

Dubist front



The Way of the Superior Man

Um guia espiritual para dominar os desafios das mulheres, do trabalho e do desejo sexual, por David Deida, tradução completa em português.

Parte I: O Caminho Do Homem

1. Pare de esperar por um complemento em tudo na Vida!

A maioria dos homens comete o erro de pensar que um dia as coisas serão diferentes. Eles pensam algo do género “Se conseguir trabalhar o suficiente, um dia poderei descansar” ou “Um dia a minha mulher compreenderá alguma coisa e parará de se queixar” ou “Eu estou a fazer isto apenas por agora mas um dia irei fazer o que realmente quero com a minha vida”. O erro masculino é o de pensar que as coisas eventualmente serão diferentes em alguma maneira fundamental. Não serão. Nunca acaba. À medida que a vida continua, o desafio criativo é lutar, brincar e fazer amor com o momento presente enquanto ofereces a tua dádiva única.

2. Viva com um coração aberto, mesmo que doa!

Fechar-se no meio da dor é uma negação da verdadeira natureza do homem. Um homem superior é livre em sentimentos e acções, mesmo no meio de grande dor e mágoa. Se necessário, um homem deveria viver com o coração dorido em vez de fechado. Ele deveria aprender a permanecer na ferida da dor e actuar com capacidade espontânea e amor mesmo partindo dessa base.

3. Viva como se o seu pai estivesse morto!

Um homem deve amar o seu pai e ainda livrar-se das suas expectativas e criticismos de modo a ser um homem livre.

4. Conheça o seu verdadeiro limite e não finja!

É honorável para um homem admitir os seus medos, resistências e limites práticos. É simplesmente verdade que cada homem tem o seu limite, a sua capacidade para o crescimento e o seu destino. Mas é uma desonra para ele mentir a si próprio ou a outros acerca do seu real lugar. Ele não deveria fingir ser mais iluminado do que é – nem deveria limitar-se a ficar pelo seu actual limite. Quanto mais um homem estiver a desafiar o seu real limite, mais valioso ele é como boa companhia para outros homens, mais ele poderá ser confiável pela sua autenticidade e capacidade de estar totalmente presente. Onde o limite de um homem está localizado é menos importante do que ele estar a viver o seu limite em verdade, mais do que sendo preguiçoso ou desiludido.

5. Assegure sempre a sua mais profunda realização!

A eternidade tem de ser a casa de um homem, de momento a momento. Sem isso, ele estará perdido, sempre esforçando-se, agarrando-se a puffs de fumo. Um homem deverá fazer o que for necessário para vislumbrar e depois estabilizar a sua sempre fresca realização e organizar a sua vida à volta disso.

6. Nunca mude de ideias apenas para agradar a uma mulher!

Se uma mulher sugerir algo que mude a perspectiva de um homem, então ele deveria tomar uma nova decisão baseado na sua nova perspectiva. Mas ele nunca deveria trair o seu mais profundo conhecimento interior e intuição, de modo a agradar à sua mulher ou a alinhar com ela. Ambos, ele e ela, serão enfraquecidos se isso acontecer. O ressentimento entre ambos irá aumentar e a crosta de inautenticidade acumulada irá oprimir o seu amor, bem como a sua capacidade de acção livre.

7. O seu propósito tem de vir antes da sua relação!

Todo o homem sabe que o seu mais elevado propósito na vida não pode ser reduzido a nenhuma relação particular. Se um homem priorizar a sua relação sobre o seu mais elevado propósito, ele enfraquece-se a si mesmo, não serve o universo e priva a sua mulher de um homem autêntico, que possa oferecer-lhe uma presença total e integral.

8. Caminhe sempre um pouco além dos seus limites!

Em cada momento dado, o crescimento de um homem é otimizado se ele for um pouco além dos seus limites, das suas capacidades, dos seus medos. Ele não deveria ser demasiado preguiçoso, estagnando alegremente na sua zona de segurança e conforto. Nem, por outro lado, ir demasiado além destes, stressando-se desnecessariamente, incapaz de digerir a sua experiência. Ele deveria apenas ir ligeiramente além dos seus medos e desconfortos. Constantemente. Em tudo o que faz.

9. Faça-o por amor!

A forma como um homem penetra o mundo deveria ser a mesma como penetra a sua mulher: não meramente pelo prazer ou ganhos pessoais mas, para magnificar o amor, a abertura e a profundidade.

10. Aprecie o criticismo dos seus amigos!

A capacidade de um homem para receber o criticismo directo de outros homens é uma medida da sua capacidade para receber energia masculina. Se ele não tem uma boa relação com a energia masculina (e.g., o seu pai), então ele agirá como uma mulher,

ficando magoado ou ressentido, mais do que, fazendo um uso inteligente do criticismo de outros homens.

11. Se não conhece o seu propósito, descubra-o, agora!

Sem um propósito de vida consciente um homem está totalmente perdido, patinando, adaptando-se a eventos, mais do que criando eventos. Sem conhecer o seu propósito um homem vive uma existência enfraquecida, impotente, talvez tornando-se mesmo sexualmente impotente, ou propenso ao sexo mecânico e desinteressado.

12. Esteja disponível para mudar tudo na sua vida!

Um homem tem de estar preparado para dar 100% ao seu propósito, preencher o seu karma ou dissolvê-lo, e depois abandonar essa forma específica de vida. Ele deve ser capaz de não saber o que fazer da sua vida, penetrando um período de desconhecimento, esperando por uma nova visão ou pelo emergir de uma nova forma de propósito. Estes ciclos de acção forte e específica, seguidos por períodos de não saber o que se passa, são naturais para um homem que está a abandonar camadas de karma no seu relaxamento dentro da verdade.

13. Não use a sua família como desculpa!

Se um homem nunca descobre o seu propósito mais profundo, ou se o compromete permanentemente e usa a sua família como uma desculpa para o fazer, o seu centro torna-se enfraquecido, perdendo profundidade e presença. A sua mulher perde confiança e polaridade sexual com ele, mesmo que ele coloque muita energia na educação das suas crianças e na realização do trabalho de casa. Um homem deve, com certeza, ser um total participante no cuidado com as crianças e tarefas caseiras, mas se desiste do seu mais profundo propósito para o fazer, no final, toda a gente sofre.

14. Não se perca em tarefas e obrigações!

Quaisquer que sejam as especificidades do propósito de um homem, ele deverá sempre renovar o elemento transcendental da sua vida através de meditação regular e recolhimento. Um homem nunca deveria perder-se nos detalhes da sua vida e esquecer que, no final de contas e, de verdade, a vida não significa mais do que aquilo que é a profunda verdade deste momento presente. As tarefas não tornam um homem mais consciente ou livre do que a sua capacidade de estar totalmente presente neste momento.

15. Pare de esperar que a sua mulher se torne mais fácil!

Uma mulher parece muitas vezes testar a capacidade do seu homem permanecer imperturbável na sua verdade e propósito. Ela testa-o para sentir a sua liberdade e profundidade amorosa, para saber se ele é confiável. Os seus testes podem vir na forma

de queixas, desafios, mudança de ideias, duvidar dele, distraí-lo, ou até minando o seu propósito de formas subtis ou não tão subtis. Um homem nunca deveria pensar que os testes da sua mulher irão acabar e que a vida irá ficar mais fácil. Ao invés disso, ele deveria apreciar que ela faça estas coisas para sentir a sua força, integridade e abertura. O desejo dela é pela sua mais profunda verdade e amor. À medida que cresce, assim crescem os testes da sua mulher.

Parte II – Lidar com as Mulheres

16. As mulheres não são mentirosas!

“Manter a sua palavra” é um traço masculino, nos homens ou nas mulheres. Uma pessoa com uma essência feminina pode não manter a sua palavra, o que não quer dizer que isso seja equivalente a “mentir”. Na realidade feminina, palavras e factos têm um lugar secundário em relação às emoções e às mudanças de humor na relação. Quando ela diz “Eu odeio-te” ou “Eu nunca me mudarei para o Texas” ou “Eu não quero ir ver nenhum filme” é muitas vezes mais o reflexo de uma onda sentimental transitória do que uma postura bem considerada relativamente a eventos e experiências. Por outro lado, o masculino significa o que diz. A palavra de um homem é a sua honra. O feminino diz o que sente. A palavra de uma mulher é a sua verdadeira expressão no momento.

17. Elogie-a!

O masculino cresce pelo desafio, mas o feminino cresce pelo elogio. Um homem deve ser desinibido e expressivo na sua apreciação pela sua mulher. Elogie-a livremente.

18. Tolerá-la leva-o a ressentí-la!

Um homem torna-se ressentido e frustrado com a sua mulher quando é demasiado medroso, fraco ou incapaz de penetrar os seus humores e testes dentro do amor. Ele deseja que ela fosse mais fácil de lidar. Mas não é inteiramente culpa dela o ser maldosa e queixosa. É também um reflexo da sua carência em ser penetrada pelo amor. Quando um homem se resigna e simplesmente tolera os humores auto-destrutivos da sua mulher, isso é um sinal da sua fraqueza. A sua atitude torneou-se aquela de querer escapar das mulheres e do mundo, mais do que quereres servir as mulheres e o mundo em amor. Um homem não deveria tolerar humores assentes em maldade e queixume por parte da sua mulher, mas deveria servi-la e amá-la com todas as porções da sua capacidade e perseverança. Então, se ela não puder ou não se abrir ao amor, ele poderá decidir terminar a sua relação com ela, sem nutrir raiva ou ressentimento, porque ele sabe que fez tudo o que podia.

19. Não analise a sua mulher!

Os humores e opiniões femininos são como padrões climáticos. Estão constantemente em mudança, severos e gentis, e não têm uma fonte única. Nenhuma análise irá

funcionar. Não há nenhuma cadeia linear de causa e efeito que possa conduzir ao núcleo do “problema”. Não há problema, apenas uma tempestade, uma brisa, uma súbita mudança climática. E as bases destas tempestades são os sistemas de alta e baixa pressão do amor. Quando uma mulher sente o amor fluindo profundamente, o seu humor pode instantaneamente evaporar-se em alegria, independentemente da suposta razão para o humor.

20. Não sugira a uma mulher que resolva os seus problemas emocionais!

Exigir a uma mulher que analise ou tente resolver as suas próprias emoções é uma negação do seu núcleo feminino, que é pura energia em movimento, como o oceano. Ela pode aprender a render-se a Deus no seu humor, ela pode aprender a abrir o seu coração no meio do fechamento, ela pode aprender a relaxar os seus limites e confiar no amor, mas nunca irá “resolver” nada analisando o seu “problema”.

21. Fique com a intensidade dela – até certo ponto!

Quando uma mulher se torna emocionalmente intensa, um homem medíocre quer que ela se acalme e discuta o assunto, ou então que vá embora e volte quando estiver mais calma. O homem superior penetra o seu humor com amor imperturbável e estabilidade conscientiva. Se ainda assim, ela recusa viver mais completamente no amor, depois de um tempo, ele deixa-a ir.

22. Não force o feminino a tomar decisões!

Um homem abandona a sua responsabilidade esperando que a sua mulher vá sempre tomar as suas decisões e depois responder pelos resultados. Esta expectativa é uma retenção da sua dádiva masculina. Isto coloca a mulher numa posição de magnificar o seu próprio lado masculino. É bom para algumas mulheres que aprendam a animar a sua capacidade masculina de tomar decisões e suportar as consequências. Mas se um homem abnega a responsabilidade de providenciar à sua mulher a dádiva de lhe oferecer clareza e decisão, então ela tornar-se-á cronicamente afiada, angular e incapaz de confiar no seu amor. Ela irá parar de se render no amor com ele, irá parar de confiar na sua capacidade masculina e, conseqüentemente, tornar-se-á no seu próprio homem.

Parte III – Trabalhar com Polaridade e Energia

23. A sua atracção pelo feminino é inevitável!

Homens masculinos são atraídos para formas de energia feminina: mulheres radiantes, cerveja, música, natureza, etc. Se um homem tenta esconder a sua atracção, isso revela algum grau de vergonha respeitante ao seu próprio núcleo sexual.

24. Escolha uma mulher que seja o seu oposto complementar!

Se um homem é muito masculino por natureza, então ele será atraído para mulheres muito femininas, que irão complementar a sua energia. Quanto mais neutro ou balanceado ele for, mais irá preferir que a sua mulher também o seja. E, se um homem for mais feminino por natureza, a sua energia será complementada pela forte direção e sentido de propósito de uma mulher mais masculina. Compreendendo as suas próprias necessidades, os homens podem aprender a aceitar a “embalagem integral” de uma mulher. Por exemplo, um homem mais masculino poderá esperar que qualquer mulher que realmente lhe dê a volta à cabeça e o revigore será também relativamente selvagem, indisciplinada, “”, caótica, propensa a mudar de ideias e “mentir”. Ainda, de um ponto de vista energético, este tipo de mulher será muito mais curativa e inspiradora para ele do que uma mulher mais balanceada ou neutra e que seja estável, razoável, “confiável” e capaz se comunicar de um modo que ele seja capaz de entender.

25. Saiba o que é importante na sua mulher!

O feminino é a força da vida. Quanto mais masculino for um homem, mais a energia feminina da sua mulher (por oposição a outras qualidades) será importante para ele.

26. Muitas vezes, irá querer mais do que uma mulher!

Qualquer homem com uma essência sexual masculina, desejará variedade sexual. Mesmo que ele ame a sua parceira íntima e esteja completamente comprometido com ela, ele irá naturalmente querer ocasiões sexuais com outras mulheres além da sua escolhida parceira íntima. Como um homem vai lidar com o seu desejo por outras mulheres, isso é com ele. Ele deveria, contudo, saber que, não existe maneira de evitar tais desejos. Ele deveria também saber que seguir esses desejos, apesar de serem, temporariamente rejuvenescedores e libertadores, por vezes acabam por complicar a sua vida muito mais do que o valor pontual acrescentado por essas experiências.

27. Mulheres jovens oferecem-lhe uma energia especial!

Em geral, juventude numa mulher transparece uma energia feminina radiante, desobstruída e refrescante. Uma mulher jovem tende a estar menos obstruída por camadas de masculinidade ou protecções funcionais construídas ao longo de anos por necessidade. Tradicionalmente, as mulheres jovens são reconhecidas por oferecerem a um homem uma qualidade de energia particularmente rejuvenescedora. Mulheres mais velhas poderão manter, ou até mesmo aumentar a frescura e radiância da sua energia, mas isso é raro.

28. Cada mulher tem uma temperatura que pode curá-lo ou irritá-lo!

Algumas mulheres são mais quentes, outras são mais calmas. Em geral, mulheres louras, de pele clara, Japonesas e Chinesas são mais calmas. Mulheres negras, morenas,

ruivas, Coreanas e Polinésias são mais quentes. Apesar de um homem poder escolher manter-se num compromisso de intimidade com uma mulher, as suas necessidades por temperaturas diferentes de energia feminina podem mudar ao longo do tempo. Uma mulher quente que despertou a sua paixão por largos anos pode irritá-lo agora. Uma mulher mais calma que apaziguou o seu coração por muitos anos pode causar-lhe aborrecimento actualmente. Compreendendo de que modo diferentes temperaturas de energia feminina podem afectá-lo, um homem poderia realizar escolhas mais adequadas na sua vida, sem confusões desnecessárias.

Parte IV – O que as Mulheres Realmente Querem

29. Escolha uma mulher que o escolha a si!

Se um homem quer uma mulher que não o quer, ele não pode vencer. A sua carência irá minar qualquer possível relação e a sua mulher nunca será capaz de confiar nele. Um homem deve ser capaz de determinar se a mulher realmente o quer mas se está a fazer de difícil ou se não o quer realmente. Se ela não o quiser, ele deveria imediatamente parar de persegui-la e lidar com a sua dor por si próprio.

30. O que ela quer não é o que ela diz querer!

Por vezes, uma mulher irá fazer algum pedido específico a um homem não para que ele faça esse algo mas para ver se ele é suficientemente fraco para fazê-lo. Por outras palavras, ela está a testar a sua capacidade para fazer o que é certo, não o que ela está a pedir. Nestes casos, se o homem fizer o que a mulher pede, ela ficará irritada e desapontada. O homem não fará a menor ideia da razão pela qual ela está tão irritada o que poderia agradá-la. Ele deve recordar que a confiança que ela deposita nele não se baseia na prontidão em satisfazer os seus caprichos mas, pela sua magnificação do amor, consciência e sucesso nas suas vidas, a despeito das suas exigências.

31. As queixas dela são livres de conteúdo!

As mulheres estão sempre a querer a presença do divino masculino num homem, independentemente do seu humor ou queixa específica. Um homem deveria ouvir as queixas da sua mulher como campainhas de alarme, e depois para fazer o seu melhor no sentido de alinhar a sua vida com a sua verdade e propósito. Contudo, se ele acreditar no conteúdo literal das suas queixas, entrará imediatamente no caminho errado, para o conteúdo que reflecte o seu humor presente, mais do que para uma cuidadosa observação das suas próprias tendências ao longo do tempo. A sua queixa deveria ser valorizada como um lembrete para “get it together”, e talvez como uma indicação de como. Mas, mais frequentemente do que não, as especificidades da sua queixa não descrevem a real acção ou tendência subjacente ao que necessita de ser mudado.

32. Ela não quer, na verdade, ser o número 1!

Muitas das vezes, uma mulher parece querer ser a coisa mais importante na vida do seu homem. Contudo, se isso acontecer, se ela for a coisa mais importante na vida do seu homem, ela sente que o seu homem fez dela a prioridade número 1 e que, por isso, não está totalmente dedicado ou dirigido ao seu divino crescimento e serviço. Ela sentirá que o seu homem depende dela para ser feliz, e isso irá fazê-la sentir-se sufocada pela sua carência e fixação. Uma mulher quer realmente que o seu homem esteja totalmente dedicado ao seu mais elevado propósito – e também a amá-la totalmente. Apesar de ela nunca o admitir, ela quer sentir que o seu homem está disponível para sacrificar a sua relação, em nome do seu mais elevado propósito.

33. O seu histórico de sucessos não significa nada para ela!

O histórico de sucesso de um homem não significa nada para o feminino. Um homem poderia ser perfeito por 10 anos mas se for um idiota por 30 segundos a sua mulher actuará como se ele sempre tivesse sido um idiota. A mulher responde ao momento de energia, esquecendo o histórico comportamental do seu homem. O histórico comportamental de um homem é irrelevante para o sentimento da sua mulher no momento. Mas os homens baseiam-se muito no histórico de comportamento de outro homem, e então pensam que o seu histórico conta para alguma coisa. Mas, para uma mulher, não conta.

34. Ela quer relaxar na demonstração da sua direcção!

Uma mulher deverá ser capaz de confiar na sua capacidade de comando, se quiser relaxar o seu núcleo masculino. Isto é verdadeiro em termos financeiros, sexuais, emocionais e espirituais. Na verdade, o homem não tem de fazer todo o trabalho, mas deve ser capaz de governar o curso se quiser que a sua mulher possa relaxar no seu feminino, sem medo.

Parte V – O Seu Lado Obscuro

35. Você está sempre à procura de liberdade!

O êxtase masculino essencial corresponde ao momento de libertação da restrição. Isto poderia ocorrer em face da morte e vivendo através dela, sendo bem sucedido (e, assim, sendo libertado de) no seu propósito, e em competição (que é um ritual de ameaça de morte). O masculino procura sempre libertar-se das restrições. O feminino não compreende muitas das vezes as estratégias e necessidades masculinas.

36. Possua os seus mais obscuros desejos!

Se um homem se separa dos seus desejos masculinos mais obscuros por liberdade, dá um nó na mangueira da sua força masculina. A sua energia não fluirá livremente, e a sua

atenção será limitada por desejos insatisfeitos. Mais importante, se a sua mangueira está torcida desta maneira, ele enfraquece a sua capacidade masculina de permanecer sem medo na morte, que é vida consciente. Ele não será capaz de enfrentar o desconhecido que é o chão sem chão do Ser, e ainda funcionar a partir do seu coração, em amor.

37. Ela quer o “matador” que há em si!

Entre muitas outras qualidades, uma mulher quer o “matador” no seu homem. Ela é apagada se o seu homem for medroso e quer que ela vá matar a barata ou o rato enquanto ela fica na sua cadeira a ver. Ela fica apagada se o seu homem quer que ela saia da cama e vá verificar os sons estranhos na casa para descobrir se foi um ladrão a fazer o barulho. Destemor, ou a capacidade de transcender o medo da morte em nome do amor, é a forma quintessencial da máxima dádiva masculina.

38. Ela necessita da sua consciência para combinar a sua energia!

Um homem deve ser capaz de preencher a sua mulher com consciência equivalente à sua energia. A destruidora feminina deve ser preenchida pelo destruidor masculino. A deusa da devoção deve ser preenchida pelo deus do amor totalmente invasivo. Trevas ou luz, um homem não pode estagnar em, ou evitar, nenhuma área da sua capacidade masculina ou a sua mulher irá testá-lo aí. Estas áreas de teste são habitualmente realizadas em relação ao lado obscuro. Apenas depois de a confiança estar estabelecida nessa base, apenas quando a obscura amante feminina sabe que vai ser preenchida pelo obscuro amante masculino, os testes prosseguirão a caminho da luz.

Parte VI – A Atractividade Feminina

39. O feminino é abundante!

Nunca existe escassez de mulheres ou de energia feminina. Se um homem sente que não existem mulheres suficientes, ou que a vida não está a dar-lhe o que ele quer, ele está simplesmente em negação da sua relação com o feminino. Este senso de privação – “a vida não me está a sustentar” ou “não existem mulheres de qualidade”, é habitualmente programado na relação da sua primeira infância com a sua mãe. A vida em si é o feminino. Nunca existe escassez de energia feminina, apenas uma resistência em recebê-la, confiar nela e integrá-la.

40. Permita a magia das mulheres mais velhas!

Os homens deveriam apoiar as mulheres mais velhas, na sua sabedoria, poder e capacidades intuitivas e curativas. Os homens não deveriam degradar as mulheres mais velhas, exigindo ou desejando que fossem como as mulheres mais novas. Não deveria haver comparação. Cada idade feminina tem o seu próprio valor, e a transição do brilho superficial para a radiância profunda é inevitável.

41. Transforme a sua luxúria em dádivas!

Quando um homem vê uma mulher bonita, é natural para ele sentir energia no seu corpo, que ele usualmente interpreta como desejo sexual. Mais do que desperdiçar a sua energia em fantasias mentais, um homem deveria aprender a fazer circular a sua energia refinada. Ele deveria respirar profundamente, fazendo a energia circular por todo o seu corpo. Ele deveria ser capaz de tratar a sua energia refinada como uma dádiva, que poderia curar e rejuvenescer o seu corpo e, através do seu serviço, curar o mundo. Através destes meios, o seu desejo é convertido em grandeza de coração. A sua luxúria é convertida em serviço. O seu desejo não é convertido através da negação da atracção sexual mas, apreciando-a totalmente, circulando-a através do seu corpo (sem deixar que estagne através de fantasias mentais) e devolvendo-a ao mundo, a partir do coração.

42. Nunca permita que o seu desejo seja suprimido ou despolarizado!

Quando um homem nega o seu desejo pelo feminino, ou por escolha ou por familiaridade, isso é um sinal da sua despolarização, mesmo em direcção ao mundo. Ele poderá procurar uma amante para se revigorar, mas isto é apenas uma solução temporária e complicada, uma vez que é apenas uma questão de tempo até que a sua amante se torne familiar e entediante. Qualquer mulher em relação à qual um homem se torne despolarizado irá sentir a sua rejeição, desgosto e falta de desejo. Em resposta, ela tornar-se-á agressiva e destrutiva. A sua energia “desmaridada”, começará a mover-se caoticamente, tornando-se mesmo auto-destrutiva. Um homem não tem desculpa; ele deve cultivar uma relação polarizada com a sua mulher e com o seu mundo, se quiser manter-se em relação com eles.

43. Use a atractividade dela como um tiro através da aparência!

Uma boa mulher é uma fonte de atracção e inspiração no mundo, para um homem. Ele nunca deverá esquecer, contudo, que nem o mundo nem a sua mulher são o propósito da sua existência. A sua prática é sempre a de sentir através das mulheres e do mundo, sem supressão ou desdém, dentro da sua fonte ou da natureza. A atracção de um homem por mulheres deve ser convertida de atracção por mulheres para atracção através das mulheres. Ele deve sentir o seu desejo sem supressão, e depois sentir através do seu desejo, dentro da fonte-energia do desejo. Ele deve sentir através da sua beleza, dentro do enorme deleite que é a sua beleza, porém uma ondulação e recordação. A sua total relação com a aparência é epitomizada na sua relação com as mulheres, tanto como obsessão, distracção ou revelação.

