqueo es excelente pero hay que controlar el pene a tiempo antes de que sea demasiado tarde. El hombre que aprenda a controlar su eyaculación podrá disfrutar y su pene no perderá nunca su firmeza. De esta forma podrá economizar su energía y conseguir una serenidad remarcable. Se aconseja no eyacular antes de cinco mil penetraciones, y en realidad con un buen control y una buena práctica podría continuar casi indefinidamente.

Técnica de la presión

En el momento en que el hombre siente como aumenta su grado de excitación sexual, puede aplicar el método de presión, consistente en utilizar los dedos índice y pulgar de la mano, ejerciendo una presión en un punto situado entre el escroto y el ano durante 4 o 5 segundos. Al mismo tiempo debe inspirar profundamente.

Este método presenta las siguientes ventajas:

El hombre no está obligado a retirar el pene de la vagina.

No existirá tiempo muerto alguno en la comunicación sexual de la pareja.

El hombre no está obligado a tener que advertir a la mujer.

Generalidades del Tao Sexual

- Evita pensar en la eyaculación como fin en sí mismo.
- Encuentra con tu pareja una sintonía común, por medio del masaje suave en hombros, cuello y músculos de la espalda.
- Estimula sin prisa las zonas sensibles e invita a tu pareja a hacer lo mismo.
- Antes de iniciar el coito trata de propiciar una atmósfera hipersensorial, con la estimulación de las zonas erógenas y el empleo de todas tus partes sensibles, desde la lengua hasta los genitales.
- Si durante la primera fase del coito sientes una posible eyaculación es algo que puedes vencer apretando con dos dedos, a manera de tijera, el conducto seminal, localizado justo debajo de los testículos.
- Para vencer el deseo de eyacular puedes emplear un conteo de las penetraciones en la vagina de tu compañera, contando tres de corto alcance y una profunda, en series de 30.
- Trata de darle un sentido a la respiración y al ritmo de tus movimientos.
- Cambia de posición cada 10 minutos aproximadamente.
- Es aconsejable descansar para enfocarse en caricias y palabras estimulantes.
- Las veces que puede tenerse relaciones sexuales puede ir desde dos veces a la semana a dos veces al día, pero una sola eyaculación a la semana cuando mucho.
- Mientras más veces se tenga sexo y más tiempo se practique, más asombrosos resultados se experimentan.

Desgraciadamente, el Tao esotérico está destinado en gran parte a los hombres, pero las mujeres pueden estar bastante agradecidas, eso es seguro.

Orgasmo masculino sin eyaculación

No sólo autores chinos han hablado de los orgasmos sin eyacular, también reconocidos sexólogos de Occidente han sentado precedente al respecto. Alfred Kinsey y Herant A. Katchadourian han coincidido al señalar que algunos hombres pueden evitar la expulsión de semen, al mismo tiempo que disfrutan de contracciones o cumbres orgásmicas, sin pasar por el periodo refractario (pérdida de la erección).

NOTA:

Los varones son capaces, al igual que las mujeres, de experimentar varios orgasmos sin eyacular

La pareja multiorgásmica

Los maestros chinos explican que luego de fortalecer el P.C. y dominar las técnicas que retrasan e impiden la eyaculación, se tienen las bases para alcanzar uno o varios orgasmos sin eyacular.

NOTA:

El proceso puede ser relativamente corto, de tres a seis meses, o un poco más. Cada persona tiene un ritmo y un tiempo diferente. Lo importante es ser constante en la práctica.

Sexualidad Tántrica

Aunque para ser exactos el sexo tántrico es básicamente una actitud interior frente al sexo, derivado de la filosofía tántrica. La versión de estas prácticas que más ha trascendido es su aspecto físico, cómo con estas prácticas se enseña a retener la eyaculación masculina, proporcionando más placer a ambos, ya que da más tiempo a la mujer, generalmente más lenta en llegar a un orgasmo.

Adquirir control sobre nuestros genitales, ejercitando los músculos de las nalgas, al aumentar el flujo de sangre en la zona genital, se revitalizan, fortalecen y tonifican los tejidos y también se intensifica la respuesta sexual sin dejar de mantener el control del proceso de consecución del clímax orgiástico.