Parte VII – Práticas Corporais

44. A ejaculação deveria ser convertida ou escolhida conscientemente!

Existem muitas razões físicas e espirituais pelas quais a ejaculação deveria ser convertida em orgasmos não-ejaculatórios, por todo o corpo, cérebro e coração. Mas

existem também razões relacionais. Quando um homem não tem controlo sobre a sua ejaculação, ele não pode preencher a sua mulher sexualmente ou emocionalmente. Ela sabe que pode descarregá-lo, enfraquecê-lo, esvaziá-lo da sua força vital. Ela venceu. Quando um homem ejacula facilmente, ele cria uma desconfiança crescente na sua mulher. A um nível subtil, ela sabe que não pode confiar nele. Ela e o mundo podem descarregá-lo e despolarizá-lo facilmente. Esta desconfiança subtil irá minar a relação. Ela não somente irá duvidar dele mas, na verdade, irá agir de modo a minar as suas acções no mundo. Minando-o ela demonstra e testa a sua fraqueza mas também espera que, através destes testes, ele possa aprender a permanecer preenchido.

45. Respire pela frente abaixo!

Todos os homens tendem a ter bloqueios na frente do seu corpo, ao longo de uma linha imaginária que vai desde o topo da cabeça, através da língua, garganta, coração, plexus solar, umbigo, e genitais até ao períneo. A principal chave orgânica para dominar o mundo e as mulheres é manter a frente do corpo completamente aberta a todo o momento. O método básico é uma respiração relaxada e profunda, circulando a energia pela frente do corpo, libertando a atenção de auto-preocupações neuróticas.

46. Ejacule pela espinal medula acima!

Para a grande maioria dos homens, a ejaculação envolve expelir a sua energia e sémen através dos seus órgãos genitais. Após esse momento, eles sentem que se libertaram do stress. O orgasmo do homem superior, mais frequentemente, explode pela sua espinha dorsal e acima e no seu cérebro, chovendo daí, por todo o seu corpo abaixo, como um duche de felicidade e rejuvenescimento. A técnica para converter os orgasmos enfraquecedores em orgasmos rejuvenescedores, envolve a contracção da base pélvica, próxima dos órgãos genitais, impelindo a energia pela espinha dorsal acima, através do uso da respiração, sentimento e intencionalidade.

Parte VIII – Yoga da Intimidade para Homens e Mulheres

47. Tenha em conta a assimetria primária!

A relação íntima nunca é a prioridade na vida de um homem masculino e é sempre a prioridade na vida de uma mulher feminina. Se um homem tem uma essência sexual masculina, então a sua prioridade é a sua missão, a sua direcção rumo à sua maior libertação, liberdade e consciência. Se uma mulher tem uma essência sexual feminina, então a sua prioridade é o fluxo de amor na sua vida, incluindo a sua relação com um homem em quem ela pode confiar totalmente, em corpo, emoção, mente e espírito. Homem e mulher devem apoiar-se um ao outro nas suas prioridades, para que a relação possa servir ambos

48. Você é responsável pelo crescimento na intimidade!

Existem dádivas masculinas e femininas na intimidade e cada dádiva acarreta a sua própria responsabilidade. A direcção de crescimento de uma relação é, primariamente, da responsabilidade do homem. A energia da intimidade – prazer, fluxo sexual e vitalidade - é primariamente da responsabilidade da mulher. Uma maneira simplificada de dizer isto é que o homem é responsável pela profundidade do amor da mulher ou abertura de humor e a mulher é responsável pela “erecção” do homem, ou energia no corpo.

49. Persista na prática e crescimento!

Direcção na vida é uma prioridade masculina, mesmo na relação íntima. Um homem espiritualmente menos maduro poderá dizer à sua mulher: “O meu caminho ou a autoestrada!” Um homem no seu processo de crescimento irá muitas vezes facilitar a sua direcção e procurar um compromisso com a sua mulher, jogando o jogo do “Sr. Gajo Porreiro”. Mas, um homem superior não irá conformar-se com menos do que a plena encarnação do amor de que ele e a sua mulher sejam capazes. Com compaixão, ele avança através de todas as tretas, exigindo autenticidade e humor. É como se ele dissesse à sua mulher: “O caminho divino ou a autoestrada!” É a mesma insistência masculina na direcção que um homem mais fraco irá exigir. Mas, em vez de querer que a sua mulher siga a sua própria direcção, um homem superior quer que ela siga na direcção que melhor servir o seu crescimento em amor e felicidade. Ele não se conformará com menos do que isso.

50. Restaure o seu propósito em solidão ou com outros homens!

Um homem redescobre e afina o seu propósito em solidão, em situações desafiantes e na companhia de outros homens que não admitirão as suas tretas. Mas as mulheres reforçam a sua radiância feminina, na companhia de outras mulheres em mútua celebração e brincadeira. Um homem deve criar condições para ambas as formas de restauração: a sua própria solidão e as suas reuniões masculinas e o tempo da sua mulher com outras mulheres.

51. Pratique a dissolução!

Tal como dissolver-se na intensidade de um orgasmo, o maior desejo de um homem é a libertação absoluta.

Parte I - O Caminho do Homem / 1. Pare de esperar pela perfeição em tudo na vida!

A maioria dos homens comete o erro de pensar que um dia as coisas serão diferentes. Eles pensam algo do género “Se conseguir trabalhar o suficiente, um dia poderei descansar” ou “Um dia a minha mulher compreenderá alguma coisa e parará de se queixar” ou “Eu estou a fazer isto apenas por agora mas um dia irei fazer o que realmente quero com a minha vida”. O erro masculino é o de pensar que as coisas eventualmente serão diferentes em alguma maneira fundamental. Não serão. Nunca acaba. À medida que a vida continua, o desafio criativo é lutar, brincar e fazer amor com o momento presente enquanto oferece a sua dádiva única.

Isto nunca vai parar, por isso, pare de esperar pelas coisas boas. A partir de agora, use no mínimo, uma hora por dia para fazer aquilo de que está à espera até que as suas finanças sejam mais seguras, ou até que as crianças tenham crescido e deixado a casa, ou até que tenha terminado as suas obrigações e esteja livre para fazer o que realmente quer. Não espere mais. Não acredite no mito de que “um dia tudo será diferente.” Faça o que ama fazer, o que está à espera para fazer, o que ama fazer, agora. Passe ao menos uma hora por dia fazendo o que ama fazer – aquilo que no seu coração sente profundamente que tem de fazer – independentemente de todos os seus deveres diários que parecem aprisioná-lo. Contudo, esteja preparado: poderá descobrir que não o faz, ou não pode fazê-lo; que, de facto, a sua fantasia em relação à sua vida futura é simplesmente uma fantasia.

A maioria das objecções são desculpas para a falta de uma disciplina criativa. Limitações financeiras e obrigações familiares nunca travaram um homem que realmente queria fazer alguma coisa, apesar de essas coisas providenciarem desculpas para um homem que não esteja realmente virado para o desafio criativo em primeiro lugar. Descubra hoje se está verdadeiramente disponível para fazer o que for necessário para dar a sua dádiva na totalidade. Como primeiro passo, passe pelo menos uma hora por dia dando totalmente a sua dádiva, qualquer que ela seja para o dia de hoje, para que quando se for deitar à noite tenha a consciência de que não poderia ter vivido o seu dia com mais coragem, criatividade e generosidade.

Acrescentado ao mito de um dia a sua vida será fundamentalmente diferente, poderá também acreditar e esperar que, um dia, a sua mulher será fundamentalmente diferente. Não espere. Se o comportamento ou humor da sua mulher for verdadeiramente intolerável para si, você deveria abandoná-la sem olhar para trás (a partir do momento em que não pode mudá-la). Contudo, se descobrir que o seu comportamento ou humor é meramente desagradável ou aborrecido, mentalize-se de que sempre irá parecer-lhe assim: da perspectiva do masculino, o feminino sempre parecerá demasiado complicado e caótico.

Da próxima vez que der por si próprio a tentar estabilizar a sua mulher de modo a que ela não (grite / se queixe / seja complicada, etc)_____ (preencha o espaço) relaxe e dê-lhe amor tocando-a e dizendo que a ama quando ela se encontra assim (o que quer que seja que tenha colocado no espaço em branco). Abraça-a, ou lute com ela, ou grite e esbraceje mas não faça qualquer esforço para terminar com o comportamento dela que o aborrece. Pratique o amor, em vez de tentar colocar um ponto final à qualidade que o chateia. Na relação com o feminino não é possível escapar da luta. Aprenda a encontrar o humor no interminável drama emocional de que o feminino parece gostar tanto. O amor que magnifica poderá realinhar o comportamento dela, mas nunca a sua frustração e o seu esforço por estabilizá-la.

Tanto o mundo como a sua mulher lhe apresentarão sempre desafios imprevisíveis. E, das duas, uma: ou você está a viver a sua vida plenamente, oferecendo as suas dádivas mesmo no meio de tais desafios, hoje mesmo, agora mesmo, ou está à espera de um futuro imaginário que nunca chegará. Homens que viveram vidas significativas foram homens que nunca esperaram: nem por dinheiro, nem por segurança, nem por facilidades, nem por mulheres. Sinta o que mais quer oferecer como dádiva, à sua mulher e ao mundo e faça o que puder para dá-lo hoje. Cada momento de espera é um

momento desperdiçado e cada momento desperdiçado degrada a sua clareza de propósito.

Parte I - O Caminho do Homem / 2. Viva com um coração aberto, mesmo que doa!

Fechar-se no meio da dor é uma negação da verdadeira natureza do homem. Um homem superior é livre em sentimentos e acções, mesmo no meio de grande dor e mágoa. Se necessário, um homem deveria viver com o coração dorido em vez de fechado. Ele deveria aprender a permanecer na ferida da dor e actuar com capacidade espontânea e amor mesmo partindo dessa base.

Imagine-se a fracassar num projecto de importância superior, mentindo à sua mulher e sendo apanhado, ou sobrevalorizando a sua piada irónica acerca da sua ejaculação precoce na cama. De que modo reage com o seu corpo, respiração e olhar? Detecte se reage a uma pessoa ou uma situação que o magoa afastando-se, escondendo-se, ou fechando-se em si próprio. Detecte a existência de situações em que sente dificuldade em olhar alguém nos olhos, ou alturas em que o seu peito e plexus solar (zona em volta do umbigo) se tornam contraídos. Estes são sinais de incapacidade de reagir eficazmente à dor. Contraído e fechado em si mesmo, é-lhe impossível actuar. Está preso na armadilha da sua tensão auto-protectora, não mais um homem livre.

O Homem Superior pratica a abertura nestas alturas de fecho automático. Abra a frente do seu corpo de modo a que o seu tórax e plexus solar não estejam tensos. Sente-se ou permaneça de pé direito e preenchido, abrindo a frente do seu corpo, relaxando o seu tórax e barriga, ampla e livremente. Respire ao longo do seu tórax e plexus solar abaixo, fundo na sua barriga. Olhe directamente nos olhos de quem quer que seja com quem estiver, sentindo a sua própria dor ao mesmo tempo que sente a outra pessoa. Apenas quando a frente do seu corpo se encontrar relaxada e aberta, a sua respiração completa e profunda, e o seu olhar desprotegido e directamente conectado com o da outra pessoa, poderá a sua mais profunda e completa inteligência manifestar-se espontaneamente na situação.

Para actuar como um Homem Superior, um Samurai da relação, deverá sentir a situação por inteiro, com todo o seu corpo. Um corpo fechado é incapaz de sentir pistas e sinais subtis e, desse modo, incapaz de actuar com mestria na situação.

Parte I - O Caminho do Homem / 3. Viva como se o seu pai estivesse morto!

Um homem deve amar o seu pai e ainda livrar-se das suas expectativas e criticismos de modo a ser um homem livre.

Imagine que o seu pai morreu ou recorde-se de quando ele morreu. Existem alguns sentimentos de alívio associados com a sua morte? Agora que ele está morto, alguma parte de si se encontra feliz por não ter mais de viver de acordo com as suas expectativas ou de sofrer com o seu criticismo?

De que modo diferente teria vivido a sua vida se nunca tivesse tentado agradar ao seu pai? Se nunca tivesse tentado mostrar ao seu pai que tem valor? Se nunca se tivesse sentido arrasado pelo olhar crítico do seu pai?

Durante os próximos três dias faça pelo menos uma actividade por dia que tenha suprimido ou evitado devido à influência do seu pai. Neste sentido, pratique a liberdade em relação às suas expectativas subitas, que podem actualmente residir dentro do seu próprio auto-julgamento. Pratique a sua liberdade desta maneira, em cada dia por três dias, mesmo que se sinta medroso, limitado, sem valor, ou arrasado pelas expectativas do seu pai.

Parte I - O Caminho do Homem / 4. Conheça o seu verdadeiro limite e não finja!

É honorável para um homem admitir os seus medos, resistências e limites práticos. É simplesmente verdade que cada homem tem o seu limite, a sua capacidade para o crescimento e o seu destino. Mas é uma desonra para ele mentir a si próprio ou a outros acerca do seu real lugar. Ele não deveria fingir ser mais iluminado do que é – nem deveria limitar-se a ficar pelo seu actual limite. Quanto mais um homem estiver a desafiar o seu real limite, mais valioso ele é como boa companhia para outros homens, mais ele poderá ser confiável pela sua autenticidade e capacidade de estar totalmente presente. Onde o limite de um homem está localizado é menos importante do que ele estar a viver o seu limite em verdade, mais do que sendo preguiçoso ou desiludido.

Pegue numa área da sua vida, talvez a sua relação íntima, a sua carreira, a relação com as suas crianças, ou a sua prática espiritual. Por exemplo, actualmente estará a fazer alguma coisa para ganhar a vida. Onde é que os seus medos o impedem de realizar uma maior contribuição para a humanidade, de ganhar mais dinheiro, de ganhar dinheiro de uma forma mais criativa e agradável? Se fosse uma pessoa absolutamente destemida estaria a ganhar a vida exactamente da mesma maneira que está a fazê-lo agora? O seu limite encontra-se onde parou e ficou ou, onde se compromete com a sua mais completa dívida e, assim, enfrentando os seus medos?

Terá perdido o contacto com os medos que o estão a limitar os seus ganhos e estilo de vida? Se se sente desiludido e sente que não tem medo, então mente a si mesmo. Todos os homens sentem medo, a não ser que sejam perfeitamente livres. Se não é capaz de admiti-lo está a fingir perante si próprio e perante os outros. Os seus amigos sentirão o seu medo, mesmo que você não o sinta. Assim, eles irão perder confiança em si, sabendo que se está a iludir a si próprio, a mentir a si próprio e, assim, propenso a mentir-lhes a eles também, consciente ou inconscientemente. Ou, talvez se encontre extremamente consciente dos seus medos: o seu medo de correr riscos, o seu medo de falhar, o seu medo de ser bem sucedido. Talvez se sinta confortável com a sua vida, e teme que uma mudança no seu estilo de vida possa vir acompanhado de uma mudança na sua carreira, apesar de a nova carreira poder estar mais próxima daquilo que realmente quer fazer com a sua vida. Alguns homens temem o sentimento de medo e desse modo nem sequer se aproximam do seu limite. Eles escolhem um emprego que sabem poder fazer bem e com facilidade, e nem sequer chegam próximo da mais completa entrega da sua dívida. As suas vidas são relativamente seguras e confortáveis, mas mortas. Eles sentem a falta de vivacidade, de profundidade e de energia inspiracional, que assinalam que um homem está a viver no seu limite. Se se identifica com este tipo de homem que recua, provavelmente trabalhando duro, mas não no seu

real limite, outros homens não serão capazes de confiar que possa e vá ajudá-los a viver no seu limite e dar as suas mais completas dádivas.

Como uma experiência, descreva o seu limite com respeito à sua carreira bem alto para si mesmo. Diga algo como: “Eu sei que poderia estar a ganhar mais dinheiro, mas sou demasiado preguiçoso para colocar nele as horas extras que tal iria exigir. Eu sei que poderia dar mais da minha verdadeira dádiva, mas tenho medo que possa não ser bem sucedido, e então serei um falhado sem dinheiro. Gastei 15 anos a desenvolver a minha carreira, tenho medo de abandoná-la e começar de novo, apesar de saber que passo a minha vida fazendo coisas que não tenho o mínimo interesse em fazer. Eu poderia estar a fazer dinheiro de maneiras mais criativas, mas passo demasiado tempo a ver televisão, em vez de ser criativo.”

Honre o seu limite. Honre as suas escolhas. Seja honesto consigo próprio a respeito. Um homem medroso, que sabe que é medroso é, de longe, mais confiável que um homem medroso que não está consciente dos seus medos. E um homem medroso que, mesmo assim, mergulha nos seus medos, vivendo o seu limite e oferecendo as suas dádivas a partir daí, é mais confiável e mais inspirador que um homem medroso que estagna na sua zona de conforto, indisponível para, sequer, experienciar o seu medo numa base diária. Um homem livre está livre para reconhecer os seus medos, sem escondê-los ou escondendo-se deles. Viver com os seus lábios apertados contra os seus medos, beijando os seus medos, nem recuando, nem violando-os agressivamente.

Parte I - O Caminho do Homem / 5. Assegure sempre a sua mais profunda realização!

A eternidade tem de ser a casa de um homem, de momento a momento. Sem isso, ele estará perdido, sempre esforçando-se, agarrando-se a ilusões de fumo. Um homem deverá fazer o que for necessário para vislumbrar e depois estabilizar a sua sempre fresca realização e organizar a sua vida à volta disso.

Faça da sua vida um processo em andamento de ser quem é, na sua maior profundidade, nos seus mais naturais níveis de ser. Além deste processo, tudo é secundário. O seu emprego, as suas crianças, a sua mulher, o seu dinheiro, as suas criações artísticas, os seus prazeres – todos eles são superficiais e vazios, caso não se encontrem a flutuar no mar profundo do seu ser consciente. Quantas horas do dia de hoje esteve a sua atenção focada na realidade das mudanças – eventos, pessoas, pensamentos e experiências – e quão frequentemente esteve a sua atenção relaxada na sua fonte? Onde está a sua atenção agora? Consegue sentir a sua fonte? Nem que seja por um momento, consegue sentir aquilo que torna a atenção consciente e atenta? Consegue sentir a natureza mais profunda da atenção? O que acontece quando você, simplesmente, sem esforço, permite que a atenção permaneça dentro da sua fonte?

Esta fonte nunca muda e está sempre presente. É o tom de fundo, constante e silencioso, penetrando a música da vida. Sinta dentro desta fonte tão profundamente quanto possível e então, readeque o seu trabalho, intimidade, família e esforços criativos. Quando faz amor, faça amor a partir desta fonte. Quando faz dinheiro, faça dinheiro a partir desta fonte. Descubra o que acontece aos detalhes da sua vida, quando vive mais consistentemente a partir desta fonte.

Use ajudas que apoiem o seu relaxamento dentro de, e criação a partir dessa fonte. Leia livros que o lembrem de quem é, em verdade. Passe tempo com pessoas que o inspirem e reflitam a fonte para si. Medite, contemple ou reze diariamente, de maneira a inclinar-se para a fonte.

Se for como a maioria dos homens, possui fortes hábitos que desviam a sua atenção para os eventos e tarefas do dia. Dias e noites voam durante anos, a sua vida escorrega-lhe por entre os dedos, a sua atenção absorvida num mundo aparente de responsabilidades necessárias. Mas tudo isso é vazio se não vivermos as nossas responsabilidades como expressões da nossa profundidade de Ser, e verdade do Coração.

Conheça a eternidade. Faça o que for necessário. E a partir dessa profundidade de Ser, viva os detalhes da sua vida. Mas se decidir secundarizar o processo de submersão na fonte em nome de ter que tratar dos seus negócios primeiro, a sua vida será desperdiçada em horas e dias de negócio e depois terminará. Apenas se estiver bem firme naquilo que é mais vasto do que esta vida terrena, lhe será possível viver a vida com humor, sabendo que cada tarefa não mais do que uma miragem de necessidade.

Mesmo que se encontre a si mesmo nalgum momento trivial, vendo televisão ou arrumando a cozinha, sinta a verdade de quem é. Sinta o conhecimento desprendido em que cada instante aparece e se esvai. Todos os momentos são a mesma intensidade de clareza, plenitude, e humor, quando vai ao encontro de cada momento com a sua mais profunda realização. Nada do que jamais possa ter acontecido fez a mais pequena diferença para o Ser que realmente é.

Parte I - O Caminho do Homem / 6. Nunca mude de ideias apenas para agradar a uma mulher!

Se uma mulher sugerir algo que mude a perspectiva de um homem, então ele deveria tomar uma nova decisão baseado na sua nova perspectiva. Mas ele nunca deveria trair o seu mais profundo conhecimento interior e intuição, de modo a agradar à sua mulher ou a alinhar com ela. Ambos, ele e ela, serão enfraquecidos se isso acontecer. O ressentimento entre ambos irá aumentar e a crosta de inautenticidade acumulada irá oprimir o seu amor, bem como a sua capacidade de acção livre.

Você deveria sempre ouvir a sua mulher e depois tomar a sua própria decisão. Se escolher alinhar com a sugestão da sua mulher, mesmo quando no fundo do seu coração sente que outra decisão seria mais sábia, estará, com efeito, a dizer algo como: “Eu não confio na minha própria sabedoria.” Estará a enfraquecer-se ao dizer isto a si mesmo. Está a enfraquecer a confiança da sua mulher em si: porque razão deveria ela confiar na sua sabedoria se você próprio não confia?

Quando nega a sua verdade profunda para agradar à sua mulher, toda a gente sentirá a sua falta de autenticidade. Eles sentirão que o seu falso sorriso esconde uma divisão interna. Os seus amigos, crianças e colegas de trabalho poderão amá-lo, mas não confiarão em si, uma vez que você não acredita nos seus intentos nucleares. E, mais importante, o seu próprio senso de inautenticidade minará a sua capacidade de agir com clareza. As suas acções não coincidirão com as suas reais intenções.

Contudo, se ouvir a sua mulher e levar em conta tudo aquilo que ela diz, e tomando a sua melhor decisão, então estará a agir de acordo com o seu núcleo. Estará a dizer, com

efeito, algo do gênero: “A minha mais profunda sabedoria leva-me a esta decisão. Se estiver errado, aprenderei com isso e a minha sabedoria ter-se-á aprofundado. Eu estou disponível para cometer erros e crescer a partir daí. Eu confio neste processo de actuar a partir da minha mais profunda sabedoria.”

Esta atitude de autoconfiança, leva os outros a confiarem em si. Poderá cometer erros, mas estará aberto a descobertas, e assim crescer a partir das experiências. Você estará aberto a ouvir os outros mas, no final, assumirá a responsabilidade pelas suas próprias decisões. Não haverá ninguém a quem culpar.

Contudo, se desistir da sua real decisão para seguir a da sua mulher, então irá culpá-la por estar errada se ela estiver errada, e sentir-se-á enfraquecido se ela estiver certa, tendo negado a si mesmo a oportunidade de agir a partir do seu centro e de crescer a partir dos seus erros. Esteja aberto a mudar os seus sentimentos, com base no que quer que seja que a sua mulher possa revelar-lhe – através das suas palavras ou linguagem corporal – e depois tome a sua própria decisão, baseado na sua mais profunda sabedoria intuitiva e conhecimento. Poderá tomar a decisão certa ou a decisão errada, mas aconteça o que acontecer, será a sua melhor escolha que irá fortalecer a sua capacidade de decisão futura.

Parte I - O Caminho do Homem / 7. O seu propósito tem de vir antes da sua relação!

Todo o homem sabe que o seu mais elevado propósito na vida não pode ser reduzido a nenhuma relação particular. Se um homem priorizar a sua relação sobre o seu mais elevado propósito, ele enfraquece-se a si mesmo, não serve o universo e priva a sua mulher de um homem autêntico, que possa oferecer-lhe uma presença total e integral.

Admita para si próprio que se tivesse que escolher uma ou outra, a perfeita relação íntima ou alcançar o seu mais elevado propósito na vida, escolheria ter sucesso no seu propósito. Apenas este autoconhecimento tem o poder de, muitas vezes, libertar muita da pressão que um homem possa sentir para priorizar a sua relação quando, de facto, não constitui a sua mais elevada prioridade.

A sua missão é a sua prioridade. A menos que conheça a sua missão e tenha alinhado a sua vida com isso, o seu centro sentir-se-á vazio. A sua presença no mundo será enfraquecida, assim como a sua presença perante a sua mulher. A próxima vez que der por si a render-se à sua mulher (priorizando assim a relação em vez do propósito), colocando a sua missão em segundo plano e negando o seu verdadeiro propósito para passar tempo com ela, pare. Diga à sua mulher que a ama, mas que não pode negar o propósito do seu coração. Diga-lhe que passará 30 minutos (ou algum tempo específico) com ela em absoluta atenção e total presença, mas que depois deverá retornar à sua missão.

A sua mulher sentir-se-á mais preenchida com 30 minutos diários da sua atenção não dividida e amor arrebatador, do que com algumas horas da sua presença fraca e dividida quando o seu coração não está verdadeiramente ali. Tempo passado com a sua mulher deveria ser tempo em que queira estar com ela mais do que qualquer outra coisa. Se você preferir estar a fazer outra coisa qualquer ela irá senti-lo. E ambos se sentirão defraudados.

Parte I - O Caminho do Homem / 8. Caminhe sempre um pouco além dos seus limites!

Em cada momento dado, o crescimento de um homem é otimizado se ele for um pouco além dos seus limites, das suas capacidades, dos seus medos. Ele não deveria ser demasiado preguiçoso, estagnando alegremente na sua zona de segurança e conforto. Nem, por outro lado, ir demasiado além destes, stressando-se desnecessariamente, incapaz de digerir a sua experiência. Ele deveria apenas ir ligeiramente além dos seus medos e desconfortos. Constantemente. Em tudo o que faz.

Uma vez que seja honesto consigo mesmo acerca do seu limite, é melhor encostar-se apenas um pouco além dele. Muito poucos homens utilizam a sua coragem para esta prática. A maioria dos homens acomodam-se ao caminho fácil ou auto-engrandecem-se tomando um caminho de extrema dificuldade. A sua insegurança poderá levá-lo a duvidar de si próprio e, assim, levá-lo a enveredar pelo caminho fácil, nem sequer se aproximando do seu real limite ou real dádiva. Alternativamente, a sua insegurança poderá levá-lo a esticar, esticar, esticar, procurando tornar-se vitorioso sobre o seu próprio sentido de falta.

Ambos os modelos evitam a sua real condição no momento e que é, muitas vezes, de medo. Se estiver stressantemente a evitar o seu medo, nunca poderá relaxar na ausência do medo.

O seu medo é a definição mais afiada de si próprio. E deveria sabê-lo. Virtualmente, deveria senti-lo constantemente. O medo necessita de tornar-se seu amigo, de modo a que, não mais se sinta desconfortável com ele. Mais do que isso, o medo primário, mostra-lhe que está no seu limite. Ficar com o medo, ficando no seu limite, permite que uma real transformação ocorra. Nem preguiçoso, nem agressivo, trabalhando o seu limite, permite-lhe perceber o momento com o mínimo de distorção possível. Você disponibiliza-se para estar com o que é, mais do que tentar escapar-lhe fugindo dele, ou tentar escapar-lhe para alguma meta futura.

O medo do medo pode levá-lo a recuar, a viver uma vida menor do que é capaz. O medo do medo pode levá-lo a recuar, vivendo uma vida falsa, descentrada, tensa e fora do momento. Mas, a capacidade de sentir este momento, incluindo o medo, sem tentar escapar-lhe, cria um estado de vivacidade e humilde espontaneidade. Você está pronto para o desconhecido tal como ele se apresenta, desde que não seja arrastado para trás nem empurrado para a frente do horizonte do momento. Você permanece mesmo na crista da onda.

Praticando ir apenas um pouco além do seu limite, do seu medo, você desafia os seus limites compassivamente, sem tentar escapar ao sentimento do medo. Você permanece além do sólido chão da segurança, com um coração aberto. Você permanece no espaço do incognoscível, virgem e desperto. Aqui, a gravidade do seu Ser profundo levá-lo-á ao único espaço onde o medo é obsoleto: a eterna queda livre de casa. Onde você sempre está.

Possua o seu medo e vá apenas um pouco além dele. Em todos os aspectos da sua vida. Começando agora mesmo.

Parte I - O Caminho do Homem / 9. Faça-o por amor!

A forma como um homem penetra o mundo deveria ser a mesma como penetra a sua mulher: não meramente pelo prazer ou ganhos pessoais mas, para magnificar o amor, a abertura e a profundidade.

Da próxima vez que possuir a sua mulher sexualmente, sinta o seu derradeiro desejo. O seu mais profundo desejo na vida. Sinta porque razão se encontra a fazer algo na vida e, especificamente, porque está a unir-se com a sua amante. Poderão haver muitas razões menores mas, qual a sua mais profunda e derradeira razão?

O derradeiro motivo da maioria dos homens para fazer seja o que for está relacionado com a descoberta da sua mais profunda verdade, apreciando total liberdade e amor, e oferecendo as suas mais completas dádivas.

No entanto, muitos homens conformam-se em desfrutar de um bocadinho de liberdade e amor, oferecendo as suas dádivas de um modo incompleto. Eles apreciam a liberdade de comprarem um carro bonito, de terem sexo amoroso com frequência e dormir até tarde ao Domingo. Eles, generosamente, oferecem alguma quantidade de dinheiro para uma boa causa, amorosamente oferecem à sua mulher um anel de diamantes, e com felicidade treinam uma equipa de pequena liga. Estas são liberdades apreciáveis e dádivas reais que representam uma diferença significativa na vida das pessoas. Mas, para muitos homens, isso ainda não é suficiente.

A liberdade ou amor que alcançaram e a forma como ofereceram as suas dádivas, deixa muitas vezes uma sensação de incompletude. Alguma coisa ainda falta. Existe ainda um desejo de ir mais além, de se desarmadilharem, de apreciarem a vida livres de uma subtil sensação de restrição, solidão, tensão subjacente e medo. E, para muitos homens, esforcem-se como se esforcem, permanece a sensação de que a sua total dádiva permanece por oferecer. A sua vida aparenta ser sempre algo de falso no seu núcleo, assim como a sua sexualidade.

Quando um homem oferece a sua verdadeira dádiva sexual à sua mulher, ele penetra-a e fecunda-a para além de todos os limites dentro do amor. Para fecundar verdadeiramente o mundo e as mulheres necessita-se autenticidade, persistência e coragem de coração. O homem necessita conhecer o núcleo da verdade e estar disponível para oferecer totalmente as suas dádivas. Sem recuar. Ele precisa de estar disponível para dedicar o seu sexo e a sua vida à magnificação do amor, penetrando as mulheres e o mundo com as suas verdadeiras dádivas. Esta disponibilidade é rara.

Muitos homens estão disponíveis para fazer troça das suas mulheres e fecundá-las de uma forma medíocre, partilhando alguns orgasmos e alguns momentos de ligação emocional, antes de retornarem à sua rotina do dia seguinte. Muitos homens estão disponíveis para fazer troça do mundo e fecundá-lo de uma forma medíocre, fazendo algum dinheiro e contribuindo apenas o suficiente para não sentirem que a sua vida é um total desperdício. Mas, muito poucos homens estão na disposição de realizar os seus feitos por inteiro, a usar tudo o que têm para libertar a sua mulher e o mundo, no mais profundo possível de verdade, amor e abertura. Muito poucos homens estão disponíveis para oferecer os seus mais profundos talentos, o seu profundo envolvimento, a poesia do seu real Ser, com todo o impulso do sexo e da vida. A maioria dos homens estão amolecidos por dúvidas e incertezas. Ou então recuam nas suas verdadeiras motivações, devido ao medo. Então, envolvem-se com as suas mulheres e com o mundo, apenas o

suficiente para extrair o prazer e o conforto de que necessitam para atenuarem o seu desconfortável senso de falsidade e incompletude.

Mas, se está disponível para descobrir e possuir a sua verdade, entre em contacto com os seus medos e dar tudo aquilo que tem, poderá penetrar o mundo e a sua mulher a partir do centro do seu Ser e fecundá-los em amor ilimitado. Poderá arrebatá-la a sua mulher tão profundamente que a sua rendição parte o seu coração em luz. Poderá pressionar-se tanto para dentro do mundo com um amor tão penetrante que ele se abre para receber as suas mais profundas dádivas.

Não existe diferença essencial entre penetrar o coração feminino da sua mulher e penetrar totalmente no mundo. Ambas as formas de intercâmbio, sexual e mundano, requerem espontaneidade, sensibilidade e uma forte conexão com a verdade profunda, de modo a penetrar o caos e o fechamento de uma forma em que o amor prevaleça.

Nem as mulheres nem o mundo são previsíveis. Eles irão muitas das vezes resistir às suas dádivas e testar a sua capacidade de persistir. E, apenas certamente, eles irão responder ternamente às suas ministrações relaxadas, à liberdade expressa no seu humor e à invasão do seu amor inspirador. Eles abrir-se-ão em amor e recebê-lo-ão totalmente – apenas para resistir e testá-lo novamente, momentos ou dias mais tarde. Nem as mulheres nem o mundo podem ser colocados em segundo plano, ou enganados. Eles sabem quando você se encontra apenas a vaguear. Eles querem recebê-lo realmente e por inteiro.

Há duas formas de lidar com as mulheres e com o mundo sem compromisso das suas verdadeiras dádivas ou desperdiçando a força do seu Ser profundo. Uma das formas é renunciando à sexualidade e à mundaneidade, dedicando-se totalmente e sem distrações ou compromisso do caminho que escolher seguir, livre das aparentemente constantes exigências das mulheres e do mundo.

A outra maneira é penetrá-los a ambos até ao osso, arrebatá-los com o seu amor desprendido, oferecendo as suas verdadeiras dádivas independentemente das constantes guerrilhas das mulheres e do mundo, dar-lhes as suas verdadeiras dádivas nesta fricção de oposição e rendição, impondo o amor desde as profundezas do seu Ser, mesmo que o seu corpo e a sua mente morram de felicidade através de uma crucificação de inevitável prazer e dor, atracção e repulsão, ganho e perda. Nenhuma dádiva fica por dar. Sem limites para a profundidade do Ser. Apenas abertura, liberdade e amor, como legado do seu intercâmbio entre as mulheres e o mundo.

Se escolher verdadeiramente relacionar-se com as mulheres e o mundo, é melhor que vá até ao fim e os arrebate desde as profundidades do seu verdadeiro centro, fecundando-os abertamente com as suas amplas dádivas do seu coração destemido. Doutra modo, se de uma forma leviana procurar penetrá-los para satisfazer as suas próprias necessidades a sua mulher e o mundo sentirão a sua falta de dedicação, profundidade e verdade. Em vez de se renderem com amor ao seu amor, irão distraí-lo, sugar a sua energia, e mergulhá-lo em intermináveis complicações, de modo que a sua vida e relação se tornam uma quase constante procura por libertação de restrições.

Você poderá ser um asceta e viver sozinho, afastado das mulheres e do mundo. Mas, se escolher uma vida de intercâmbio sexual e mundano, sentir-se-á armadilhado pelas

mulheres e pelo mundo, a menos que esteja liberto no meio da “verdadeira penetração”, rendendo-se na doação, não retendo absolutamente nada, dissolvendo todo o tempo na abertura do amor. Através do denso e do refinado, este é o caminho do Homem Superior.

Parte I - O Caminho do Homem / 10. Aprecie o criticismo dos seus amigos!

A capacidade de um homem para receber o criticismo directo de outros homens é uma medida da sua capacidade para receber energia masculina. Se ele não tem uma boa relação com a energia masculina (e.g., o seu pai), então ele agirá como uma mulher, ficando magoado ou ressentido, mais do que, fazendo um uso inteligente do criticismo de outros homens.

Pelo menos uma vez por semana, deveria sentar-se com os seus mais chegados amigos homens e discutir o que está a fazer com a sua vida e o que tem medo de fazer. A conversação deveria ser curta e simples. Você deveria determinar exactamente em que ponto se encontra. Então, os seus amigos deveriam dar-lhe uma experimentação comportamental, algo que possa fazer e que irá revelar-lhe algo, ou garantir maior liberdade na sua vida.

“Eu quero ter um affair com a Denise, mas não quero magoar a minha mulher. Tenho medo que ela possa descobrir,” poderá você dizer.

“Tu tens andado a falar da Denise por mais de seis meses. Estás a desperdiçar a tua energia vital nesta fantasia. Deverias ter sexo com ela amanhã à noite, ou esquecer isso de uma vez e não voltar mais a tocar no assunto,” poderão os seus amigos dizer, desafiando a sua hesitação e mediocridade.

“OK, eu sei que não vou fazê-lo. Vejo agora com clareza que tenho muito medo que ter um affair com a Denise possa arruinar o meu casamento. O meu casamento é mais importante que o meu desejo pela Denise. Vou esquecer isso e restabelecer as prioridades na minha vida. Obrigado.”

Os seus amigos homens chegados deveriam estar disponíveis para desafiar a sua mediocridade, sugerindo uma acção concreta que possa sacudi-lo da rotina, de uma forma ou de outra. E você deverá estar disponível para lhes oferecer a sua brutal honestidade, da mesma maneira, se realmente querem auxiliar-se uns aos outros no crescimento pessoal. Os bons amigos nunca deveriam aceitar mediocridade uns nos outros. Se estiver no seu limite, os seus amigos homens deveriam respeitar isso, mas não deixá-lo demasiado solto. Eles deveriam honrar os seus medos e, em amor, continuar a empurrá-lo para além deles, sem o pressionarem demasiado.

Se você apenas procura apoio por parte dos seus amigos, sem desafio, tal revela um problema não resolvido que possa ter com o seu pai, esteja ele vivo ou morto. A força do pai é a força do desafio e liderança amorosos. Sem esta força masculina na sua vida, a sua direcção pessoal torna-se descontrolada, e você estará mais propenso a perder-se na sua ambiguidade e indecisão. Os seus amigos homens chegados podem providenciar-lhe a luz fundamental do amor – descomprometida pela acção de um medroso Sr. Bonzinho – pela qual poderá vislumbrar a direcção para onde pretende seguir.

Escolha amigos homens que estejam, eles mesmos, a viver no seu limite, enfrentando os seus medos e vivendo para além dos mesmos. Homens deste calibre podem amá-lo sem protegê-lo da necessária confrontação com a realidade que a vida envolve. Você deveria poder confiar que estes amigos lhe falarão sobre a sua vida tal como eles a vêem, bem como, oferecer-lhe acções específicas capazes de derramar luz sobre a sua situação, e dar-lhe o apoio necessário para viver em liberdade, apenas um pouco além do seu limite, o que nem sempre é, ou mesmo raramente, confortável.

Parte I - O Caminho do Homem / 11. Se não conhece o seu propósito, descubra-o, agora!

Sem um propósito de vida consciente um homem está totalmente perdido, patinando, adaptando-se a eventos, mais do que criando eventos. Sem conhecer o seu propósito um homem vive uma existência enfraquecida, impotente, talvez tornando-se mesmo sexualmente impotente, ou propenso ao sexo mecânico e desinteressado.

O coração da sua vida é o seu propósito. Tudo na sua vida, desde a sua dieta à sua carreira, devem estar alinhados com o seu propósito, se quiser actuar com coerência e integridade no mundo. Se conhece o seu propósito, o seu mais profundo desejo, então o segredo do sucesso é disciplinar a sua vida de tal forma que possa suportar o seu mais profundo propósito e minimizar as suas distrações e desvios.

Mas se não conhecer o seu mais profundo desejo, então não poderá alinhar a sua vida com ele. Tudo na sua vida estará dissociado do seu centro. Você vai para o trabalho mas, a partir do momento em que não está conectado com o seu propósito mais profundo, é apenas um emprego, uma forma de ganhar dinheiro. Você passa através da sua rotina diária com a sua família e amigos, mas cada momento é apenas mais um numa longa cadeia de momentos, indo a lado nenhum, sem profundidade inerente.

Desconectado do seu centro, você sente-se fraco. Este sentimento de vazio irá minar não somente a sua “erecção” no mundo mas, também, a sua erecção com a sua mulher.

Contudo, quando conhece o seu verdadeiro propósito, que é o seu anseio central na vida, cada momento pode tornar-se uma plena expressão do seu mais profundo desejo. Cada instante da carreira profissional, cada instante da intimidade, é preenchido com o poder do propósito do seu coração. Você nunca mais irá apenas andar à deriva no trabalho e com a sua mulher, mas estará a viver a verdade da sua vida, e oferecendo as dádivas do seu amor, de momento a momento. Uma vida deste calibre é completa em si mesma a todo o instante.

O Homem Superior não procura o preenchimento através do trabalho e das mulheres, porque ele já se sente preenchido. Para ele, trabalho e intimidade são oportunidades de oferecer as suas dádivas, e dissolver-se na felicidade da dádiva.

Parte I - O Caminho do Homem / 12. Esteja disponível para mudar tudo na sua vida!

Um homem tem de estar preparado para dar 100% ao seu propósito, preencher o seu karma ou dissolvê-lo, e depois abandonar essa forma específica de vida. Ele deve ser capaz de não saber o que fazer da sua

vida, penetrando um período de desconhecimento, esperando por uma nova visão ou pelo emergir de uma nova forma de propósito. Estes ciclos de acção forte e específica, seguidos por períodos de não saber o que se passa, são naturais para um homem que está a abandonar camadas de karma no seu relaxamento dentro da verdade.

À medida que se abre e se disponibiliza para viver no seu limite, o seu mais profundo propósito irá lentamente começar a fazer-se conhecido. No meio termo, irá experienciar camada após camada de propósitos, cada uma delas tornando-se cada vez mais próxima da plenitude do seu mais profundo propósito. É como se o seu mais profundo propósito estivesse no centro do seu Ser e estivesse rodeado por camadas de círculos concêntricos, sendo cada um dos círculos um propósito menor. A sua vida consiste em penetrar cada círculo, desde o exterior até ao centro.

Os propósitos mais externos são frequentemente os propósitos que herdou ou aprendeu com os seus pais e experiências da infância. Talvez o seu pai tenha sido um bombeiro e você quisesse ser um bombeiro. Ou, em reacção a isso, você decidiu tornar-se um incendiário. Em qualquer dos casos, os círculos externos, os propósitos que frequentemente aplica a si próprio desde cedo na vida, são mais provavelmente apenas aproximações distantes do seu mais profundo propósito.

Se o seu mais profundo propósito é meditar e realizar a Deus, poderá descobrir que, antes de poder dedicar-se totalmente a esta prática, terá de trabalhar o seu caminho através dos círculos concêntricos de brincar com parceiros sexuais, usar drogas, casar, fazer filhos, desenvolver uma carreira e, finalmente, tendo dissolvido a sua fascinação e necessidade de fazer tudo aquilo, chegar ao negócio de meditação em full-time.

À medida que dissolve cada camada e se move rumo ao centro, estará cada vez mais a viver de acordo aos seus mais profundos propósitos e, assim, o seu mais profundo propósito, seja ele qual for, em cada momento. Você precisa, provavelmente, de queimar o seu karma, ou satisfazer a necessidade do presente propósito pelo qual está fascinado e distraído.

É fácil sentir desapontamento perante a vida. O sucesso nunca o preenche tanto quanto pensa que irá preenchê-lo. Mas há uma razão para isso. Completar com sucesso um propósito menor não é satisfatório por muito tempo, porque constitui simplesmente uma preparação para avançar no sentido de um maior envolvimento com um propósito superior. Cada propósito, cada missão, existe para ser totalmente vivida até ao ponto em que se torne vazio, aborrecido e inútil. Nesse ponto, deve ser abandonado. Isto é um sinal de crescimento, apesar de poder interpretá-lo como um sinal de fracasso.

Por exemplo, você poderá enveredar por um projecto de negócio, trabalhar nele por vários anos, e depois, de um momento para o outro, encontrar-se totalmente desinteressado. Você sabe que, mantendo-se nele por mais alguns anos iria obter um ganho financeiro muito maior do que se não o abandonasse. Mas o projecto não o inspira mais. Você não se interessa mais por ele. Você desenvolveu capacidades ao longo dos últimos anos, trabalhando com o projecto, mas ele ainda não deu frutos. Você poderá perguntar, agora que possui as capacidades, se deveria manter-se no projecto e levá-lo a frutificar, apesar de o trabalho lhe parecer vazio?

Bem, talvez devesse manter-se nele. Talvez esteja a esquivar-se demasiado cedo, com medo do sucesso ou do fracasso, ou apenas demasiado preguiçoso para perseverar. Esta é uma possibilidade. Pergunte aos seus amigos homens chegados se eles sentem que você está simplesmente a fraquejar, a perder gás, ou com medo de terminar o projecto. Se eles sentem que você está a desistir demasiado cedo, agarre-se a isso.

Contudo, existe também a possibilidade de ter completado o seu karma nesta área. É possível que esta tenha sido uma camada de propósito que você tenha acabado de preencher, no caminho de uma outra camada de propósito, mais próxima do seu mais profundo propósito.

Entre alguns sinais de satisfação ou preenchimento de um propósito, poderão incluir-se os seguintes:

1. De repente, não sente qualquer interesse num projecto ou missão que, anteriormente, o motivava fortemente;
2. Sente-se surpreendentemente livre de quaisquer remorsos, por iniciar o projecto ou terminá-lo;
3. Apesar de não fazer a mínima ideia do que irá fazer a seguir, sente-se claro, sem confusões e especialmente, liberto;
4. Sente um aumento da sua energia pela perspectiva de abandonar o seu envolvimento com o projecto;
5. O projecto parece-lhe quase ridículo, tal como coleccionar selos, ou encher a sua casa de recibos de bombas de gasolina. Claro que poderia fazê-lo mas, porque raio haveria de querer?

Se experienciar estes sinais, provavelmente é altura de parar de trabalhar neste projecto. Deverá, contudo, terminar o seu envolvimento de uma forma impecável, assegurando-se de não deixar pontas soltas nem de prejudicar a vida de alguém ao parar o seu envolvimento. Isto poderá levar algum tempo, mas é importante que esta sua camada de propósito termine de uma forma limpa sem criar nenhum novo karma ou obrigação que possa prejudicá-lo a si ou a outros no futuro.

A próxima camada do seu propósito desdobrável poderá fazer-se imediatamente clara. Contudo, muito frequentemente, isso não acontece. Após completar uma camada de propósito poderá ficar sem saber o que fazer com a sua vida. Você sabe que o velho projecto terminou para si, mas não está seguro do que vem a seguir. Chegado a este ponto, resta-lhe esperar por uma visão.

Não há maneira de acelerar este processo. Você poderá necessitar de arranjar um emprego intermediário que possa suportá-lo nesta fase até que a próxima camada de propósito se faça inteiramente clara para si. Ou, poderá acontecer que tenha dinheiro suficiente para, simplesmente, esperar. Em qualquer dos casos, o mais importante é abrir-se à visão do que vem a seguir. Você permanece aberto à visão de um propósito mais profundo, evitando preencher o seu tempo com distrações. Não veja televisão nem jogue computador. Não vá beber com os seus amigos todas as noites nem comece a sair com várias mulheres. Simplesmente espere. Poderá desejar fazer um retiro numa área remota e estar totalmente por sua conta. O que quer que seja que decida fazer, mantenha-se conscientemente aberto e disponível para receber a visão do que fazer a seguir. Essa visão chegará.

Quando chegar, habitualmente não será uma visão detalhada. Provavelmente, terá um sentido da direcção a seguir, mas os passos práticos podem não ser, ainda, claros. Quando o impulso aparecer, actue. Não espere pelos detalhes. Aprenda por tentativa e erro sobre o que é isso que está para fazer.

Por exemplo, talvez fosse um corrector de bolsa, e então terminou essa camada de propósito particular. Você poupou algum dinheiro e então espera por uma visão da sua própria camada. Após três semanas de insanidade, sem saber o que fazer com a sua vida, você começa a sentir que quer trabalhar com pessoas. Começa então a fantasiar sobre a possibilidade de utilizar as suas capacidades financeiras para ajudar as pessoas a criarem o seu próprio negócio. Você tem alguns amigos com grandes intenções de salvar o mundo mas que são péssimos homens de negócios que não parecem conseguir descolar do chão. Aí, você chama-os e oferece-lhes a sua ajuda.

À medida que os ajuda, sente continuamente a queda para o seu propósito. Poderá experimentar algumas falsas partidas. Mas, eventualmente, descobre que dezenas de grupos não lucrativos, lhe telefonam, pedindo-lhe ajuda. Parece que o universo o está a apoiar nesta direcção. Não tem ideia se poderá ganhar a vida fazendo isto, mas para já sabe-lhe bem fazê-lo. Então você aplica-se totalmente nisso. Oferece a sua dádiva a 100%, sem esperar absolutamente nada em troca, sem reter absolutamente nada.

Cedo, um homem próspero, descobre o que você anda a fazer. Ele admira o seu total compromisso e a sua total orientação para o serviço aos outros. Ele torna-se o seu padrão. Agora, você estabelece-se. Você ganha bem, está a fazer o que realmente gosta, e está a ajudar os outros. Você ama o que faz e então inspira amor naqueles que entram em contacto consigo. A sua vida torna-se plena.

E então, um dia, uns anos mais tarde, acabou-se. Esta camada dissolve-se. E o ciclo recomeça, outra vez e outra vez. Até que você tenha penetrado todas as camadas dentro do seu mais profundo propósito. Então, você actua totalmente, até que esse propósito, também, seja dissolvido na felicidade do amor que você é.

Parte I - O Caminho do Homem / 13. Não use a sua família como desculpa!