La masturbación como ejercicio de autocontrol

Asimilar el placer utilizando a manera de ejercicios la masturbación, nos ayuda a no apresurar el orgasmo, untarnos con aceites y acariciar nuestros genitales tomándonos nuestro tiempo para apreciar las sensaciones sexuales. A medida que el cuerpo se vaya excitando, relajarse y respirar profunda y regularmente. Los hombres deberán evitar eyacular ya que se considera un derroche de la energía vital.

El fin "inmediato" de estas prácticas, es que al aprender a darte placer tú mismo, descubres cómo y dónde te gusta que te toquen. Además exploras por los misterios de tu erotismo, único y personal, que luego podrás transmitir a tu pareja.

Ambos sexos se benefician de esta práctica pues aumenta y desarrolla la sensibilidad al tacto y el potencial orgásmico. Además de hacer desvanecer fantasmas, tabúes y complejos con respecto a nuestra propio placer.

Master y Johnson

De acuerdo con Masters and Johnson, pioneros de la investigación sexual en el mundo, las fases de la respuesta sexual humana son excitación, meseta, orgasmo y resolución. Y como regularmente unos segundos

después del orgasmo se presenta la eyaculación, existe la creencia de que ambos procesos son lo mismo.

Entonces, el "secreto" radica en aprender cómo alcanzar el clímax, una o las veces deseadas sin que se desencadene la eyaculación, para que en ese momento no se transite a la fase llamada resolución, que se caracteriza por la pérdida de erección, disminución del ritmo cardíaco, respiratorio, y que el organismo, en general, vuelva paulatinamente al estado previo de la estimulación sexual.

Método Carezza

En Occidente ha sido descubierto y practicado un régimen de unión sexual muy similar a la Vía del Valle: el método Carezza. Sin ser tantrismo disfrazado -le falta el contacto ritualizado y sacralizado-, tiene muchos puntos en común con la Vía del Valle y refuta una objeción al tantrismo que consiste en dudar de su aplicación en Occidente.

Este método fue «inventado» en 1844 por el norteamericano John Humphrey Noyes, fundador de la comunidad Oneida, que lo llamó Carezza, palabra italiana que significa "caricia".

Para el método Carezza la regla es ultra simple: todo está permitido salvo eyacular, y si eso se produce, jamás en la vagina, por tanto el hombre debe retirarse. El orgasmo femenino es aceptado, excepto si comprometa la retención masculina.

Consejos para Controlar la Eyaculación

Aquellos hombres en edad adolescente o quienes han tenido poca experiencia sexual deben aprender a controlar su eyaculación.

Primero, el principiante debe estar poco excitado y no debe permitirse estar demasiado apasionado.

La compañera ideal para iniciarse en esta práctica es una mujer que no resulte demasiado atractiva para él y cuya puerta de jade esté más abierta que cerrada, pues le será más fácil dominarse a sí mismo.

La entrada que debe realizar el joven en el cuerpo de la mujer será más bien suave y lenta y la salida deberá ser más vigorosa.

El método idóneo para esta práctica es que el joven realice tres impulsos o entradas superficiales y uno profundo. Debe totalizar ochenta y un impulsos.



Si el hombre descubre que está empezando a excitarse demasiado, debe detener el empuje inmediatamente y retirar un poco el pico de jade, de manera que sólo se encuentre unos dos centímetros y medio dentro de la puerta de jade.

Consejos para Aprender a Controlar la Eyaculación II Parte

Seguidamente, debe esperar hasta que se haya apagado y una vez tranquilo, debe reiniciar los impulsos de la misma manera en que lo estaba haciendo, es decir tres impulsos superficiales y uno profundo. Esto se conoce como método cerrado, y es una de las técnicas que existen para controlar la eyaculación.

Después, el hombre debe aumentar el ritmo de las penetraciones. Ahora debe hacer cinco impulsos superficiales y uno profundo.

Por último deberá haber aumentado el ritmo a tal punto que estará haciendo nueve impulsos superficiales y uno profundo.

Este método es además un forma de alcanzar la paciencia necesaria para verdaderamente disfrutar el sexo y la vida, desde la perspectiva del Tao.