Se um homem nunca descobre o seu propósito mais profundo, ou se o compromete permanentemente e usa a sua família como uma desculpa para o fazer, o seu centro torna-se enfraquecido, perdendo profundidade e presença. A sua mulher perde confiança e polaridade sexual com ele, mesmo que ele coloque muita energia na educação das suas crianças e na realização do trabalho de casa. Um homem deve, com certeza, ser um total participante no cuidado com as crianças e tarefas caseiras, mas se desiste do seu mais profundo propósito para o fazer, no final, toda a gente sofre.

Trate das crianças e da casa tanto quanto puder. Mas lembre-se apenas de que, desistir do seu verdadeiro propósito para fazê-lo por demasiado tempo, não estará verdadeiramente a ajudar ninguém.

Educar crianças, à semelhança de qualquer outro compromisso responsável no amor, requer que transcenda as suas próprias preferências pessoais em nome de um compromisso mais vasto, em nome do serviço no amor. Esta é uma parte natural

associada a ser-se um chefe de família. Contudo, você não pode abnegar o seu mais profundo propósito para o fazer ou então sentir-se-á frustrado, resignando-se a uma vida inferior aquela que sabe ser capaz de viver.

Esta auto-resignação comunicar-se-á a si mesma à sua mulher e às suas crianças. Eles sentirão a sua fraqueza. A sua mulher começará a suportar mais encargos do que aqueles que realmente quer a partir do momento em que você, claramente, não é capaz de fazê-lo sozinho, e alguém tem de fazê-lo. As suas crianças desafiarão a sua capacidade de discipliná-las, a partir do momento em que sintam a sua falta de autêntica auto-disciplina. Faça o que fizer, uma vez que tenha negado o seu propósito profundo, o seu lar tornar-se-á um local onde toda a gente testa a sua capacidade de marcar a sua posição e você irá perder.

Obviamente, como um pai e chefe de família, irá querer dar o seu amor, energia, capacidade e tempo à sua família. Será a sua alegria e será também uma necessidade. Contudo, a motivação para dedicar tempo à casa poderá ou não ser simétrica entre os parceiros, e isto deveria ser uma contínua descoberta para cada casal. Esta motivação poderá variar ao longo do tempo, para ambos, homens e mulheres, à medida que as suas vidas crescem através de estágios diferentes.

A prioridade do feminino, em homens e mulheres, é o fluxo de amor na relação. A prioridade do masculino, em homens e mulheres, é a missão que conduz à liberdade. No limite, a verdadeira liberdade e o verdadeiro amor, são o mesmo. Contudo, a jornada do masculino e do feminino rumo a esta unidade de amor e liberdade é muito diferente.

Se a sua mulher tiver uma essência mais feminina que a sua, ou se ela estiver numa fase mais feminina da vida do que você, então a sua prioridade será o fluxo do amor na sua vida. O núcleo dela será então muito mais preenchido pelo amor que ela partilha com as suas crianças do que o seu. Você também irá sentir grande satisfação ao partilhar amor com as suas crianças, mas se o seu núcleo for masculino, ou se estiver a atravessar uma fase masculina da sua vida, esta satisfação não tocará os seus níveis mais profundos da mesma maneira. Mesmo que ame as suas crianças tanto quanto a sua mulher, a sua relação com eles será apenas parte do seu mais profundo propósito de vida.

Qual é o seu mais profundo propósito de vida? Para alguns homens, o seu mais profundo propósito de vida é a sua família. Se você for um desses homens, provavelmente não estará preocupado acerca da problemática de saber se está ou não a usar a sua família como uma desculpa. Muitos homens, contudo, independentemente do quanto possam amar a sua família, sentem também um profundo chamamento. Se eles não forem verdadeiros para com este chamamento, então o seu núcleo enfraquece, mesmo que eles amem genuinamente e desejem servir a sua família.

Quando conhece a sua direcção e a vive profundamente, o seu núcleo encontra-se vivo e forte. As suas crianças sentirão isto naturalmente. Elas responderão à sua clareza e presença de uma forma muito diferente de como respondem à sua ambiguidade – uma ambiguidade que resulta de se ter afastado do seu mais profundo propósito por pensar que é “correcto” ou “justo”, passar mais tempo com eles. Um curto período de tempo passado com um pai que está absolutamente presente, cheio de amor, internamente integrado, e seguro da sua missão na vida, afectará as suas crianças muito mais positivamente do que se passassem imenso tempo com um pai ambíguo nos seus

intentos e que perdeu contacto com o seu mais profundo propósito, independentemente do quanto ele ama as suas crianças.

As crianças aprendem por osmose a maioria do que aprendem com os seus pais. Se o seu pai estiver subtilmente enfraquecido e comprometido, isto irá temperar a experiência do seu amor. Tal como você fez com o seu pai, as suas crianças irão replicar inconscientemente ou reagir ao sabor emocional que captarem de si. O seu tom emocional essencial – tranquilo no seu propósito profundo ou medroso na ambiguidade dos seus intentos – torna-se parte da casa dos seus filhos.

Se você e a sua mulher trabalham ambos, é melhor que façam acordos com outras famílias para partilhar do tratamento das crianças, ou contratarem alguém que possa ajudar-vos com as crianças do que comprometer permanentemente a sua verdade e o seu mais profundo propósito por sentir que tem de o fazer para passar mais tempo com as suas crianças. Não é a quantidade de tempo mas a qualidade da interacção que mais influencia o crescimento de uma criança. As crianças são esquisitamente sensíveis ao tom emocional. Se você não estiver preenchido no seu núcleo, alinhado com o seu mais profundo propósito e vivendo uma vida de autêntico compromisso, as suas crianças senti-lo-ão.

Em nome deles, em seu nome, e em nome da sua mulher, descubra o seu mais profundo propósito, comprometa-se completamente com este processo, e encontre uma maneira de cuidar da sua família enquanto o faz. Esteja com a sua mulher e as suas crianças, sem compromisso ou ambiguidade. Não use a sua família como uma desculpa para ser menos do que pode ser. Estando o controlo de natalidade tão prontamente disponível, as crianças são uma escolha. Se escolher ser um chefe de família e fazer crianças, você é responsável por servi-los com tanto amor autêntico quanto possível, que você apenas poderá dar se a sua vida estiver alinhada com o seu mais profundo propósito.

Não prive a sua família do seu núcleo mais profundo, e não os use como uma desculpa para evitar o trabalho que será necessário executar para manifestar a sua mais elevada visão. Você pode dar amor à sua família e abrandar a sua vida laboral, se se disciplinar para actuar sobre os seus mais profundos anseios com prioridade. Então, quando estiver com a sua família, estará com eles totalmente, a partir do momento em que não existam negócios cronicamente inacabados na sua vida a distraí-lo, e não houverem ambiguidades internas sobre onde quer estar ou aquilo que realmente quer estar a fazer.

Parte I - O Caminho do Homem / 14. Não se perca em tarefas e obrigações!

Quaisquer que sejam as especificidades do propósito de um homem, ele deverá sempre renovar o elemento transcendental da sua vida através de meditação regular e recolhimento. Um homem nunca deveria perder-se nos detalhes da sua vida e esquecer que, no final de contas e, de verdade, a vida não significa mais do que aquilo que é a profunda verdade deste momento presente. As tarefas não tornam um homem mais consciente ou livre do que a sua capacidade de estar totalmente presente neste momento.

Provavelmente terá já dado por si em “piloto automático”. Está totalmente focado, obstinado em terminar uma tarefa. Você não quer ser interrompido. Se alguém tenta interrompê-lo com alguma questão, você ignora a pessoa ou, então, dá-lhe uma resposta

rápida para poder manter-se em andamento. Este modo de “piloto automático” é muito comum entre os homens. Se tenta ouvir algo na televisão ou procura terminar um relatório por volta da meia-noite, a sua atenção está focada na tarefa em mãos e você não quer ser distraído.

Este modo de “piloto automático” é uma das maiores forças e fraquezas masculinas. É ótimo ter a capacidade de avançar através das obstruções e ter o trabalho concluído. É bom que se mantenha disciplinado e com propósito. Mas, se esquecer o seu propósito mais vasto enquanto persegue as pequenas e intermináveis tarefas da vida diária, ter-se-á reduzido a uma máquina picadora.

Mesmo agora, enquanto lê este assunto, poderá estar em modo “piloto automático”, totalmente absorvido no processo da leitura. Se fosse morrer agora, qual seria a textura de sentimento do seu último momento? Estará a sentir o infinito mistério da existência de tal modo que o seu último momento seria um de assombro e gratidão? Estará o seu coração tão totalmente aberto que o seu último momento se dissolveria em profundo amor? Ou, por outro lado, estará tão absorvido nalguma tarefa que nem sequer daria pela chegada da morte, até ao último instante e então, de repente, tudo desapareceria?

O teste à sua plenitude em cada momento é a sua capacidade de morrer em livre e amorosa rendição, sabendo ter dado tudo o que podia enquanto vivo no sentido de oferecer a sua dádiva e conhecer a verdade do Ser. Terá amado totalmente? Ou terá dentro de si sentimentos inexpressos que manchariam o seu último momento com arrependimento? Você relaxa constantemente no assombro do imenso mistério? Ou, estará tão absorvido no seu trabalho e projectos que não mais se dá conta do milagre da existência, de cada momento emergindo e dissolvendo-se dentro do grande incognoscível. Terá o seu vício nas tarefas construído muralhas que limitam a vastidão da sua visão, mesmo agora?

As tarefas são importantes mas, nenhuma quantidade de tarefas acrescenta nada ao amor, à liberdade ou à plena consciência. Você não poderá fazer o suficiente, nem poderá fazer as coisas certas, de modo a poder sentir-se, finalmente, completo. A dimensão do fazer é simplesmente a natureza da sua vida física. Se quiser que o seu corpo continue vivo terá de comer e respirar. Você tem de trabalhar, cuidar da sua família e lavar os dentes. Mas estes são apenas os mecanismos da vida terrena. Eles nunca se aproximam da verdade absoluta do seu Ser.

Quando realiza as suas tarefas da forma certa, elas libertam a sua energia vital de uma tal maneira que lhe permite dar atenção ao que realmente interessa. A investigação, realização e estruturação da verdadeira liberdade. Você sabe por acaso o que isto significa? Ter-se-á devotado a encontrar a mais profunda verdade da sua própria existência? Se, neste preciso momento, as suas tarefas não apoiam a sua vida desta maneira, deverá abandoná-las ou mudá-las o suficiente para que possam apoiar. Doutra modo estará a desperdiçar a sua vida.

Da mesma forma que muitas mulheres gastam tempo precioso das suas vidas envolvidas em problemas e complicações emocionais, muitos homens desperdiçam a sua na busca do complemento de tarefas. Com o nariz virado para vida do trabalho, dia após dia, ano após ano e você torna-se um robot do dever. Em vez disso, levante os seus olhos,

vislumbre o horizonte e faça as suas tarefas com o espírito de quem varre a sua casa num dia de sol.

Para ajudá-lo a relembrar a trivialidade das suas tarefas diárias, interrompa a sua rotina com refrescadores. Estes refrescadores deveriam levá-lo ao seu centro e despojá-lo da densidade do momento. Considere a sua própria morte. Retenha a imagem do ser mais iluminado que conhece. Contemple o mistério da existência. Relaxe no amor mais profundo que lhe for possível. No seu próprio caminho, lembre o infinito, e depois retorne à tarefa em mãos. Deste modo, nunca irá perder a perspectiva e começar a pensar que a vida se resume a uma questão de tarefas. Você não é um robot. Você é o ilimitado mistério do amor. Seja-o, sem esquecer as suas tarefas.

Parte I - O Caminho do Homem / 15. Pare de esperar que a sua mulher se torne mais fácil!

Uma mulher parece muitas vezes testar a capacidade do seu homem permanecer imperturbável na sua verdade e propósito. Ela testa-o para sentir a sua liberdade e profundidade amorosa, para saber se ele é confiável. Os seus testes podem vir na forma de queixas, desafios, mudança de ideias, duvidar dele, distraí-lo, ou até minando o seu propósito de formas subtis ou não tão subtis. Um homem nunca deveria pensar que os testes da sua mulher irão acabar e que a vida irá ficar mais fácil. Ao invés disso, ele deveria apreciar que ela faça estas coisas para sentir a sua força, integridade e abertura. O desejo dela é pela sua mais profunda verdade e amor. À medida que cresce, assim crescem os testes da sua mulher.

Cada momento da sua vida pode ser um teste ou uma celebração. O mesmo é verdadeiro em todo o momento passado com a sua mulher. Não apenas a sua simples existência é um teste para si, mas um dos seus maiores prazeres na intimidade é testá-lo, e depois sentir que não foi desviado do seu caminho pelo seu teste.

O momento mais erótico para uma mulher é sentir que você é Shiva, o divino masculino: imperturbável, totalmente amoroso, completamente presente e arrebatador. Ela não pode demovê-lo porque você já é aquilo que é, com ou sem ela. Ela não pode assustá-lo porque você já a penetrou com amor destemido, arrebatando o seu coração e corpo. Ela não pode distraí-lo uma vez que o seu compromisso único para com a verdade não irá vacilar perante os seus testes. Sentindo em si esta força e liberdade do amor, ela pode confiar em si, incondicionalmente e abrandar os seus testes na celebração do amor.

Até que ela queira senti-lo novamente como Shiva. E depois os testes começarão de novo. De facto, é precisamente quando você mais se assemelha a Shiva que ela mais irá testá-lo.

Talvez tenha andado a trabalhar arduamente no sentido de alguma meta financeira e, finalmente, foi bem sucedido. Após meses ou anos de esforço, foi capaz de amealhar uma grande quantidade de dinheiro. Você sente-se feliz, pleno, um homem de sucesso. Você sente-se fantasticamente. Você chega a casa e quer partilhar as boas notícias com a sua mulher.

“Hoje acabei de fazer um milhão de dólares.”

“Que bom.”

“Que bom??!! Sabes o quão arduamente tenho trabalhado para isto?”

“Eu sei. Parece que não te vejo há largos meses. Lembraste-te de trazer o leite no caminho para casa?”

“Oh, desculpa. Esqueci-me. Mas o que é que importa? Podemos comprar uma leitaria agora!”

“Eu pedi-te para trazeres o leite por três vezes esta manhã e ainda coloquei uma nota na tua pasta. Como pudeste esquecer?”

“Já pedi desculpa. Eu já vou buscar o raio do leite...”

Mas porque é que ela está a agir assim? Porque ela quer simplesmente desvalorizar o seu sucesso? Não. Ela está a desafiá-lo porque o seu sucesso não significa absolutamente nada para ela, a menos que você seja livre e amoroso. E se você for livre e amoroso, nada do que ela possa dizer o pode colapsar. Ela quer sentir que você é invulnerável, então ela testa-o nos seus pontos fracos.

Obviamente que ela sabe o quanto este momento de sucesso significa para si. E é precisamente por isso que ela o nega. Não porque ela o queira magoar. Mas porque ela quer sentir o Shiva que há dentro de si. Ela quer sentir a sua força. Ela quer sentir que a sua felicidade não depende da resposta dela, nem no facto de ter feito um milhão de dólares. Ela quer sentir que você se trata de um Homem Superior!

Ser livre desta forma é uma ordem extremamente elevada e nos seus momentos mais medíocres, você desejará que a sua mulher seja menos exigente. Mas se você for um homem que está a viver no seu mais alto nível, disponível para jogar no seu limite e crescer através das dificuldades, então irá querer que ela o teste. Poderá não gostar disso. Mas não quererá que ela se contente com um homem medíocre que dependa da sua resposta para ser feliz. Se estiver alinhado com a sua missão, você será essencialmente feliz, apesar de existirem ciclos temporais de dificuldade e facilidade. Você não precisará dos carinhos da sua mulher para cumprir a sua missão. Continuará a saber bem quando ela o acaricia, mas você não precisa mais da mamã, para lhe dizer o quanto você é um bom menino. E a sua mulher não quer que você precise da mamã. De facto, isso repugna-a.

Se a sua mulher for fraca, ela poderá contentar-se com um homem fraco e assim, jogar com a sua necessidade de se sentir um bom menino. Mas, se ela for uma boa mulher, uma mulher forte, não irá tolerar a sua necessidade infantil de uma festinha na cabeça, colecionando brinquedos e sendo o rei da montanha. Uma boa mulher irá amar o seu lado infantil, mas ela quer que a sua vida seja guiada pelas suas mais profundas verdades e não pelas suas feridas de infância não curadas. Ela quer sentir que no seu centro você cresceu além da necessidade de recompensas e brinquedos de milhão de dólares. Ela quer sentir a sua força de verdade auto-gerada.

Então, ela irá testá-lo. Ela poderá não estar totalmente consciente da razão pela qual o faz, mas irá testar os seus pontos fracos, especialmente nos momentos do seu sucesso artificial, de modo a sentir o seu poder. Se você colapsar, se ficar emocionalmente

afectado, chumbou no teste. Deixou a sua mulher defraudá-lo. Demonstrou-lhe a sua dependência na validação externa dela. Mesmo que tenha acabado de fazer um milhão de dólares, você é um homem fraco. A sua mulher não pode confiar totalmente em si.

Se você permanecer pleno e forte, espirituoso e feliz, com a sua verdade imperturbável perante os seus testes, então você passou no teste.

“Querida, vou já buscar-te algum leite, tudo bem.” Diz você, enquanto a levanta do chão e a deita no sofá, rindo, beijando-a, olhando-a profundamente nos olhos, e fazendo-a feliz com o amor confiante das suas carícias.

Ela poderá relaxar e confiar no seu núcleo Shiva. Ela poderá acalmar as tensões do seu coração. Você é confiável. Você não precisa da sua validação para ser amoroso. Você é simplesmente amoroso. A sua verdade é o amor. A sua plenitude é independente da mamã. Você não é apenas um homem, você é um Homem Superior: um Homem que dá o seu melhor para viver em amor no seu mundo e na sua intimidade, um homem cujo coração permanece aberto, e cuja verdade permanece forte, mesmo quando a sua mulher o critica, um homem que consegue encontrar o humor ao esquecer-se de comprar o leite, no dia em que fez um milhão de dólares.

Este é o tipo de homem em quem a sua mulher pode confiar. Agora, este momento é um momento de celebração. Agora, ela pode relaxar e, verdadeiramente, juntar-se ao seu júbilo, sabendo que você não depende dos elogios dela para se sentir feliz. Isto durará, talvez, uns 10 minutos. E depois disso ela testá-lo-á novamente.

Isto nunca acaba. Uma mulher irá sempre testar o seu homem pelo prazer de sentir a sua força amorosa, a sua capacidade de transcender os incómodos, a sua persistência na sua própria verdade, e a sua capacidade de partilhar a sua verdade em amor com ela, mesmo quando ela se queixa – principalmente quando ela se queixa. A sua queixa é o início da sua satisfação. Não se trata de verdadeiro criticismo mas de um teste à sua Shiv-idade. O seu criticismo é inteiramente dissolvido em amor assim que ela sentir o seu humor e felicidade no meio das críticas.

Isto nunca acaba. É este o segredo. Você nunca se livrará disto. Encontrar uma mulher diferente não o livrará disto. Terapia não o livrará disto. Mestria financeira ou sexual não o livrarão disto. A sua mulher coloca-lhe testes porque o ama. Ela quer sentir o seu amor. E ela quer sentir que a sua verdade e amor são mais fortes que as farpas que ela lhe possa atirar. Então ela poderá relaxar e render-se na polaridade masculino-feminino. Então, ela poderá confiar em si.

As mulheres mais amorosas são aquelas que irão testá-lo mais. Ela quer que você seja o máximo, um indivíduo dotado da maior magnificência possível. Ela não se contentará com nada menos do que isso. Ela sabe que isso é a sua verdade. Ela sabe que no mais fundo do seu coração, você é livre, é Shiva. Qualquer coisa menos do que isso, atormentá-la-á. E, tal como você sabe, ela é muito boa nisso.

E ainda, se o seu propósito é a liberdade, não a conseguiria alcançar de nenhuma outra maneira.

Parte II - Lidar com as mulheres / 16. As mulheres não são mentirosas!

“Manter a sua palavra” é um traço masculino, nos homens ou nas mulheres. Uma pessoa com uma essência feminina pode não manter a sua palavra, o que não quer dizer que isso seja equivalente a “mentir”. Na realidade feminina, palavras e factos têm um lugar secundário em relação às emoções e às mudanças de humor na relação. Quando ela diz “Eu odeio-te” ou “Eu nunca me mudarei para o Texas” ou “Eu não quero ir ver nenhum filme” é muitas vezes mais o reflexo de uma onda sentimental transitória do que uma postura bem considerada relativamente a eventos e experiências. Por outro lado, o masculino significa o que diz. A palavra de um homem é a sua honra. O feminino diz o que sente. A palavra de uma mulher é a sua verdadeira expressão no momento.

Quando ouve a sua mulher, ouça-a como ouviria o oceano ou o vento nas árvores. Os sons que ouve vindos dela são sons do movimento da sua energia sentimental. É claro que existem alturas quando ela fala ao estilo masculino, em que o que diz significa literalmente o que quer dizer mas, mais frequentemente e ainda para mais em momentos de tensão emocional, o que ela diz é o som dos seus sentimentos. A sua fala feminina está muito mais próxima da poesia do que um plano de acção concreto e definido. Num momento de tensão emocional, o que ela diz que irá fazer é verdadeiramente uma expressão do que ela se sente a fazer no momento. Os seus sentimentos e, conseqüentemente, o que ela irá fazer, poderão mudar em 5 minutos. Isto poderia mudar a cada 5 minutos.

Sempre que se sentir surpreso pelas acções da sua mulher, e lhe disser algo do género “Mas, tu disseste que...”, está a esquecer-se de que ela possui uma essência feminina. O que a sua mulher diz é mais como uma nuvem passando no céu: bem formada, coerente e irreconhecível 5 minutos mais tarde. A nuvem é uma expressão de uma física precisa de água, vento e ar. As palavras da sua mulher são expressões da física dos seus sentimentos, a sua relação e as nuances da presente situação, visíveis e invisíveis. Uns momentos mais tarde, estes factores mudarão, bem como, as expressões da sua mulher.

Você poderá perguntar-lhe “Queres ir ao cinema?”

E ela poderá responder “Nem por isso.”

Então você abraça-a, dá-lhe uma voltinha e diz-lhe “Vamos lá ao cinema!”

E ela responde “OK!”

Ela não está a falar do seu desejo de ir ao cinema. Ela está a falar sobre os sentimentos da sua relação no momento presente. Se após ter dito que não queria ir ao cinema, você se conformasse e sentasse a ver televisão, não teria captado correctamente a mensagem. Ela não está realmente a dizer que não quer ir ao cinema, apesar de ser isso que ela está a dizer.

Isto não é mentir. Para um homem ou para alguém falando num estilo masculino, dizer algo que não seja verdade, significa mentir. Mas, para o feminino, a verdade é um conceito estreito comparado com a largura do seu fluxo de sentimentos. A “verdade”, para o feminino, é qualquer coisa que ela esteja a sentir realmente, neste momento presente.

Então, quando ela diz que quer mover-se consigo para Pittsburg, e depois, após ter vendido a sua casa, ela disser que não quer mover-se consigo, não comece a protestar “Mas, tu disseste que...!” Quando ela disse que queria mover-se, ela sentia-se bem com

a relação. Quando ela disse que não queria mais ir consigo, ela sentia-se mal com a relação. Em vez de argumentar acerca do que ela disse ou não disse, restabeleça o amor na intimidade em primeiro lugar.

A regra básica é esta: Não acredite no conteúdo literal do que a sua mulher diz a menos que o amor flua plenamente e profundamente no momento em que ela o diz. E, mesmo aí, saiba que ela fala acerca dos seus sentimentos correntes, não necessariamente sobre o assunto ou o que quer que seja de que ela esteja a falar. Nunca baseie os seus planos naquilo que uma mulher diz querer fazer, a menos que ela esteja no total fluxo do amor quando o diz. E mesmo assim, esteja a contar que as suas ideias mudem a qualquer momento, quando os seus sentimentos mudarem. Lembre-se que os sentimentos de uma mulher são mais sensíveis a certas realidades invisíveis da natureza do que os seus. Procure diferenciar os humores variáveis da sua mulher da sua sabedoria sensitiva.

As mulheres não são mentirosas, apesar de muitas vezes parecerem sê-lo aos olhos dos homens. É por esta razão que um homem deve, impreterivelmente, ser responsável por tomar as suas próprias decisões, baseado na mais profunda verdade que ele consiga alcançar. Doutro modo, se ele abandona o curso da sua verdade para se comprometer com as presentes e cambiantes expressões sentimentais da sua mulher, provavelmente terminará culpando-a.

Você deveria ouvir o que a sua mulher tem a dizer, e sentir a sua profundidade cuidadosamente. Então, e depois de ter levado em consideração o seu ponto de vista, tome a sua melhor decisão possível a partir do mais profundo do seu centro. Desta forma, se a sua mulher, subsequentemente, mudar de ideias, você não irá ressentir-se com ela por ter comprometido o seu percurso. Mais do que isso, poderá então apreciar a sua subtil sensibilidade e os seus padrões climáticos de mudança emocional. Poderá prosseguir com ou modificar as suas acções em completa engrenagem sabendo estar a fazer a melhor escolha disponível para si, tendo tomado a profunda sabedoria da sua mulher – bem como, as suas flutuações de expressão e humor – integralmente em consideração.

Parte II - Lidar com as mulheres / 17. Elogie-a!

O masculino cresce pelo desafio, mas o feminino cresce pelo elogio. Um homem deve ser desinibido e expressivo na sua apreciação pela sua mulher. Elogie-a livremente.

Os homens crescem pelo desafio. Quando rapaz, certamente que outros jovens o desafiavam: “Aposto que não consegues saltar essa vedação.” Num local tipo campo de férias, foi-lhe dito que se encontrava abaixo de cão e este tipo de insultos desafiavam-no a ser o melhor que pudesse. Então, como homem, provavelmente tem o hábito masculino de desafiar as pessoas, incluindo a sua mulher, de modo a levá-la a melhorar ou a crescer.

Apenas o lado masculino da sua mulher irá crescer através de desafios. O lado feminino prospera através de apoio e elogios. Dizer-lhe, “Adoro as curvas do teu corpo” será um incentivo muito melhor para que se exercite do que dizer-lhe “Espero que não ganches mais peso.”

O elogio magnifica sempre a qualidade da sua mulher que é elogiada. “És tão bonita quando sorris,” é muito mais eficaz do que, “És tão feia quando te zangas”, apesar de ambos indicarem que deseja vê-la sorrir. Quando falar para a sua mulher, será sempre melhor (para ela e para si) chamar o copo meio cheio do que o copo meio vazio.

O elogio é literalmente alimento para as qualidades femininas. Se quiser que a sua mulher cresça em radiância, saúde, felicidade, amor, beleza, poder, e profundidade, elogie estas qualidades. Elogie-as diariamente, uma boa quantidade de vezes.

Esta é uma prática difícil de aprender para muitos homens, mas você tem de aprender a elogiar as qualidades que sente ainda não serem totalmente dignas de apreciação de modo a que as mesmas se tornem reais. Por outras palavras, elogie a pequena qualidade que quer ver crescer. Se você sabe que a sua mulher seria mais saudável se fizesse mais exercício, não lhe diga isso. Isso parecer-lhe-á um insulto, uma rejeição da sua maneira de ser tal como se apresenta. Em vez disso, diga-lhe o quanto ela fica sexy quando transpira as suas calças. Diga-lhe o quanto lhe dá a volta à cabeça vê-la mexer o seu corpo. Quaisquer que sejam as partes do seu corpo que lhe agradam, faça-a saber, frequentemente.

Elogiar as coisas que você realmente aprecia quando ela se exercita irá magnificar o seu exercício. Por outro lado, dizer-lhe a razão pela qual ela deveria exercitar-se, estará a indicar-lhe que ela não é aceitável para si tal como se apresenta. Elogios funcionam, informação não. Elogios motivam-na. Desafios não. Elogie coisas específicas que ama na sua mulher 5-10 vezes por dia. Descubra o que acontece.

Parte II - Lidar com as mulheres / 18. Tolerá-la leva-o a resenti-la!

Um homem torna-se ressentido e frustrado com a sua mulher quando é demasiado medroso, fraco ou incapaz de penetrar os seus humores e testes dentro do amor. Ele deseja que ela fosse mais fácil de lidar. Mas não é inteiramente culpa dela o ser perversa e queixosa. É também um reflexo da sua carência em ser penetrada pelo amor. Quando um homem se resigna e simplesmente tolera os humores auto-destrutivos da sua mulher, isso é um sinal da sua fraqueza. A sua atitude tornou-se aquela de querer escapar das mulheres e do mundo, mais do que queres servir as mulheres e o mundo em amor. Um homem não deveria tolerar humores assentes em perversidade e queixume por parte da sua mulher, mas deveria servi-la e amá-la com todas as porções da sua capacidade e perseverança. Então, se ela não puder ou não se abrir ao amor, ele poderá decidir terminar a sua relação com ela, sem nutrir raiva ou ressentimento, porque ele sabe que fez tudo o que podia.

O principal objectivo de uma relação íntima é que os membros de um casal possam servir-se um ao outro em amor e crescimento, preferencialmente através de meios melhores do que aqueles de que dispõem para servir-se a si mesmos isoladamente. Doutra modo, porquê mergulhar numa relação íntima se o seu crescimento e amor são melhor servidos vivendo sozinho? Intimidade tem a ver com crescer mais do que poderia crescer por si mesmo, através da arte da dádiva mútua.

Uma das maiores dádivas que poderá oferecer à sua mulher é a de abrir o seu coração quando este se encontra fechado. Certamente, ela poderá sair do seu estado emocional obscuro por si mesma, mas o seu rasgo intenso de amor masculino pode iluminar as suas trevas de uma maneira que ela não poderá fazer por si mesma.

Contudo, se você for como a maioria dos homens, termina provavelmente a sentir-se arrasado pelo humor tenebroso da sua mulher. Você sente que a sua mulher é uma dor de cabeça. Você desejaria que ela o deixasse em paz e tomasse conta de si mesma. Eventualmente, sente-se impotente ou frustrado. Você acaba simplesmente por tolerar as neuras da sua mulher enquanto o ressentimento entre vós vai crescendo. Você questiona-se sobre qual será o problema dela. Porque razão não poderá ela ser simplesmente feliz?

A parte feminina da sua mulher ou se abre em rendição amorosa (momentos fáceis) ou se fecha naquilo que acaba por ser um teste emocional à sua capacidade de abri-la (momentos difíceis). Este ciclo no feminino é como todos os ciclos da natureza: nunca acaba. Quanto mais cedo aprender a aceitar e dançar com estes momentos difíceis, mais cedo ambos poderão crescer para além do psicodrama e ver a piada do jogo.

Em vez de tolerar as queixas e humores obscuros na sua mulher, abra-os com o seu amor cheio de capacidade. É a sua dádiva a oferecer. Ambos irão crescer mais pela sua dádiva do que pela sua tolerância. Um homem superior vê os humores da sua mulher não como uma praga ou maldição mas, como um desafio e uma diversão.

Há várias maneiras de lidar criativamente com os seus humores e ajudá-la a abrir-se. Espicace-a. Tire a sua roupa e dance com ela. Cante ópera para ela. Faça sons de animais. Grite com ela mais alto do que alguma vez gritou e, em seguida, beije-a apaixonadamente. Aperte a sua barriga contra a dela até que ela se derreta. Eleve-a do chão e dê-lhe uma voltinha. Ocasionalmente, falar com ela ajuda, mas não tanto quanto o humor e o amor fisicamente expressos.

Entretanto, se você já tentou todos os meios criativos, engraçados e poderosos de amar através do seu humor obscuro e ela, ainda assim, se recusa a sair desse estado, então simplesmente relaxe. Você fez tudo o que podia. Se você não for suficientemente capacitado para servi-la, ou se ela não está suficientemente disponível para receber as suas dádivas, talvez se encontre com a mulher errada.

Recorde apenas que, qualquer mulher com quem esteja, se tiver uma essência sexual feminina, irá ter alternância de ciclos de fecho emocional diariamente, sem que pareça haver uma qualquer “razão” que o justifique. Você não poderá mudar isto, trocando de mulher ou esperando que esses humores obscuros porem. Você apenas poderá desenvolver a sua capacidade de servir a sua mulher em abertura. Isto nunca acaba, contudo, mesmo que você seja passional, destemido, amoroso e engraçado com ela. O clima oscila continuamente entre fascinações chuvosas e secas, ciclo de dia e noite na sua viragem, e a sua mulher continuará a oscilar entre abertura e fechamento, mesmo quando a sua vida e relação consigo parecem fantásticas.

Se você se encontrar meramente a tolerar estes ciclos alternados de humor feminino, por se sentir frustrado com intermináveis discussões que nunca vão a lado nenhum, pode estar certo que você e, provavelmente, a sua mulher, estarão a acumular ressentimentos em relação um ao outro. Não tolere os seus humores. Participe neles. Fecunde-a com plenitude. Mova o corpo dela com o seu. Abra o coração dela com o seu humor. Penetre o seu fechamento com a sua presença destemida. Abra o coração dela, uma e outra vez. Ela poderia fazê-lo por si mesma. Mas se ela pudesse crescer mais por si mesma do que recebendo as suas dádivas, talvez ela não devesse estar consigo.

Parte II - Lidar com as mulheres / 19. Não analise a sua mulher!

Os humores e opiniões femininos são como padrões climáticos. Estão constantemente em mudança, severos e gentis, e não têm uma fonte única. Nenhuma análise irá funcionar. Não há nenhuma cadeia linear de causa e efeito que possa conduzir ao núcleo do “problema”. Não há problema, apenas uma tempestade, uma brisa, uma súbita mudança climática. E as bases destas tempestades são os sistemas de alta e baixa pressão do amor. Quando uma mulher sente o amor fluindo profundamente, o seu humor pode instantaneamente evaporar-se em alegria, independentemente da suposta razão para o humor.

Sendo um homem, quererá provavelmente encontrar a causa dos problemas na sua vida. Dessa forma, poderá eliminar a fonte dos problemas. Indo por esta via, poderá resolver o problema, de preferência, de uma vez por todas. E assim, quando a sua mulher parece ter um problema emocional, você quer descobrir a causa. Você quer saber o que está a aborrecê-la. Você assume que existe uma causa específica. Você quer saber o que despoletou o seu mau humor de modo a poder resolver a situação.

Porque você a ama, começa a colocar-lhe questões para chegar à causa do problema. “O que se passa? Fiz alguma coisa que te aborreceu? Porque estás a chorar? Estás a entrar no período? Alguém te disse algo de horrível?”

Você tem a ilusão de que quando encontrar a causa da sua aflição, então a cura seguir-se-á facilmente. Mas isso não funciona dessa forma; o seu questionamento, provavelmente, tornará o seu humor pior.

A coisa fantástica é esta: 90% dos problemas emocionais de uma mulher, derivam de não se sentirem amadas. Então, não retroceda, ficando a analisá-la, como um médico diagnosticando um paciente, ou como um terapeuta diagnosticando um paciente. Dê-lhe o seu amor – o mesmo amor que motiva o seu questionamento – imediatamente e inequivocamente. Caminhe para ela, olhe profundamente nos seus olhos, abrace-a e acaricie-a, diga-lhe o quanto a ama, sorria, entoe a sua canção favorita, dance com ela e, provavelmente, o seu problema emocional evaporar-se-á. Ela poderia ainda ter alguma situação para esclarecer consigo, e poderá ser capaz de ajudá-la nisso, mas o aspecto emocional será convertido em amor.

É uma raridade quando a análise do seu humor a liberta do mesmo. Mais frequentemente, a sua análise e tentativas de ajudá-la só conseguem chateá-la ainda mais. Pergunte-lhe se ela preferiria receber o seu amor ou as suas análises quando se sente em baixo. É tão fácil dar-lhe amor; é o que ambos querem em todo o caso. Mas, sendo um homem, é mais propenso a tentar estabilizá-la. É exactamente o que ela não quer. E exactamente o que irá piorar a situação, na maioria das vezes.

A próxima vez que a sua mulher estiver de mau humor, tente isto: Assuma que ela não está a sentir-se amada. Simplesmente assumo isso, mesmo que aparentemente isso possa não ser assim tão simples, que deve existir alguma razão oculta para o seu aborrecimento, uma causa que você deveria eliminar. Assuma que ela é mais como uma flor que necessita ser regada do que um engenho que necessita de um ajustamento no carburador. Não assumo que algo esteja errado. Assuma que ela quer o seu amor, de um modo profundo, forte, estável e sensível.

Olhe nos olhos dela com amor, toque-a como ela gosta de ser tocada, com amor, e fale ou cante para ela com amor. Descubra o que acontece ao seu humor. Então, após o seu humor ter sido dissolvido pelo seu amor e ela estiver feliz e relaxada, poderá falar sobre qualquer coisa que precise de ser falada.

Se alguma vez se encontrar a si mesmo a questionar a sua mulher sobre o seu humor enquanto ela ainda estiver nele, já estará no caminho errado. Primeiro, dê-lhe amor através do seu olhar, toque, movimento e tom de voz. Depois e apenas depois, após a conexão de amor ter sido feita, descubra o que permanece por discutir.

Parte II - Lidar com as mulheres / 20. Não sugira a uma mulher que resolva os seus problemas emocionais!

Exigir a uma mulher que analise ou tente resolver as suas próprias emoções é uma negação do seu núcleo feminino, que é pura energia em movimento, como o oceano. Ela pode aprender a render-se a Deus no seu humor, ela pode aprender a abrir o seu coração no meio do fechamento, ela pode aprender a relaxar os seus limites e confiar no amor, mas nunca irá “resolver” nada analisando o seu “problema”.

Como homem, você poderá aprender muito sobre si mesmo, analisando claramente os seus problemas. Uma das melhores formas de você crescer é através do uso da sua discriminação, sentindo o que está a causar dor desnecessária na sua vida, e depois fazer o que for necessário para mudar. Poderá notar, por exemplo, que se encontra infeliz com o seu trabalho. Poderá pensar sobre isso. Poderá aperceber-se de que isso se deve ao facto de o seu patrão se estar aproveitar de si e de não ter dito nada a respeito. Então, você determina que a melhor forma de lidar com o problema é ir ter com o seu patrão e dizer-lhe algo. Você apanha coragem, vai ter com o patrão, tira o seu peso do peito e acabou-se. Problema resolvido. Acabado. Você aprendeu o quanto é importante ir falar com o seu patrão e esclarecer todas as questões que andavam a corroê-lo.

Provavelmente, você aplica o mesmo sistema à sua intimidade. Você apercebe-se de que não está feliz em relação a algo que a sua mulher anda a fazer. Talvez fale sobre isso com os seus amigos ou pense sobre isso sozinho. Você apercebe-se que a sua mulher já não cuida de si como era costume. Então, você determina que será mais feliz se a sua mulher cozinhar mais ou lhe fizer mais massagens. Você depois pensa que talvez a sua mulher queira que você faça algo mais por ela. Então, você diz-lhe o que quer dela e depois pergunta-lhe “O que queres de mim?” Você diz-lhe para pensar sobre isso e depois que o faça saber.

Isto parece justo para um homem, mas não é. Esta é uma situação desvantajosa para a sua mulher. Porquê? Porque aquilo que ela quer é um homem que consiga chegar lá por si mesmo. Ela quer um homem que a ame e a açambarque com o seu amor, sem ter que lhe perguntar o que ela quer a toda a hora.

Um dos mais profundos desejos femininos na intimidade é precisamente não ter de estar sempre a conceber tudo pelo seu homem e a guiá-lo. Ela quer ser capaz de confiar nele e na sua direcção. Existem algumas situações em que ela quer conceber as coisas por si, mas muito mais frequentemente ela sente a sua dádiva quando lhe oferece uma direcção na sua intimidade sem ter de lho pedir ou sem ter de lhe dizer o que quer.

Suponha que é o aniversário da sua mulher. Se fosse o seu aniversário, você adoraria que a sua mulher fizesse algo que você quisesse. Então, você pensa que ela também adoraria isso. Você diz-lhe, “Parabéns! Para o teu aniversário podemos fazer aquilo que quiseres. Podemos ir a qualquer lado e fazer qualquer coisa. E eu farei qualquer coisa por ti. O que queres fazer?”

Este cenário é exactamente o oposto da ideia de uma mulher acerca do seu presente de aniversário ideal. A maioria das mulheres sentir-se-iam muito mais excitadas se você dissesse, “Tens 30 minutos para arrumar as tuas malas. Não me perguntes onde estamos a ir, mas vamos passar o fim-de-semana fora. Está tudo tratado. Arruma apenas as tuas malas e deixa o resto por minha conta. Vou dar-te o melhor aniversário que já tiveste na vida.”

Um dos mais profundos desejos femininos na intimidade (embora não nos negócios ou nas amizades) é a possibilidade de relaxar e render-se, sabendo que o seu homem está a tratar de tudo. Então, ela pode simplesmente apreciar, sem ter de apreciar tudo por si mesma, e dizer ao seu homem o que fazer. Ela pode ser pura energia, puro movimento, puro amor, sem ter de analisar todas as opções e decidir quais as melhores. Ela pode apreciar o seu homem tomando a responsabilidade pela direcção, e então ela poderá ser o que o feminino é: pura energia.

Tal como o oceano, o estado primitivo do feminino é a fluir com grande poder e sem direcção única. O masculino constrói canais, paredões, e barcos para se unir ao poder do oceano feminino e poder ir do ponto A ao ponto B. Mas o feminino move-se em várias direcções simultaneamente. O masculino escolhe um único alvo e move-se nessa direcção. Como um navio penetrando através do vasto oceano, o masculino decide por uma via e navega nessa direcção. A energia feminina em si mesma não é direccionada mas imensa, como o vento e as correntes profundas do oceano, sempre mudando, belo, destrutivo e a fonte da vida.

Este mesmo problema aplica-se aos problemas na intimidade. Cada vez que tenta forçar a sua mulher a ser mais como um navio do que como um oceano, estará a negar a sua energia feminina. Cada vez que fala com ela e espera que ela analise o seu humor e situação ao ponto de ser capaz de resolvê-lo, você estará a falar com ela em “masculinês”. Ela pode fazê-lo, poderá até tornar-se melhor nisso do que você. Mas isso não fará dela uma mulher feliz.

Uma mulher feliz é uma mulher relaxada no seu corpo e coração: poderosa, imprevisível, profunda, potencialmente selvagem e destrutiva, ou calma e serena, mas sempre cheia de vida, rendida a e movida pela grandiosa força do seu coração oceânico. Quando você pede que ela analise as suas emoções do coração, é como construir paredes à volta de uma parte do oceano de modo a torná-lo numa piscina. É mais seguro e mais previsível mas, de longe, menos vivo e rejuvenescedor. A maioria dos homens transformaram as suas mulheres em piscinas, por tratá-las continuamente como homens, falando com elas sobre os seus sentimentos como se eles pudessem ser analisados ao ponto de poderem ser resolvidos.

Não desperdice o seu tempo fazendo isto mas, sobretudo, não espere que a sua mulher faça isso a si mesma. Isso seria como forçá-lo a si, um homem, a ler novelas românticas ou ver filmes sobre histórias de amor. De certeza que poderias fazê-lo. Mas,

provavelmente, isso não tocará o seu núcleo da mesma maneira que toca o dela. E, se ela o forçasse a fazê-lo, vezes sem conta, você começaria a ressentir-se com ela. Se ela sentiu que o problema básico na sua vida é não ver suficientes telenovelas, pensaria que ela estava maluca.

Telenovelas, romances e histórias de amor tocam muitas mulheres profundamente porque a prioridade do feminino é o fluxo de amor na relação. Mas a prioridade do masculino é propósito e direção. Analisando o seu propósito e realinhando a sua direção, poderá resolver muitos dos seus problemas emocionais. Mas o amor é a prioridade feminina, não propósito e direção.

As mulheres não se libertam analisando-se a si mesmas. Elas libertam-se através da rendição no amor. Não o seu amor. O amor delas. Elas libertam-se através da rendição ao enorme fluxo do amor, que é inerente ao seu centro, e permitindo que as suas vidas sejam movidas por esta força no seu coração. Isto pode envolver momentos de análise, mas primariamente envolve confiança profunda.

A melhor maneira de servir a sua mulher é ajudá-la a render-se, a confiar na força do amor, de maneira a que ela possa abrir o seu coração, ser o amor que ela é, e oferecer este amor que, naturalmente, transborda da sua felicidade. ISTO NÃO ENVOLVE ANALISAR OS BLOQUEIOS AO SEU AMOR. Analisar bloqueios é a maneira masculina. Os homens adoram analisar bloqueios, no campo de futebol, nas mesas de xadrez, no mercado, e mesmo na sua vida íntima. Mas é importante que você, como homem, não projecte a sua maneira de fazer as coisas na sua mulher.

Permita-lhe ser o oceano. Encorage-a a ser tão livre como o oceano, tão profunda como o oceano, tão selvagem como o oceano, e tão poderosa como o oceano. Seja tão completo no seu amor, tão forte e estável na sua presença, que ela apenas possa deixar-se ir e render-se aos limites que ela mesma colocar aos seus sentimentos. Deixe que as emoções do seu coração fluam livremente. Deixe que o seu amor se expresse sem limites. Deixe-a ir loucamente com o amor.

O amor tem a sua própria inteligência. Honre a inteligência do amor, compreendendo que a análise não é habitualmente necessária para servir a abertura da sua mulher. Ame a sua mulher com todo o seu corpo, talvez pressionando-a contra a parede com a sua barriga e peito, pressionando o seu amor contra ela, respirando com ela de tal maneira que ela relaxe as suas tensões e se renda ao amor no seu coração, e deixe o seu relaxamento e rendição libertar a sabedoria inerente ao seu amor. Você tem muito a beneficiar com a profundidade das suas dádivas femininas.

Parte II - Lidar com as mulheres / 21. Fique com a intensidade dela – até certo ponto!

Quando uma mulher se torna emocionalmente intensa, um homem medíocre quer que ela se acalme e discuta o assunto, ou então que vá embora e volte quando estiver mais calma. O homem superior penetra o seu humor com amor imperturbável e estabilidade conscientiva. Se ainda assim, ela recusa viver mais completamente no amor, depois de um tempo, ele deixa-a ir.

Se você for como a maioria dos homens, provavelmente não nutrirá nenhum carinho especial pelos maus humores e emoções histéricas do feminino. Poderá questionar-se a

si mesmo por que razão será ela tão complicada? Qual é o problema dela? Poderá apanhar-se a si mesmo dizendo, “Acalma-te, tem calma, não te enerves.” O mau humor feminino é tão estranho e obscuro que você poderá mesmo considerá-lo repulsivo. E quando uma parte da sua mulher se torna realmente selvagem, uma parte de si teme verdadeiramente o estrago que ela possa fazer. As emoções dela são muito mais selvagens e menos previsíveis do que as suas, a ponto de preferir não estar por perto.

Basicamente, a maioria dos homens tem medo de, ou desgostam das emoções femininas. É por esse motivo que tenta resolvê-las ou escapar-se delas. “Voltarei mais tarde, quando fores capaz de actuar como um ser humano razoável”, poderá você dizer.

Um dos mais profundos prazeres do feminino é quando um homem permanece pleno, presente, e não reactivo, em meio das tempestades emocionais da sua mulher. Quando ele fica presente com ela, e a ama através das camadas de selvajaria e fechamento, então ela sente a sua confiabilidade e pode relaxar.

A forma como se relaciona com o caos da sua mulher, reflecte a maneira como reage ao caos do mundo. Se você for o tipo de homem que precisa de tudo bem arrumadinho na sua bonitinha e pequenina caixinha, então irá também tentar encaixotar as emoções da sua mulher. Se você for o tipo de homem que preferiria contratar outras pessoas para tratar do caos do seu sótão, ou o caos das suas finanças, provavelmente irá também atirar para cima de alguém a responsabilidade de tratar do caos emocional da sua mulher.

Você poderá, contudo, treinar-se para ter mestria no mundo – financeiramente, criativamente, espiritualmente – aprendendo como ser livre e amoroso no meio do caos emocional da sua mulher. E você consegue isto, permanecendo no seu chão e amando de uma forma tão profunda que apenas o amor prevaleça. Você não pode desistir quando parece falhar, mas ao invés disso deverá aprender com as suas falhas e retornar ao amor. Ofereça a sua dádiva. Tal como lutar contra um governo ou surfar ondas no oceano, a mestria envolve misturar-se com a energia da sua mulher, e sentir o ascenso e queda do momento, sem vacilar na presença por um só segundo.

Você será selado pelo governo, você será inundado pelo oceano, e será também magoado pela sua mulher. E é assim que você aprende. Você levanta-se, recompõe-se, nada para terra, volta-se e enfrenta novamente a sua mulher. As únicas opções são o medo ou a mestria. Você pode desistir, escolhendo pequenos governos e ondinhas mansas, pode esperar que a sua mulher se acalme ou, ainda, poderá ameaçá-la. Ou, poderá aproveitar o momento como um desafio à sua capacidade de conquistar o mundo, e a sua mulher, com amor.

Mantenha a sua respiração total. Mantenha o seu corpo forte. Mantenha a sua atenção presente. Não interessa o que a sua mulher diga ou faça, dê-lhe amor. Pressione a sua barriga contra a dela. Sorria. Grite e depois lamba-lhe a cara. Faça o que for necessário para quebrar a muralha do seu fechamento, fazer penetrar o amor dentro dela e tocar o seu coração. Aprenda a amar a raiva dela, as suas lágrimas, a sua dureza silenciosa. O mundo dar-lhe-á o mesmo por vezes.

O jogo da vida é considerar todas as situações trabalháveis, transformar cada ocasião através da magnificação do amor, oferecer a sua mais profunda dádiva em cada

momento, e não estar apegado a nenhum resultado, sabendo que tudo irá ascender e cair e ascender novamente.

Você saberá que conquistou as mulheres e o mundo quando nem o desejo de evitar, nem o desejo de aprisionar influenciar a sua capacidade de amar ou limitar a sua liberdade.

Parte II - Lidar com as mulheres / 22. Não force o feminino a tomar decisões!

Um homem abandona a sua responsabilidade esperando que a sua mulher vá sempre tomar as suas decisões e depois responder pelos resultados. Esta expectativa é uma retenção da sua dádiva masculina. Isto coloca a mulher numa posição de magnificar o seu próprio lado masculino. É bom para algumas mulheres que aprendam a animar o sua capacidade masculina de tomar decisões e suportar as consequências. Mas se um homem abnega a responsabilidade de providenciar à sua mulher a dádiva de lhe oferecer clareza e decisão, então ela tornar-se-á cronicamente afiada, angular e incapaz de confiar no seu amor. Ela irá parar de se render no amor com ele, irá parar de confiar na sua capacidade masculina e, conseqüentemente, tornar-se-á no seu próprio homem.

A sua mulher pede-lhe a sua opinião e você diz-lhe, “O que quer que queiras fazer está bom para mim.” Esta é uma resposta de um amigo, não de um amante. Como amigos, vocês querem tratar-se de forma justa, e dar um ao outro espaço e independência. Como amantes, você e a sua mulher são mais do que apenas amigos. Você está a jogar a dinâmica completa da polaridade masculino-feminino. Não gostaria você que a sua mulher fosse uma deusa e lhe oferecesse as suas dádivas femininas? Para evocá-las, terá de oferecer-lhe as suas dádivas masculinas. Uma das mãos valiosas dádivas masculinas é a habilidade de ver todas as opções e tomar uma decisão baseada nesta visão de todos os potenciais resultados.

As decisões femininas são baseadas naquilo que parece certo, e muitas vezes esta é a melhor forma de tomar decisões. Contudo, o ponto na intimidade não é o de simplesmente tomar a melhor decisão, mas tomar a melhor decisão enquanto se mantém a força da polaridade masculino-feminino, que vos atraiu a ambos para iniciarem uma relação. Se essa polaridade começar a diminuir, os conflitos começarão a aumentar. Quando essa polaridade desaparece, a atracção desaparece e a vida da intimidade desaparece com ela.

Você precisa de jogar o pólo masculino se quiser que a sua mulher jogue o pólo feminino. Oferecer a sua perspectiva nas decisões é uma maneira de oferecer a sua dádiva masculina. Mesmo nas decisões mais triviais, nunca diga, “Faz o que quiseres.” Se ela perguntar que sapatos pensa que lhe ficam melhor, tome uma decisão e comunique-lhe. Não diga apenas, “São ambos bonitos.” Diga algo do género, “Eu gosto dos vermelhos mas, o que mais me importa é que estejas feliz.” Obviamente que ela é livre de usar os sapatos que quiser, mas ela é também o recipiente da sua dádiva masculina da capacidade de decidir.

Talvez a sua mulher esteja a tentar tomar uma decisão de carreira profissional, algo que irá afectá-la por muitos anos. Ela poderá sentir isso, e fazer o que lhe parece melhor, o que seria um estilo feminino de tomar decisões. Ou, ela poderia tentar tomar uma decisão baseada nos diferentes resultados possíveis das suas escolhas, o que seria um estilo masculino. Porque você tem uma essência sexual masculina, irá naturalmente ser

capaz de contribuir para o seu processo de decisão masculina. E, mais importante para a intimidade, se você não contribuir para o seu processo masculino de decisão, ambos se tornarão despolarizados pela energia um do outro. Ela estará no masculino, você estará neutro e não haverá ninguém para desempenhar o pólo feminino. Isto é bom para curtos períodos de tempo, mas se se tornar crônico, ambos começarão a comportar-se mais como amigos do que como amantes. A atractividade sumarenta da polaridade será substituída por dois colegas discutindo opções.

Se você recusar oferecer a sua dádiva masculina, dizendo coisas como “Não importa, isso é contigo,” então ela terá de aprender a depender da sua própria capacidade masculina. Uma outra forma de dizer isto é que ela começará a confiar mais no próprio lado masculino do que no seu. Então, você descobrirá que ela confia menos em si, e menos no outro lado do quadro. Ela recusará render-se a si, mesmo em termos sexuais, porque ela não foi capaz de relaxar e confiar em si durante todo o dia; você não lhe ofereceu a sua claridade e perspectiva masculina, então ela teve de ser o seu próprio homem e dá-lo a si mesmo.

Como prática, auxilie sempre a sua mulher a tomar decisões, dando-lhe a sua perspectiva e comunicando-lhe as suas escolhas, ao mesmo tempo que a faz saber que a ama, independentemente das decisões que ela possa tomar. Muitas das vezes, os seus sentimentos femininos serão uma base muito melhor para uma decisão do que a sua análise masculina. Então, encorage-a a sentir-se na situação e confiar nos seus sentimentos. Mas, em nome da polaridade e da felicidade na intimidade, diga-lhe sempre o que você faria e porquê, mesmo pensando que ela deveria tomar as suas próprias decisões.

Parte III- Trabalhar com polaridade e energia / 23. A sua atracção pelo feminino é inevitável!

Homens masculinos são atraídos para formas de energia feminina: mulheres radiantes, cerveja, música, natureza, etc. Se um homem tenta esconder a sua atracção, isso revela algum grau de vergonha respeitante ao seu próprio núcleo sexual.

Se for como a maioria dos homens, provavelmente tende a esconder a grande atracção sexual que sente diariamente pelas mulheres. No trabalho, na rua, na loja de pronto-vestir, você vê mulheres que lhe dão a volta à cabeça. Muitas vezes quererá ter sexo com elas. Mas, muitas das vezes, o sentimento é mais de um profundo rejuvenescimento que se derrama sobre si. Visualizar uma mulher especialmente radiante pode preencher todo o teu dia com deleite. O perfume penetrante de uma mulher pode transportá-lo para um paraíso encantado. O sorriso de uma mulher pode transformar o momento em pura beatitude.

Existem duas formas de lidar com o seu “aaahhh” diário de atracção pelo feminino: sabiamente e atabalhoadamente. Para responder sabiamente, deverá compreender a razão de se sentir atraído por elas. A sua essência sexual é sempre atraída para a sua energia recíproca. Homens masculinos são atraídos para mulheres femininas. Homens femininos são atraídos para mulheres masculinas. Homens balanceados são atraídos para mulheres balanceadas.

Cerca de 80% dos homens têm uma essência sexual mais masculina. Estes homens, entre os quais você provavelmente se encontra, são atraídos por várias formas de energia feminina. Não apenas mulheres femininas, mas qualquer coisa com energia feminina, qualquer coisa que seja radiante, viva, rejuvenescedora, relaxante, e movimentada. Energia feminina tira-o dentro da cabeça e coloca-o no seu corpo. Música, cerveja, natureza, mulheres, são tudo formas de energia feminina.

Não é só uma mulher visualmente fantástica que o atrai. Se uma mulher for livre e radiante na sua energia feminina, provavelmente irá atraí-lo; por vezes, mais atraído, outras vezes menos atraído, mas sempre atraído, pelo menos o suficiente para deitar uma olhada à sua silhueta. Esta atracção não é somente natural, mas saudável. É um sinal de polaridade, o mesmo tipo de fluxo natural de polarização pelo qual a electricidade flui entre pólo positivo e pólo negativo numa bateria. Não é nada de que deva envergonhar-se. É devido a esse fenómeno que existem homens e mulheres. A natureza da natureza é polaridade, a partir do magnetismo que flui entre pólos norte e sul da Terra, a atracção que flui entre o seu núcleo sexual masculino e a radiância feminina de uma mulher.

Se você sente desconforto perante a sua atracção pelas mulheres, sente-se provavelmente desconfortável com a sua própria essência masculina. Se se sente diminuído porque uma mulher é “objecto” da sua atracção polar, é provável que tenha fragmentado a sua essência masculina. Você castrou-se energeticamente condenando e suprimindo os seus desejos masculinos. Você está a negar a sua essência sexual, mais do que a ficar em casa com ela.

Qualquer atitude negativa que tenha em relação à sua atracção por mulheres é um sinal de medo; algures no seu trajecto de vida você aprendeu que tal atracção era “má” ou “diabólica”. A sua atracção por mulheres, por todos os tipos de mulher, é normal, natural e bela. De facto, é um aspecto do mesmo anseio que, em última análise, poderá levá-lo à liberdade espiritual.

O seu desejo por uma mulher é um aspecto do seu desejo por uma prazerosa unidade de ser. A confissão do seu desejo é uma confissão do seu desejo de abraçar a vida. Para abraçar a vida, para relaxar na unidade que agrega todos os opostos, incluindo masculino e feminino, encontrar a sua unidade no amor, é ser espiritualmente livre. Eventualmente irá reconhecer que esse desejo deriva de um desejo inato de dar amor. Do início ao fim, a sua atracção pelas mulheres pode ser vista como um gesto essencial do seu coração, o seu desejo por amor e unidade.

Se for um homem com uma essência sexual masculina, irá sempre sentir polaridade sexual com alguém que anime energia feminina. Poderá sentir esta atracção várias vezes por dia em relação a várias mulheres. Aprecie essa atracção. As mulheres são uma bênção! O feminino, mesmo assumindo formas não-humanas de uma ilha tropical, uma cerveja fresca, ou a sua música favorita, poderia fazer a diferença entre a monotonia e a libertação extática. A nossa aceitação da atracção sexual, mesmo com música e lugares, está na nossa capacidade de experienciar prazer físico.

Atracção sexual, contudo, é muito diferente de ter sexo. Há uma grande diferença entre escolher ser íntimo com uma mulher e simplesmente sentir-se atraído pela sua energia e radiância. A intimidade é a escolha entre pessoas que querem comprometer-se em amar

e servir um ao outro, enquanto que o raio da atracção é um fluxo natural de energia sem escolha entre o seu centro masculino e a radiância feminina, onde quer que se encontre. Quando uma mulher se encontra relaxada na sua radiância feminina, ela é como uma bela música ou uma suave brisa marítima. Você não necessita de ter sexo com ela para experimentar uma alegria inexpressável.

Se você for como a maioria dos homens, uma mulher radiante poderá inspirá-lo por horas ou dias. Relembre, o desejo que ela desperta em si é uma bênção em si mesma. Actuar nesse desejo e persegui-la é um outro assunto, inteiramente dependente de saber se tal acção iria verdadeiramente servir-vos a ambos ou não. Mas, a mera inspiração sentida aquando da contemplação de uma mulher radiante, é uma das dádivas da natureza para si: a dádiva da bênção feminina.

Da próxima vez que se cruzar com uma mulher que desperte em si este tipo de atracção, relaxe nessa atracção. Permita que as suas ondas de energia feminina se movam através do seu corpo como se de uma profunda massagem se tratassem. Respire profundamente, sem resistir à alegria que ela derrama sobre si. Inspire a alegria ao longo de todo o seu corpo, até aos dedos dos pés. Não a olhe fixamente, nem sequer interaja com ela. Mas, quando a vir e quando experimentar a sua atracção, permita totalmente que a energia da atracção se movimente livremente através do seu corpo. Aprenda a magnificar e a sustentar o seu desejo, de modo a que todo o seu corpo e respiração se abram e aprofundem através dessa força. À medida que a contemple, receba a sua visão como uma bênção.

Parte III - Trabalhar com polaridade e energia / 24. Escolha uma mulher que seja o seu oposto complementar!

Se um homem é muito masculino por natureza, então ele será atraído para mulheres muito femininas, que irão complementar a sua energia. Quanto mais neutro ou balanceado ele for, mais irá preferir que a sua mulher também o seja. E, se um homem for mais feminino por natureza, a sua energia será complementada pela forte direcção e sentido de propósito de uma mulher mais masculina.

Compreendendo as suas próprias necessidades, os homens podem aprender a aceitar a “embalagem integral” de uma mulher. Por exemplo, um homem mais masculino poderá esperar que qualquer mulher que realmente lhe dê a volta à cabeça e o revigore será também relativamente selvagem, indisciplinada, “”, caótica, propensa a mudar de ideias e “mentir”. Ainda, de um ponto de vista energético, este tipo de mulher será muito mais curativa e inspiradora para ele do que uma mulher mais balanceada ou neutra e que seja estável, razoável, “confiável” e capaz de se comunicar de um modo que ele seja capaz de entender.

Provavelmente já conheceu alguma mulher que parecia fantástica, apenas para vir a descobrir nela alguma excentricidade emocional com qual não tem a mínima vontade de lidar. Ela pareceu-lhe incrivelmente sexy mas, por outro lado, também demasiado maluca, dizendo uma coisa num momento para dizer outra no momento seguinte. Provavelmente também já conheceu alguma mulher bastante confiável e razoável, que lhe parece não estar constantemente a mudar de ideias, de facto, uma mulher com quem consegue estabelecer uma boa conversação que não acabe por frustrá-lo. Apesar de poder amar estas mulheres e gostar de passar tempo com elas, elas não despertam a sua paixão tanto quanto aquelas cuja palavra não permaneceria verdadeira por mais de uma tarde, mas que movem o seu corpo de uma forma que o põe maluco.

“Porque razão não poderá uma mulher ser mais como um homem?”, ter-se-ão questionado vários homens. Mas, claramente, são precisamente aquelas alturas em que uma mulher é menos como um homem que você mais se sente sexualmente atraído, se

você tiver uma essência sexual masculina. O brilho de uma mulher feminina, a energia que move o seu corpo, a sua completamente refrescante espontaneidade e mistério, já para não falar do seu deleitante sorriso, são os factores que o atraem. E, quanto mais uma mulher tiver uma essência feminina, menos provável será que ela evidencie traços masculinos fortes, tais como falar de uma forma clara e inequívoca acerca de pensamentos e desejos, mais do que, primariamente, expressar os seus sentimentos do momento.

Uma mulher com uma essência sexual mais feminina dir-lhe-á que o ama em dado momento, para depois, quando você tiver feito algo de que nem sequer se deu conta, dizer que o odeia. Esta é a beleza do feminino; para ela, a grelha masculina de palavras e eventos é menos relevante que a fluidez da relação e do sentimento. Agradeça a Deus por tais mulheres, que não pedem desculpas pela sua profundidade oceânica e rasgos emocionais.

Você será sempre atraído pelo seu recíproco sexual. Então, se você tiver uma essência sexual mais feminina, você será atraído para uma mulher mais masculina. É provável que já tenha visto homens e mulheres em casais como este. O homem é mais entusiasta e radiante que a sua mulher. A mulher está mais comprometida com a sua direcção na vida do que o homem. A relação é mais importante para o homem, enquanto que a mulher prefere ser deixada a sós muitas das vezes. Estes são sinais de uma relação em que o homem tem uma essência mais feminina e a mulher tem uma essência mais masculina.

Outros homens, com essências sexuais mais neutras, tendem a preferir mulheres com essência sexuais também mais neutras, nem muito masculinas nem muito femininas. Este tipo de casais pode falar sobre qualquer coisa e, de facto, adoram falar sobre tudo. Eles partilham actividades, amigos e, até, objectivos de carreira. Embora igualmente amorosos, este tipo de casais são habitualmente menos sexualmente passionais do que casais mais fortemente polarizados. Não seria natural observar este tipo de casais, mais neutros ou balanceados, discutindo uns com os outros, fazendo guerras de almofadas, lutando um com o outro no chão e fazendo amor passionalmente logo em seguida e ali mesmo no chão.

Devido a falta de compreensão, você poderá ter-se despolarizado a si e à sua parceira, numa relação que parece neutral mas que, na verdade, não o é. Apenas cerca de 10% dos casais são de tipo verdadeiramente neutro ou balanceado na sua verdadeira essência. Outros 10% de casais são compostos por um homem feminino e uma mulher masculina. Mas, se você for como 80% dos casais, você tem uma essência sexual masculina e a sua mulher, uma essência sexual feminina. Ou seja, a sua feminilidade frustra-o, leva-o à loucura, inspira-o, ou dá-lhe a volta à cabeça, mais frequentemente do que se ela for simplesmente a sua companheira sexual neutra.

A falsa neutralização, ou despolarização, das relações é uma das principais razões pelas quais os casais se separam. A carga rejuvenescedora de amor sexual torna-se fraca, enquanto todas as coisas que o irritam a si e à sua parceira, permanecem tão fortes como sempre. O segredo não é tentar mudar os modos irritantemente femininos da sua mulher, mas ajudá-la a cultivar a profundidade e o poder rejuvenescedor das suas bênçãos femininas.

Se você for como a maioria dos homens, terá provavelmente minimizado a sua apreciação do espectro total da energia feminina da sua mulher, focando-se nos aspectos que mais o irritam. Por exemplo, ela já não o irrita mais porque você aprendeu a não levá-la demasiado a sério. Talvez você tenha aprendido a simular estar bastante atento às suas intermináveis conversas, apesar de não estar realmente a ouvir. Ou, talvez você tenha aprendido a dar-lhe uma dose diária de afeição, como forma de quebrar a sua crescente necessidade de mais tempo em intimidade do que aquele que você quer realmente passar com ela.

Esta é a forma errada. O feminino é uma fonte infinita de amor, inspiração e poder, tanto física como espiritual. Mulheres femininas estão conectadas com os elementos da natureza de formas que pessoas mais masculinas, como você é, habitualmente não estão. Mulheres femininas poderão parecer selvagens, não confiáveis ou mesmo irresponsáveis, da perspectiva de um homem, mas tais mulheres são simplesmente livres da necessidade masculina de viver num mundo governado pela razão e pelo controlo.

As mulheres femininas estão livres para sentir fluxos de vivacidade natural que você não é capaz de sentir. Elas estão livres para serem movidas por correntes de energia das quais a maioria dos homens não está consciente. Elas estão livres para permitir que os seus corpos sejam transparentes ao fluxo dos seus corações, não controladas, nem dirigidas por objectivos e estrutura. O corpo feminino está livre para ser movido pelo amor, e pela própria vida. E isto é altamente valorizado pela maioria dos homens. Contemplar uma mulher livre na sua expressão de êxtase corporal, é uma das mais maravilhosas visões que qualquer homem já teve.

Os homens estão dispostos a pagar para poderem ver o corpo de uma mulher a expressar êxtase, mesmo que ela se encontre apenas a fingir, como num filme pornográfico. Na nossa cultura secular, a maioria dos homens apenas está familiarizada com o êxtase sexual, e então é esta a forma de expressão corporal livre que pagam para ver, em filmes, no palco e em câmaras privadas, por todo o mundo. Contudo, em culturas que admitam um mais elevado grau de revelação espiritual, os corpos femininos são vistos com o mesmo deleite masculino, mas por um tipo diferente de expressão: não meramente pela sua capacidade de expressar êxtase sexual de uma maneira estranha, e inacreditavelmente atractiva, mas também pela sua capacidade de expressar êxtase espiritual.

Bailarinas em templos na Índia, por exemplo, são tradicionalmente mulheres femininas treinadas desde tenra idade para combinar capacidade e devoção sentimental num estilo de dança que liberta os seus corpos para serem movidos pela força divina, trazendo lágrimas aos olhos de muitos homens e abertura aos seus corações. Uma mulher que esteja em casa com a sua essência feminina, está em casa com energia, seja sexual ou espiritual. Para uma tal mulher, não existe desconexão entre sexo e espírito. A sua rendição sexual, se ela estiver com um homem válido, é a mesma que a sua rendição devocional ou espiritual. Ela abre-se da cabeça aos pés, recebendo profundamente a força divina do amor através de todo o seu corpo, de maneira que ela é atravessada, arqueada e ondulada pelo seu fluxo desprendido.

Mulheres mais masculinas ou neutras são menos propensas a permitir tal liberdade de expressão corporal. E mais, é precisamente este tipo de expressão extática por parte de uma mulher que permite ao masculino abandonar o seu mundo mental de pensamentos e

objectivos para abraçar e celebrar o momento, cruamente, através do coração. Seja num bar de strip tease ou num templo sagrado, os homens têm sido atraídos durante milhares de anos para testemunhar a encarnação feminina do êxtase. As mulheres são literalmente veneradas em tais ocasiões. Os homens recitam as suas orações à deusa, dançando antes delas de maneiras que nunca fariam em público. O mais pleno de tais ocasiões é completamente sexual e completamente espiritual ao mesmo tempo. Os homens saem de tal evento transformados e inspirados pelo divino poder da livre encarnação feminina. Esta é uma, entre as dádivas únicas da forma feminina, da mulher.

É disto que você poderá beneficiar por parte de uma mulher com uma essência sexual feminina: Uma mulher que está emocionalmente em todo o lado. Uma mulher de quem você pode depender para mudar de ideias. Uma mulher que é muito mais sensível do que você ao fluxo das energias subtis na vossa relação. Uma mulher que lhe traz deleite no êxtase, tanto sexual como espiritual, que o seu corpo expressa tão livremente e elegantemente.

Isto constitui um todo integrado. Você não poderá ter uma mulher que seja sempre logicamente consistente, razoável e, a horas, e que também preencha o seu coração e corpo de energia, instantaneamente e ao longo do dia, com o seu amor e êxtase corporalmente expressos. Ela pode animar razoável energia masculina sempre que quiser, mas se tiver uma essência feminina, a maioria do tempo ela quererá dançar em completa raiva ou encantadora alegria, para além da necessidade da razão.

Então, escolha uma mulher que seja o seu oposto complementar, o que para a maioria dos homens significa uma mulher mais feminina. Apenas uma mulher feminina poderá oferecer-lhe as dádivas de que você, como um homem masculino, necessita. A par destas dádivas, contudo, vêm o relativo caos e as tempestades emocionais que a maioria dos homens detesta. Aperceba-se de que estes são aspectos da mesma energia que lhe dá a volta à cabeça. De facto, poderá aprender a deixar-se levar pela sua dança de raiva quanto pela sua dança de alegria. Esta sua capacidade é uma das suas dádivas para ela. Você poderá aprender a permanecer livre e forte independentemente da emoção que ela esteja a demonstrar. Você não virará as costas, não irá embora, nem irá dissociar-se em desgosto. Poderá ir de encontro à sua enorme energia e permanecer pleno, amando-a através da tempestade, abraçando totalmente a seu poder feminino, obscuro e luminoso.

Você apenas será feliz na intimidade se escolher como parceira, uma mulher que seja o seu recíproco sexual. E você será apenas capaz de sobreviver a esta intimidade se conseguir lidar com mestria com ambos os seus lados, obscuro e luminoso. Leva tempo a desenvolver tal força e capacidade mas, ao fazê-lo, aprenderá a providenciar à sua mulher, bem como ao mundo, com um homem, cujas dádivas estejam livres do medo em relação ao caos e poder do feminino.

Parte III - Trabalhar com polaridade e energia / 25. Saiba o que é importante na sua mulher!

O feminino é a força da vida. Quanto mais masculino for um homem, mais a energia feminina da sua mulher (por oposição a outras qualidades) será importante para ele.

Se você estiver à procura de uma parceira de negócios, provavelmente quererá que ela tenha determinadas qualidades, tais como destreza financeira, independência e

capacidade de perseverar perante as dificuldades de modo a atingir um objectivo. Se procura uma amiga, provavelmente quer honestidade, compaixão, humor e respeito. Se procura um consórcio, provavelmente quer uma mulher que encarne e expresse livremente, energia feminina e amor.

Quanto mais procurar uma mulher que lhe dê tudo, menos obterá de nada. Capacidades de negócio são, na sua maioria, femininas (tanto em homens como em mulheres). A amizade, em si mesma, é um assunto neutro, não sexual. E a paixão sexual requer uma clara polaridade entre o seu núcleo sexual masculino e a energia feminina da sua mulher. Quando não prioriza o propósito da sua relação, muitas vezes estas diferentes energias cancelam-se umas às outras, e você acaba por ter uma aliança sexualmente neutralizada.

Você poderá partilhar muitos aspectos da intimidade - negócios, amizade, paternidade e paixão sexual – apenas se você escolher uma única prioridade para a relação, e permitir que as outras actividades se alinhem a si mesmas à volta do propósito principal que vos leva a estarem juntos. No entanto, se você não for claro acerca do que é importante, cada aspecto entrará em conflito com os restantes. Ela quererá afeição quando você quiser o negócio terminado. Ela quererá falar sobre o seu dia, quando você irá querer ter sexo. Ambos acabarão por comprometer os vossos verdadeiros desejos, e a vossa relação reduzir-se-á a uma parceria funcional, mas medíocre.

Ao longo do tempo, a atracção e polaridade sexual diminuirão. Você começará a olhar para outras mulheres como fontes de deleite feminino rejuvenescedor, o mesmo deleite que você destruiu na sua intimidade ao forçar a sua mulher a ser tudo para si indiferenciadamente e em simultâneo. Sua parceira de negócios num dado momento, sua amiga noutro momento, uma mãe neste momento, e sua amante no momento seguinte. Eventualmente, as profundas dádivas que vos levaram a juntar-se, acabaram por perder-se na ambiguidade da vossa relação.

Noutros tempos e culturas, você poderá ter tido múltiplas parceiras íntimas, cada uma delas preenchendo um diferente propósito, cada parceira contribuindo com diferentes capacidades, funções e energias sexuais para o todo. No nosso mundo moderno, contudo, a poligamia não é uma opção. Por razões sociais e psicológicas, a maioria dos homens e mulheres de hoje querem limitar a sua intimidade ao compromisso com um único parceiro de cada vez – apesar de, se você for como a maioria dos homens – terá já, certamente, fantasiado com a noção de múltiplas mulheres ou, pelo menos uma ou duas amantes, cada uma preenchendo uma necessidade diferente.

Uma vez que você espera que a sua relação íntima preencha tantos propósitos, ela começa a tornar-se uma questão meramente utilitária. Por se falar constantemente acerca de finanças, trabalho, casa, crianças, você transforma a sua mulher numa companhia neutra. Vocês tornam-se tão familiares um para o outro que o mistério do encantamento sexual se torna standardizado nos rituais mecânicos do beijo, carícia, toque, sexo, orgasmo e ressonar. Você começa a sentir a falta do desejo profundo que inicialmente sentia com a sua mulher. A domesticidade substitui o mistério e a conversa substitui os amassos.

E mais, se você tiver uma forte essência sexual masculina, você necessitará de frequente refrescamento através do poder de uma forte energia feminina, ou então começará a

sentir-se aborrecido e sugado pela vida. Você poderá procurar esta rejuvenescedora energia feminina nalgumas cervejas, nalgumas jogadas de golf, ou em revistas de mulheres nuas. Ou talvez seja favorecido por longas massagens ou por caminhadas na praia. Apesar de estes e muitos outros meios terem poder para relaxá-lo durante algumas horas e pô-lo com um sorriso na cara, poucos deles têm poder para excitá-lo profundamente no seu corpo e coração como a força descomprometida da sexualidade feminina oferecida pela sua radiante mulher apaixonada.

Você é o único que poderá decidir o que é importante para si na sua relação. Você é o único que poderá clarificar para si próprio qual o propósito da sua relação íntima. Se você decidir, contudo, que o propósito da sua relação íntima é a transmissão passional do amor, o tratamento rejuvenescedor proporcionado pela energia sexual, e o cultivo dos fogos do coração através do seu mútuo compromisso com o despertar espiritual, então seja cuidadoso. Não force a sua mulher a ser a sua assistente em viagem. Não espere que ela vá sempre ajudá-lo com os seus problemas financeiros, como uma consultora de carreira. Não enfatize as tarefas diárias enquanto descure a transmissão física do amor por dias a fio. Não disperse a plenitude da sua energia feminina em papéis meramente funcionais. A sua mulher tem a capacidade de despertar o seu coração e encher o seu corpo com energia. Você, contudo, deve dar-lhe a oportunidade – bem como, a plenitude da sua transmissão física de amor.

Se quiser que a sua mulher seja o seu consórcio sexual e espiritual, não apenas uma dona de casa, deverá manter competentemente a sua família e a sua vivacidade de modo a que a potência da vossa união não diminua. Ela poderá ser a mãe das suas crianças, bem como, a sua parceira de negócios, desde que estas funções não se sobreponham ao seu propósito primário: servir a iluminação um do outro, através do seu imperturbável compromisso com o amor, e rejuvenescer a essência de cada um através da transmissão cultural do amor, pela polaridade sexual.

Quando estes dois aspectos do vosso amor – despertar espiritual e transmissão sexual – diminuem devido aos vossos afazeres diários, ambos começarão a procurar refrescamento e preenchimento diário noutro lado qualquer. Você procurará a energia feminina sob a forma de cerveja ou de uma amante. A sua mulher procurará a direcção masculina na forma de uma causa social ou de um estilo de carreira masculino. A sua relação será relegada para uma bem intencionada parceria do dever doméstico. Isto poderá ser exactamente o que você quer. Ou poderá não ser. Em todo o caso, é importante para si saber o que procura, o que é importante para si, qual o propósito da sua intimidade, e alinhar todas as outras prioridades à volta desta prioridade central, se quer que a sua intimidade se mantenha e aumente a sua potência para ambos.

Parte III - Trabalhar com polaridade e energia / 26. Muitas vezes, irá querer mais do que uma mulher!

Qualquer homem com uma essência sexual masculina, desejará variedade sexual. Mesmo que ele ame a sua parceira íntima e esteja completamente comprometido com ela, ele irá naturalmente querer ocasiões sexuais com outras mulheres além da sua escolhida parceira íntima. Como um homem vai lidar com o seu desejo por outras mulheres, isso é com ele. Ele deveria, contudo, saber que, não existe maneira de evitar tais desejos. Ele deveria também saber que seguir esses desejos, apesar de serem, temporariamente rejuvenescedores e libertadores, por vezes acabam por complicar a sua vida muito mais do que o valor pontual acrescentado por essas experiências.

Mesmo que esteja totalmente comprometido com a sua parceira no amor, é provável que fantasie em ter sexo com outras mulheres. Mesmo que se sinta totalmente satisfeito com o sexo que partilha com a sua mulher, provavelmente ainda deseja ter sexo com outras mulheres. O seu desejo por outras mulheres não reflecte nenhuma falha na intimidade, mas um reflexo da sua natureza como ser sexual masculino.

No entanto, este desejo não é uma desculpa para a promiscuidade, da mesma forma que o seu vício em ver TV não é uma desculpa para se tornar obeso. O desejo provém de muitas fontes, tal como os seus vícios, o seu património genético, o seu condicionamento infantil e o seu coração aberto. Para viver uma vida de integridade impecável, você precisa de discriminar a fonte do seu desejo, de modo a saber como disciplinar o seu comportamento em benefício de todos, incluindo você mesmo.

O facto é que provavelmente você quer ter sexo com outras mulheres além da sua parceira íntima; como você responde a este facto é um reflexo do seu propósito na vida. Se o seu propósito for desfrutar do prazer físico, quaisquer que sejam as consequências, então deveria fornicar com quantas mulheres quisesse e pudesse. Se o seu propósito for o de ser um bom rapazinho e agradar à “mamã”, então deveria fazer tudo para agradar à sua mulher. Se o seu propósito for o de se libertar a si próprio e aos outros em amor e liberdade, então deveria fazer o que fosse necessário para magnificar o amor e a liberdade na sua vida, e nas vidas de todos aqueles a quem as suas acções possam afectar.

É o seu chamamento. Relembre apenas que auto-disciplina não significa auto-supressão. Supressão acontece quando você resiste e luta contra os seus desejos, mantendo-os tão enterrados e inexpressos quanto possível. Auto-disciplina acontece quando os seus mais elevados desejos regulam os mais baixos, não através da resistência, mas através da acção amorosa baseada em compreensão e compaixão.

Com quantas mulheres você tem sexo é um problema seu. Porém, antes de considerar mais do que uma, é melhor provar a sua capacidade com apenas uma. Se você não conseguir aguentar-se com uma – se a comunhão profunda, paixão rejuvenescedora e felicidade espiritual não forem os principais objectivos da sua presente relação – então não terá passado no teste, e é melhor disciplinar o seu desejo por outras parceiras, a partir do momento em que é improvável que alguém possa ser bem servido.

Parte III - Trabalhar com polaridade e energia / 27. Mulheres jovens oferecem-lhe uma energia especial!

Em geral, juventude numa mulher transparece uma energia feminina radiante, desobstruída e refrescante. Uma mulher jovem tende a estar menos obstruída por camadas de masculinidade ou protecções funcionais construídas ao longo de anos por necessidade. Tradicionalmente, as mulheres jovens são reconhecidas por oferecerem a um homem uma qualidade de energia particularmente rejuvenescedora. Mulheres mais velhas poderão manter, ou até mesmo aumentar a frescura e radiância da sua energia, mas isso é raro.

Imagine que numa noite dá boleia à sua *babysitter* de 18 anos até à sua casa. Você sente-a totalmente aberta a si. Ela é tão fresca, tão inocente, tão viva. Você considera todas as consequências. Você olha a sua pele radiante, os seus olhos claros, o seu incrível sorriso. A forma como se move, fala e sorri, fá-lo feliz e enche-o de energia.

Você deixa-a em casa. Ela diz-lhe boa noite, abandona o carro e entra na sua casa. Você senta-se no carro por um momento, respira lenta e profundamente, sorrindo.

Existe algo de único em estar com uma mulher jovem e todos os homens com essências sexuais femininas podem senti-lo. Você sente-se rejuvenescido. Apenas sentar-se próximo de uma mulher jovem pode fazê-lo feliz e enchê-lo de energia de vida. Vocês podem não ter nada em comum. Mas não importa. É a sua energia que o inspira e enche de deleite.

Descomprometida, fresca, a energia feminina dá-lhe a volta à cabeça e abre o seu coração. Você sente-se verdadeiramente mais feliz perto de mulheres jovens. Você sente-se mais enérgico, vivo e amoroso. À medida que envelhecem, as mulheres na nossa cultura vão acumulando cada vez mais tarefas e responsabilidades masculinas, pelo que a sua radiância começa a decrescer. Noutras culturas, isso é menos verdadeiro. As mulheres mantêm e até aprofundam a sua radiância. Mas mesmo neste tipo de cultura mais livre, é compreendido que mulheres jovens providenciam uma energia especial que é fresca, descomprometida e rejuvenescedora.

A nossa cultura reduz esta energia juvenil a uma coisa meramente sexual, que é aliás uma transmissão de energia por todo o corpo, influenciando sobre o coração tanto ou mais do que sobre os órgãos sexuais. Noutras culturas, mulheres jovens foram honradas pelas suas dádivas de rejuvenescimento espiritual, cultivando posturas sagradas e desempenhando artes sagradas, não somente motivo de cobiças sexuais. Como homem, é sua responsabilidade honrar a dádiva rejuvenescedora de corações de uma jovem mulher, sem violar esta honra impondo-lhe o seu desejo sexual.

Se o desejo sexual aparecer, ótimo. Faça-o circular por todo o seu corpo. Aprenda a conduzir a magnificação do desejo, sem necessitar de atirá-lo fora através de um espasmo de libertação. A maior parte da mestria sexual, consiste em aprender a reter graus de prazer cada vez maiores no corpo, sem necessitar de libertar-se da força pelo motivo de não conseguir manejá-la.

Quando se encontrar verdadeiramente rejuvenescido por uma jovem mulher, inspire a sua fragrância. Inspire a sua energia. Relaxe o corpo e permita que o seu coração se abra na presença dela. Inspire a beleza dela através de todos os poros do seu corpo. Permita que o amor irradie do seu coração para o dela. Mantenha uma formalidade respeitosa, de tal modo que ela se sinta feliz e fortalecida por oferecer a sua dádiva, sem ser complicada pelas suas intenções. Use a energia que ela lhe ofereceu no seu próprio serviço aos outros, repassando as dádivas de vitalidade refinada e coração apaixonado, em todas as suas relações, de tal modo que todos os seres possam beneficiar do deleite que recebeu desta mulher que, por agora, conserva as dádivas juvenis da radiância descomprometida e da força de vida.

Parte III - Trabalhar com polaridade e energia / 28. Cada mulher tem uma temperatura que pode curá-lo ou irritá-lo!

Algumas mulheres são mais quentes, outras são mais calmas. Em geral, mulheres loiras, de pele clara, Japonesas e Chinesas são mais calmas. Mulheres negras, morenas, ruivas, Coreanas e Polinésias são mais quentes. Apesar de um homem poder escolher manter-se num compromisso de intimidade com uma mulher, as suas necessidades por temperaturas diferentes de energia feminina podem mudar ao longo do

tempo. Uma mulher quente que despertou a sua paixão por largos anos pode irritá-lo agora. Uma mulher mais calma que apaziguou o seu coração por muitos anos pode causar-lhe aborrecimento actualmente. Compreendendo de que modo diferentes temperaturas de energia feminina podem afectá-lo, um homem poderia realizar escolhas mais adequadas na sua vida, sem confusões desnecessárias.

Provavelmente, você tem certas preferências com o sabor das mulheres. Poderá preferir louras. Ou Asiáticas. Ou talvez tenha uma especial preferência por ruivas. Os seus gostos derivam de muitas fontes: as suas remotas experiências de infância, influências culturais e, talvez o seu património genético. Mas um aspecto do gosto tem a ver com o quanto uma mulher o afecta energeticamente.

Algumas mulheres são relaxantes. Estar com elas é como beber um refrescante Ice Tea num dia de sol escaldante. Poderá ter-se referido a uma mulher como, por exemplo, uma “loira refrescante” ou que tem “tranquilos olhos azuis”.

Outras mulheres são quentes. São fogosas, tempestuosas e de temperamento rápido. Poderá ter falado de uma “ruiva fogosa” ou de uma “Latina de sangue quente”.

Obviamente, nem todas as ruivas ou Latinas são quentes, nem todas as loiras são tranquilas. No entanto, existe algo de suficientemente verdadeiro para ser dito acerca da “temperatura” de uma mulher. A maioria dos homens tem um bom sentido intuitivo entre uma mulher que é calma e relaxante e outra que é quente e excitante, independentemente de como a descrevam. E esta diferença tem muito a ver com a razão pela qual os homens têm diferentes gostos por mulheres e com o motivo pelo qual o seu gosto pode mudar ao longo do tempo.

O seu gosto é determinado por mais do que simples preferências psicológicas. A energia joga um papel maior. Por vezes poderá estar com uma bela mulher que, simplesmente, não se adequa a si. Você pode ver que ela é bonita, pode perceber porque razão os seus amigos a consideram atractiva, mas ela simplesmente não faz o seu estilo. Mulheres diferentes oferecem diferentes tipos de energia feminina. E uma das mais simples formas que esta diferença assume é a diferença entre energias femininas quentes e tranquilas.

Para ajudá-lo a compreender isto, poderá observar a sua relação com comida. Alguns homens recriam-se com comidas picantes mexicanas ou comida checa, enquanto que outros homens são curados por comidas suaves e refrescantes, como saladas, doces, ou leite. E as necessidades de cada homem por diferentes tipos de comida, poderão variar ao longo do tempo. O mesmo é aplicável às suas necessidades por energia feminina.

Se você for um homem particularmente cambiante, com pouca firmeza, talvez um homem com dificuldade em sentir-se motivado, então uma mulher quente será provavelmente melhor para si. A sua natureza fogosa poderá incendiá-lo internamente e então pô-lo a mexer. Por outro lado, se você tende a ter um temperamento rápido e quente por si mesmo, poderá considerar que uma mulher mais refrescante o cura e traz um melhor balanceamento ao seu corpo e psique.

Dependendo da sua saúde, do seu estilo de vida, das exigências do seu trabalho, e do seu estado emocional, você poderá necessitar de diferentes tipos de energia em alturas diferentes. O mais importante é saber que existe uma diferença, de modo a poder estar consciente da escolha que está a fazer, e de como isso poderá afectá-lo.

Poderá começar a pôr em dúvida a sua relação íntima se não compreender o modo segundo o qual varia a sua necessidade por diferentes tipos de energia feminina. Quando a sua vida lhe parece monótona e aborrecida, uma mulher mais quente e picante, será provavelmente mais apelativa para si. Ela providenciar-lhe-á o fogo que lhe falta. Contudo, quando a sua vida se encontrar extremamente desafiante e você se sentir esgotado, uma mulher quente poderá ser demasiado. Você poderá sentir-se mais atraído pela voz harmoniosa e toque de uma mulher tranquila.

Imagine-se casado com uma mulher quente. Durante anos, você desfrutou da sua paixão, divertiu-se com a sua fúria, e deleitou-se com a sua rápida resposta sexual. Então, de repente, a sua carreira revirou. Você começa a trabalhar com pessoas todo o dia, sob prazos apertados. Você está a lidar com emoções e resistências de pessoas durante 50 horas por semana. Você apercebe-se de que anda a suar durante todo o dia. Você encontra-se debaixo de fogo. A sua vida tornou-se demasiado quente, como se passasse o seu dia numa panela de pressão.

Você vai para casa ter com a sua mulher quente. Ela roça-se toda em si, na tentativa de excitá-lo. Você precisa de relaxar. Você diz-lhe que precisa de alguns minutos para relaxar, então ela veste o seu fato de treino e vai para o Spa para exercitar e malhar o seu corpo flexível. Entretanto, a melhor amiga dela decide fazer uma visita. Você abre a porta e convida-a a entrar. Ela move-se muito mais lentamente que a sua mulher. A sua presença parece-lhe refrescante e relaxante, apesar de ela não ser o tipo de mulher pelo qual você se sente habitualmente atraído.

O tom de voz desta mulher parece-lhe tão refrescante...ela vê-o cansado e por conhecê-lo desde há tantos anos pergunta-lhe se pode massajar os seus ombros. Ela coloca as mãos nos seus ombros, e antes mesmo que ela comece a massajá-lo, você sente ondas de tranquilidade, energia rejuvenescedora, circulando pelo seu corpo. Você suspira de alívio. Após uma breve massagem ela despede-se. Ela voltará para visitar a sua mulher num outro dia.

A sua mulher volta para casa, cheia de energia, e começa a andar pela casa, tratando das coisas. Ela discute consigo por não ter dito à amiga dela para sentar e esperar. Então, observando a sua fadiga, ela pede desculpas e começa a beijá-lo apaixonadamente. As suas mãos deslocam-se rapidamente para a sua virilha, mas você ainda pensa sobre a amiga dela, lembrando o quão refrescante era a sua energia, imaginando o que raio poderia fazer acerca disso.

O que você deveria fazer era isto: compreender o que se passa. Você realmente costumava apreciar o temperamento feroso e picante da sua mulher, mas agora que está a ferver todo o dia num trabalho, você necessita de ser balanceado com uma energia mais tranquila. Isto não significa necessariamente que você tenha de terminar o seu casamento. Isto não significa necessariamente que você precise de ter sexo com a sua amiga tranquila. O que isto significa é que você necessita de encontrar uma maneira de equilibrar a sua vida.

Poderá mudar a sua dieta para uma dieta mais fresca. Poderá manter o seu corpo mais fresco, usando bonés em dias de sol e usando roupa mais clara e solta. Poderá fazer caminhadas relaxantes à volta de lagos ou rios, e deixar a água absorver o calor do seu

dia. Ou poderá receber energia refrescante directamente de uma mulher, mesmo não sexualmente.

Poderia procurar uma massagista profissional, por exemplo, de uma mulher com energia refrescante. Por vezes, tudo o que precisa de fazer é passar um pouco de tempo na mesma sala com uma mulher tranquila. Em todo o caso, importa compreender que as suas necessidades por diferentes tipos de energia, mudarão ao longo da sua vida. É uma coisa com a qual você terá de aprender a lidar. É importante que, no entanto, não cometa o erro de considerar a necessidade de uma mudança energética como um motivo para terminar o seu casamento. É também importante que saiba que pode receber energia de diferentes mulheres, de formas inteiramente não sexuais, se assim preferir.

No final, terá de fazer a sua escolha. Quando a energia de um homem necessita de uma mudança, e ele se encontra a receber a energia de que necessita por parte da mulher do escritório do lado – o tipo de energia que ele não está a conseguir obter por parte da sua mulher – então ele poderá acabar por ter um *affair*, ou mesmo, divorciando-se.

Um outro homem pode comunicar as suas necessidades de mudança de energia à sua mulher, e então descobrir que ela é mais do que capaz de, criativamente, providenciar-lhe o tipo de energia que mais pode curá-lo e rejuvenescê-lo.

Entretanto, não confunda as suas necessidades energéticas com um compromisso no amor. As necessidades energéticas são relativamente fáceis de balancear. Você poderá provavelmente obter a energia de que necessita através de uma massagem ou de uma mudança de dieta. Se reagir drasticamente e decidir deixar a sua mulher por outra cuja energia o rejuvenesça mais, poderá surpreender-se quando, em poucos meses, a sua energia precisa de uma nova mudança, e você apercebe-se de ter feito uma escolha superficial.

Você precisa decidir por si mesmo sobre como lidar com a energia feminina particular que enche o seu corpo com vida, cura as suas arestas afiadas e reaviva o seu espírito guerreiro. Contudo, o rejuvenescimento energético não fará nenhuma diferença fundamental, a menos que, em essência, o seu coração esteja a crescer mais em liberdade, abertura e amor. Um copo de sumo de fruta fresco, umas férias no Hawaii, ou uma ruiva podem temporariamente equilibrar a sua fisiologia, mas apenas o permanente compromisso com a prática do amor, pode levá-lo a vencer os seus medos, através do seu senso de separação, e trazê-lo até à mais absoluta paz do Ser, que é a sua mais profunda verdade. Relembre qual a sua prioridade e decida o que necessita fazer.

Parte IV - O que as mulheres realmente querem / 29. Escolha uma mulher que o escolha a si!

Se um homem quer uma mulher que não o quer, ele não pode vencer. A sua carência irá minar qualquer possível relação e a sua mulher nunca será capaz de confiar nele. Um homem deve ser capaz de determinar se a mulher realmente o quer mas se está a fazer de difícil ou se não o quer realmente. Se ela não o quiser, ele deveria imediatamente parar de persegui-la e lidar com a sua dor por si próprio.

Se você alguma vez se encontrar numa situação em que quer estar com uma mulher mas ela não quer estar consigo, é melhor falar com os seus amigos. Peça-lhes que sejam

honestos consigo. Pergunte-lhes se eles acham que esta mulher quer realmente estar consigo ou não.

Se os seus amigos lhe disserem honestamente que ela não quer estar consigo, acabou-se. Você não poderá desfrutar de uma boa relação com ela mesmo que ela mude de ideias. Uma vez que ela sentir a sua necessidade, uma vez que ela sinta que você precisa mais dela do que ela de si, ela nunca confiará no seu núcleo masculino.

A prioridade do núcleo masculino é a missão, propósito ou direção na vida. A prioridade do núcleo feminino é o fluxo de amor na intimidade. Se uma mulher sente que o seu feminino é mais forte que o dela – se ela sente que a intimidade é mais forte para si do que para ela – ela irá naturalmente animar o seu próprio lado masculino. Ela irá querer espaço, irá querer liberdade para perseguir a sua própria direção, e sentirá repulsão pela sua fixação.

Você estará a punir-se sempre que quiser estar numa relação com uma mulher, mais do que ela quer estar numa relação consigo. Obviamente, você necessita discriminar se ela apenas se está a fazer de difícil ou se realmente não quer nada consigo. É por isto que você deveria questionar os seus amigos e até mesmo as amigas dela. Se se torna óbvio que ela não quer estar consigo tanto quanto você quer estar com ela, é altura de perceber que esta relação nunca iria funcionar. Neste caso, os pólos reverteram-se, com a sua necessidade feminina de intimidade a esbarrar contra a necessidade masculina dela de liberdade. Esta não é uma base sólida nem viável para a intimidade, entre um homem com uma essência masculina e uma mulher com uma essência feminina. É melhor pôr-se a andar e lidar com a sua dor do que continuar a demonstrar que o seu desejo feminino é maior que o dela.

Parte IV - O que as mulheres realmente querem / 30. O que ela quer não é o que ela diz querer!

Por vezes, uma mulher irá fazer algum pedido específico a um homem não para que ele faça esse algo mas para ver se ele é suficientemente fraco para fazê-lo. Por outras palavras, ela está a testar a sua capacidade para fazer o que é certo, não o que ela está a pedir. Nestes casos, se o homem fizer o que a mulher pede, ela ficará irritada e desapontada. O homem não fará a menor ideia da razão pela qual ela está tão irritada o que poderia agradá-la. Ele deve recordar que a confiança que ela deposita nele não se baseia na prontidão em satisfazer os seus caprichos mas, pela sua magnificação do amor, consciência e sucesso nas suas vidas, a despeito das suas exigências.

Esta é uma história verídica. Um certo homem, pacífico e sensível, encontrava-se a aprender yoga sexual. Nesta yoga é importante aprender a reter a ejaculação, circulando a energia estimulada através do corpo e coração, numa espécie de orgasmo pelo corpo inteiro, mais do que perder a energia num espasmo de libertação ejaculatória. Ele estava também a aprender a expressar o seu lado animalesco e passional em vez de permanecer sempre calmo e passivo durante o sexo.

Um dia, este homem e a sua mulher, passeavam de carro. Passando por um parque, decidiram espontaneamente parar o carro, embrenhar-se na floresta, e fazer amor selvagem na relva à volta das árvores. Nenhum deles havia feito amor ao ar livre anteriormente. Aqui estavam eles, amassando-se um ao outro, agarrando-se, arfando, passionalmente agressivos um com o outro. Era uma verdadeira libertação para eles.

De repente, este homem apercebeu-se de que iria ejacular, a menos que abrandassem por alguns segundos. “Pára de te mexer por um bocadinho,” disse ele à sua mulher. “Se continuarmos assim, vou-me vir.”

Mas a mulher continuou a mover-se, ainda mais vigorosamente. “Eu quero que te venhas dentro de mim,” implorou ela. “Eu quero ser preenchida pelo teu sémen.”

O homem teve um breve segundo para decidir porque caminho haveria de seguir, e decidiu deixar-se ir e satisfazer o desejo da sua mulher. Ejaculou dentro dela e relaxou.

Mas, ao olhar para a expressão da sua mulher, ela encontrava-se claramente chateada.

“O que se passa?”, perguntou-lhe.

“Tu vieste-te,” respondeu ela.

“Mas tu disseste que querias que eu te enchesse com o meu sémen, não foi?”

“Sim, mas eu disse-o para saber se tu serias suficientemente forte para não o fazer!”

O homem sentiu-se vazio e defraudado. Ele sentiu ter falhado na sua prática de yoga sexual. Ele sabia que ejacular não tinha sido a coisa certa a fazer no momento, mas sucumbiu ao desejo da sua mulher. Agora, ela estava desapontada. Ao pedir que ele a enchesse com o seu sémen, ela realmente queria sentir se ele era forte o suficiente para fazer o que sabia estar correcto, e não ejacular. Isso teria sido muito mais erótico para ela, muito mais polarizante, e mais gerador de confiança do que a obediência dele ao seu pedido para ejacular.

Provavelmente, a sua mulher testa-o desta forma a toda a hora. O seu mais profundo desejo é sentir a sua mais profunda consciência, a sua integridade confiável, o seu amor inamovível, e a sua confiança na sua missão. No entanto, ela raramente irá pedir-lhe este tipo de coisas de uma forma directa. Ela tentaria, ao invés disso, distrai-lo da sua verdade, e depois sentir que não é capaz – que você se agarra rapidamente à sua verdade, enquanto continua a amá-la.

Se você for um homem fraco, este traço feminino de querer uma coisa e pedir-lhe outra irá aborrecê-lo profundamente. Você questionar-se-á “Porque não te limitas a dizer o que realmente queres, em vez de me pedires uma coisa quando queres outra, esperando que eu compreenda?” Esta é a visão de um homem que não compreende que as mulheres são a encarnação do divino feminino. E o divino feminino não se contenta com menos do que com o divino masculino.

O divino masculino é consciência. Um homem superior pratica a manutenção da plena consciência em todas as situações. Se a ejaculação resulta em diminuição da sua totalidade, numa diminuição da sua presença, num colapso da sua consciência, então você não deveria ejacular. Mesmo que a sua mulher lhe diga ser isso o que pretende. Especialmente quando ela diz que o quer.

A sua mulher pedir-lhe-á que faça todo o tipo de coisas, todos os dias. Não se permita afastar da sua verdade, da direcção do seu coração. Por baixo do pedido superficial da sua mulher está a sua verdadeira exigência e necessidade: ela quer ser invadida pela sua plenitude passional, ela quer ser capaz de confiar na inabalabilidade do seu amor, ela quer sentir nos próprios ossos que a presença do seu divino masculino é superior à sua distractibilidade.

A sua mulher é a forma da deusa, assediando-o, testando-o, seduzindo-o, pronta para dar cabo da sua cabeça com as suas piquinices se você for fraco e ambíguo na sua verdade, e pronta a render-se à força do seu amor, se você for estável e brilhante na sua consciência amorosa.

Saiba que a sua mulher é sempre mais agradada pela sua força no amor, liberdade e consciência. Se as necessidades e desejos dela puderem afastá-lo daquilo que ela sabe ser o seu mais elevado propósito, ela sentir-se-á enraivecida e desapontada consigo, mesmo que ela tenha pedido essas coisas. Actue sempre de modo a manter a sua mais plena consciência. Aplique sempre a espada da discriminação aos pedidos da sua mulher, nunca acreditando na aparência dos mesmos, mas sempre investigando com a sua sabedoria mais profunda, e seguindo o caminho da sua mais profunda verdade, mesmo que isso signifique desapontar a sua mulher. Ela nunca se sentirá desapontada se sentir que você é forte e claro na verdadeira direcção do seu coração. E se ela se sentir desapontada com a sua mais profunda verdade, então não deveria estar com ela.

Parte IV - O que as mulheres realmente querem / 31. As queixas dela são livres de conteúdo!

As mulheres estão sempre a querer a presença do divino masculino num homem, independentemente do seu humor ou queixa específica. Um homem deveria ouvir as queixas da sua mulher como campainhas de alarme, e depois para fazer o seu melhor no sentido de alinhar a sua vida com a sua verdade e propósito.

Contudo, se ele acreditar no conteúdo literal das suas queixas, entrará imediatamente no caminho errado, para o conteúdo que reflecte o seu humor presente, mais do que para uma cuidadosa observação das suas próprias tendências ao longo do tempo. A sua queixa deveria ser valorizada como um lembrete para “reagrupar”, e talvez como uma indicação de como. Mas, mais frequentemente do que não, as especificidades da sua queixa não descrevem a real acção ou tendência subjacente ao que necessita de ser mudado.

A sua mulher diz, “Como podes passar tanto tempo em frente à TV quando a nossa renda tem de ser paga dentro de poucos dias, temos prestações do carro para pagar e tu acabaste de perder o teu emprego?”

“Não te preocupes com isso. Tenho uma entrevista de emprego amanhã.”

“Bem, porque é que não levantas o rabo? Há semanas que dizes que vais limpar a garagem. Mal consigo chegar ao carro.”

“OK, OK. Eu limpo a garagem hoje de tarde!”

A sua mulher pára de falar e vai à sua vida, mas você pode sentir a sua tensão e raiva crescentes. Você não gosta de estar perto dela quando ela está assim. Você quer pôr-se a andar de casa.

“Estarei de volta dentro de algumas horas e limparei a garagem,” diz você, enquanto pega o seu casaco e se dirige para a porta.

Você ouve um copo partir-se na cozinha, então você vai lá e encontra a sua mulher furiosa. “Não aguento mais isto!”, lamenta-se ela.

“O quê? Já disse que limpava a garagem. O que é que se passa?”, pergunta você.

“Já não consigo aguentar!” grita ela, afastando-se de si, fechando-se em si mesma, e não deixando que lhe toque.

“Não compreendo, já disse que limpava a garagem, tenho uma entrevista de emprego amanhã. Tudo irá ficar bem. O que queres afinal?”

Já terá tido, provavelmente, alguma versão deste tipo de conversação com a sua mulher. Ele esconde uma chave para o crescimento do masculino em liberdade. E revela um erro comum que os homens cometem com as suas mulheres.

Aquilo de que a sua mulher se queixa, raramente é aquilo de que ela se queixa. É um erro acreditar no conteúdo do que ela diz e depois responder às suas queixas, ponto por ponto. Quando ela se queixa sobre problemas financeiros, ela sente habitualmente uma falha na sua capacidade masculina de dirigir a sua vida com clareza, propósito, integridade e sabedoria. O dinheiro em si mesmo é secundário. Se você fosse pobre mas, totalmente consciente, feliz, cheio de integridade, destemido, bem humorado, amoroso e oferecendo a sua completa dádiva ao mundo e à sua mulher, ela não se queixaria acerca da falta de dinheiro.

Quando você diz que limpará a garagem e depois as semanas passam e você não fez, as suas queixas não são habitualmente acerca da garagem. Obviamente que ela gostaria de ver a garagem limpa, mas esta é uma questão superficial. A questão mais profunda é você não ter feito o que disse que iria fazer. Você deu-lhe a sua palavra e não prosseguiu com ela adiante. Ela não pode confiar no que você diz. E isto magoa-a, profundamente.

Pode parecer-lhe que ela está a exagerar. Porque é que ela está tão histérica? É só uma garagem. Mas ela pode sentir a sua falta de integridade. Não ter limpo ainda a garagem poderá parecer-lhe uma coisa pequena, mas mostra-lhe que você não segue adiante com a sua palavra, com o seu propósito.

A sua palavra é uma demonstração do seu propósito, do seu núcleo masculino. Quando você não cumpre com aquilo a que se compromete, mostra-lhe que o seu núcleo masculino é fraco. Ela sente-se abatida. Ela não pode confiar na sua direcção masculina. E então ela sente uma enorme perda. Ao longo do tempo ela começará a construir a sua muralha masculina como reacção à sua falta de integridade. Ela começará a resguardar-se contra a mágoa que lhe provoca a sua falta de zelo e rigor. Ela endurecerá o seu coração, tornando-se angular e tensa. Para si, a garagem parece algo trivial. Para ela, você falhou na sua palavra. Ela não pode confiar em si.

É muito como se a sua mulher começasse a tornar-se descuidada. O núcleo do feminino é energia e radiância. Se ela parar de cuidar de si mesma, se ela se tornar enfadonha e monótona, sempre cansada e desgastada, então ela será incapaz de dar-lhe a energia feminina que você deseja receber na intimidade. Poderá mesmo assim amá-la mas começará a procurar noutra lado por energia feminina.

Ao nível da polaridade e energia, você é atraído e rejuvenescido pela sua radiância feminina. Da mesma forma, ao nível da polaridade, ela sente-se atraída e relaxada pela sua clareza masculina, direcção, integridade e presença. Quando ela se queixa sobre o facto de você estar a ver TV, trata-se mais habitualmente de uma queixa relativa a todo o seu padrão de vida, a sua falta de persistência e clareza. Se a sua mulher sentisse que você vive totalmente na sua clareza e propósito, se ela o sentisse totalmente presente com ela quando você escolhe estar com ela, e depois dissesse, “Vou relaxar e ver TV por meia hora,” estaria bem. Não é o ver TV em si que realmente a chateia, apesar de ser sobre isso que ela vai falar.

Você precisa de ouvir a sua mulher mais como um oráculo do que como um advertor. Normalmente ela fala num estilo muito tangencial mas revelador. Ela revela os seus hábitos inconscientes que o impedem de despertar totalmente a sua consciência. A sua inconsciência causa-lhe dor. Ela não o dirá desta forma mas é o que ela estará a indicar.

Não argumente com ela acerca da garagem e da entrevista de emprego. Não é sobre isso que ela está a falar apesar de ser sobre isso que ela está a falar. Ouça as suas queixas como se fosse o Universo a dar-lhe indicações sobre a sua vida. Será que ver TV neste momento é a melhor forma de usar este momento? Por vezes, precisa de se recrear mas, por vezes, está apenas a ser preguiçoso, tentando esquecer as responsabilidades que criou na sua vida.

Você mentiu propositadamente à sua mulher acerca de limpar a garagem? Ou limitou-se a deixar andar, tal como faz com muitas das coisas com que se compromete na vida? Poderá realmente culpar a sua mulher por estar magoada, pela falta de integridade que demonstra na sua vida?

Se ela não puder confiar na sua capacidade de viver a sua vida com a partir da sua mais profunda sabedoria e da sua mais plena capacidade, ela não poderá confiar-lhe a sua vida. Ela não poderá confiar na sua impecabilidade masculina, então ela irá compensar isso naturalmente, desenvolvendo excessivamente a sua própria capacidade masculina. Ela não está apenas a ser masculina por si mesma, ela está também a ser masculina no seu lugar. Se ela sente a necessidade de lembrá-lo da desarrumação da garagem o da entrevista de emprego, ela está a suprir a necessidade de direcção masculina para ambos. E isto resulta em stress. O seu corpo começará a mostrar isso. Ela tornar-se-á menos radiante e menos relaxada no seu poder feminino, porque tem de compensar as falhas que você apresenta.

As olheiras da sua mulher e a as linhas do seu rosto, podem revelar muito acerca do quanto você está a viver claramente o seu mais elevado propósito. É claro, a sua mulher tem os seus próprios hábitos inconscientes para abandonar, mas muitas das vezes ela apenas reflecte os seus. Procure dar o seu melhor no sentido de perceber quais dos seus “problemas” são verdadeiros feedbacks corporais sensíveis acerca da maneira como você está a viver a sua vida. Você sabe bem a quantidade de tretas com que desperdiça o

seu tempo e a sua vida. E ela também. Acontece que isso a magoa bem mais do que o magoa a si.

Parte IV - O que as mulheres realmente querem / 32. Ela não quer, na verdade, ser o número 1!

Muitas das vezes, uma mulher parece querer ser a coisa mais importante na vida do seu homem. Contudo, se isso acontecer, se ela for a coisa mais importante na vida do seu homem, ela sente que o seu homem fez dela a prioridade número 1 e que, por isso, não está totalmente dedicado ou dirigido ao seu divino crescimento e serviço. Ela sentirá que o seu homem depende dela para ser feliz, e isso irá fazê-la sentir-se sufocada pela sua carência e fixação. Uma mulher quer realmente que o seu homem esteja totalmente dedicado ao seu mais elevado propósito – e também a amá-la totalmente. Apesar de ela nunca o admitir, ela quer sentir que o seu homem está disponível para sacrificar a sua relação, em nome do seu mais elevado propósito.

Imagine que um homem tem de ir para a guerra. Ele dá um abraço de despedida à sua mulher. Ela chora.

“Por favor, não vás,” implora ela.

“Tu sabes que tenho de ir”, ele responde.

Eles olham profundamente nos olhos um do outro.

“Tu sabes que eu te amo,” diz ele para ela.

“Sim, eu sei. E também sei que tens de ir,” responde ela enquanto mais algumas lágrimas escorrem pelo seu rosto abaixo.

Ele vira-se e caminha rumo à porta, para o seu necessário destino, enquanto que a sua mulher, cheia de dor e orgulho, o vê desaparecer.

Esta cena exageradamente dramática capta um profundo princípio energético: Apesar de, aparentemente, a sua mulher querer ser a coisa mais importante na sua vida, na verdade ela poderá confiar e amá-lo mais, se não for.

O mais elevado propósito de um homem é a sua prioridade, não a sua relação íntima. A sua mulher sabe disto. Bem no fundo, ela quer que isso seja assim. A mulher dessa cena, na verdade, iria sentir uma elevada estranheza se o seu homem, de repente, dissesse, “Mudei de ideias. Tu és mais importante para mim do que a liberdade da humanidade. Tu és a coisa mais importante da minha vida, e não me importa que o meu serviço à humanidade seja necessário noutro lado qualquer, por isso, ficarei aqui contigo.” Apesar de uma parte dela ficar feliz com isso, uma parte mais profunda dela sentir-se-ia defraudada, esvaziada, rebaixada.

E ainda, à medida que o seu homem desaparece no horizonte para cumprir a sua missão, ela chora, desejando que ele não tivesse de ir. Mas ele tem de ir. E ela sabe disso.

Se uma mulher se tornou o ponto da sua vida, você está perdido. Você tem uma dádiva a oferecer, um propósito a cumprir, um profundo impulso do coração que mexe consigo.

Se você perdeu contacto com este impulso, então começará a sentir-se ambíguo na sua vida. Tomará decisões porque tem de o fazer, mas elas não serão guiadas por um mais profundo sentido de propósito. Você poderá agarrar-se aos propósitos da sua mulher por eles serem mais fortes que os seus. Você poderá adaptar a sua necessidade de direcção a propósitos externamente regulados, tornando-se uma roda dentada empresarial, ou um marido e pai semi-morto, sem se permitir abrir-se à sua mais grandiosa visão.

Tenha cuidado para não substituir propósitos verdadeiros por tarefas rotineiras. É fácil preencher o seu dia de deveres e obrigações, libertando-se apenas o suficiente para ver alguma TV ou ter sexo rápido. Também é fácil desistir inteiramente de uma vida de absoluto compromisso com a verdade, contentando-se com a vida comum de absoluto compromisso com o trabalho, família, intimidade e amigos. Para mais, você apenas poderá ser um profissional superior, pai, marido e amigo, quando estiver a viver estas relações como dádivas, oferecidas desde o seu centro, não a partir do que sobrou, apenas porque você não teve os tomates necessários para ir em busca da sua verdade, o seu impulso nuclear e viver de acordo com ele.

Se não estiver a viver a partir do seu núcleo, oferecendo as suas mais plenas dádivas, toda a gente sentirá a sua falta de um verdadeiro propósito. Os seus filhos desafiarão a sua autoridade. Os seus colegas irão aproveitar-se de si. Os seus amigos não esperarão grande coisa de si. E a sua mulher não confiará em si.

Apesar de poder parecer que ela quer ser o centro da sua vida, isso não é verdade. Ela quer que você conheça o mais profundo propósito da sua vida para que aí possa confiar em si. Mesmo que tenha de ir para qualquer outro lado sem ela, para poder cumprir o seu propósito, como um homem indo para a guerra, ela será capaz de confiar em si e amá-lo, a partir do momento em que o seu propósito for real e verdadeiro.

Se você estiver sempre a ver TV, lendo revistas, ou jogando computador, a sua mulher sentirá a trivialização da sua vida. Ela senti-lo-á contentando-se com menos, e irá ressentir-se da frivolidade da sua vontade. Mas, se por outro lado, você descobriu o propósito pulsante desde o seu núcleo central, e se toda a sua vida estiver alinhada com este propósito mais profundo, a sua mulher sentirá a verdade das suas escolhas. Apesar de ela não gostar sempre delas, irá amá-las, e irá amá-lo a si por ter a coragem de viver a sua verdade. Ela pode relaxar e confiar em si, mesmo que você goste de ver TV, ler revistas e jogar jogos agora e depois, ela sabe que você nunca comprometeria o seu mais elevado propósito na vida – que inclui mas não está centrado em nem dependente da sua relação com ela.

Parte IV - O que as mulheres realmente querem / 33. O seu histórico de sucessos não significa nada para ela!

O histórico de sucesso de um homem não significa nada para o feminino. Um homem poderia ser perfeito por 10 anos mas se for um idiota por 30 segundos a sua mulher actuará como se ele sempre tivesse sido um idiota. A mulher responde ao momento de energia, esquecendo o histórico comportamental do seu homem. O histórico comportamental de um homem é irrelevante para o sentimento da sua mulher no momento. Mas os homens baseiam-se muito no histórico de comportamento de outro homem, e então pensam que o seu histórico conta para alguma coisa. Mas, para uma mulher, não conta.

Foi um dia verdadeiramente duro e longo no trabalho. Finalmente chega a casa e a sua mulher está enervada. Você esqueceu que era suposto jantar com outro casal nessa noite, e já passou da hora. A sua mulher está furiosa.

“Desculpa, atrasei-me, mas hoje foi um dia atípico,” diz você. “Eu não trabalhei até tarde durante meses, mas hoje teve de ser. Provavelmente não te recordas da última vez que esqueci um compromisso que tivéssemos planeado. Dificilmente me esqueço deste tipo de coisas.”

“Bem, mas hoje esqueceste e isso é o que conta.”

É completamente inútil tentar desfazer a sua raiva puxando do seu imaculado histórico comportamental. Para o feminino, a história é irrelevante. O que conta é o sentimento no momento. Se a deixou na mão agora, não interessa que durante meses nunca a tenha deixado na mão, ou mesmo durante anos. Os seus sucessos passados nada significam perante o que ela sente perante a sua presente falha.

Para si, como homem, é provavelmente mais fácil perdoar e esquecer um erro ocasional cometido por outro homem que tenha um excelente cadastro. O que realmente o aborrece é quando um homem não é íntegro e realmente falha continuamente com a sua palavra. Mas mesmo grandes erros são relativamente fáceis de esquecer quando praticados por um homem que, fora isso, é impecável. Você sabe que ele realmente faz o seu melhor e que este erro foi uma rara exceção.

Mas para o feminino, o passado é inteiramente irrelevante. Uma palavra errada a meio de uma sessão de cinco horas de amor passiona, que em tudo o resto foi perfeita, pode fazer colapsar a sua mulher tão completamente como se você tivesse passado duas horas a fazer asneiras.

Em vez de se irritar porque ela está tão chateada com o seu pequeno erro no meio de uma tão longa série de sucessos, instantaneamente mude a energia existente entre ambos. Recorde-se, a história é irrelevante para o feminino, por isso, o seu erro é tão facilmente esquecido quanto os seus sucessos. Tão cedo quanto ela se irritar, imediatamente assum a felicidade. Choque-a com o seu amor. Faça-a rir e dar gargalhadas com o seu humor. Beije o seu pescoço ou levante-a do chão e finja ser o King Kong. Surpreenda-a de alguma forma amorosa, e o problema emocional será rapidamente ultrapassado. A sua falha momentânea será eficazmente desvanecida, tão irrelevante como a sua longa linha de sucessos.

Restaure o amor e a felicidade no momento presente, nunca justifique o seu pequeno erro, referindo-se à sua longa lista de sucessos passados.

Parte IV - O que as mulheres realmente querem / 34. Ela quer relaxar na demonstração da sua direcção!

Uma mulher deverá ser capaz de confiar na sua capacidade de comando, se quiser relaxar o seu núcleo masculino. Isto é verdadeiro em termos financeiros, sexuais, emocionais e espirituais. Na verdade, o homem não tem de fazer todo o trabalho, mas deve ser capaz de governar o curso se quiser que a sua mulher possa relaxar no seu feminino, sem medo.

Muitas mulheres querem estar no comando, a maior parte do tempo. Este desejo de conduzir – controlar o controlo remoto da TV ou escolher a cidade onde viver – é um desejo masculino, nos homens e nas mulheres. Se a sua mulher tem uma essência sexual mais masculina, ela irá preferir estar no controlo das vossas vidas, a maior parte do tempo.

Mas, se por outro lado, a sua mulher tiver uma essência sexual mais feminina, haverão muitas alturas em que ela gostaria de relaxar agradavelmente e deixar fluir, mais do que controlar. Ela gostaria de relaxar no seu feminino e deixá-lo tomar as decisões. Se você não for capaz de liderar, se não souber em que direcção quer ir, a sua mulher senti-lo-á a vacilar. Ela terá de assumir novamente o comando, a partir do momento em que você não é capaz de fazê-lo. Ela não poderá relaxar.

Quanto mais relaxada estiver no seu feminino, mais radiante a sua mulher será. Provavelmente já se apercebeu de que a radiância da sua mulher pode mudar instantaneamente. Num momento ela poderá parecer enfadonha e aborrecida. Então, talvez após ter-lhe feito um elogio ou oferecido uma dádiva de amor, de repente ela fica radiante. Ela parece 15 anos mais nova. As linhas da sua face desapareceram em segundos.

Se você quer que a sua mulher seja capaz de relaxar no seu feminino, e brilhar na sua radiância natural, então precisa libertá-la da necessidade de estar no comando. Isto não significa que precise de estar sempre a controlá-la. Isto significa que você necessita saber para onde está a ir, e como irá chegar lá, em todas as áreas, incluindo a financeira e a espiritual.

Se você tiver o mínimo de incerteza ou ambiguidade acerca do seu futuro financeiro, a sua mulher irá senti-lo. Você não precisará de dizer uma única palavra acerca disso. Ela sentirá a sua dúvida ou ambiguidade no seu corpo, olhar e tom de voz. Não é que você tenha de fazer muito dinheiro; você apenas tem de ser responsável pelas suas finanças e levar o seu futuro em linha de conta. Você poderá escolher ser um monge; o importante é que seja claro, confiável e dirigido desde o seu mais profundo núcleo de sabedoria. Então, a sua mulher poderá relaxar. Ela sabe o chão que você pisa e quais são os seus planos. Ela consegue sentir a sua integridade. Ela pode confiar na sua direcção, porque ela sabe que essa direcção vem do seu mais profundo núcleo. Ela não estará a nadar no ar da sua incerteza, Mas permanecendo em chão sólido, o chão providenciado pela sua clareza.

Ainda mais importante é a sua direcção espiritual. Onde está a vossa relação a ir? Em que consistem as vossas vidas? O que é que tudo isso vos acrescenta? Como poderão vocês os dois continuar a crescer sem que fiquem estagnados nas rotas da mediocridade?

Se a sua mulher sentir que você perdeu a sua direcção espiritual, ela procurará a direcção por si mesma e tentará impô-la a si, a partir do momento em que você parece não ter nenhuma por si mesmo. Se ela sente que você está totalmente absorvido no seu trabalho, por exemplo, e quando não está absorvido na sua carreira está absorvido na TV, então ela questionar-se-á, “É só isto? É para isto que serve a nossa relação? É esta a mais elevada visão que o meu homem é capaz de ter?” Se ela o sente vacilante na sua

clareza financeira ou clareza espiritual, ela não conseguirá relaxar consigo. Ela começará automaticamente a dirigir a sua própria vida, e provavelmente também a sua. Ela desenvolverá a sua própria direcção masculina, a partir do momento em que você está a falhar. E, fazendo-o, a sua radiância diminuirá.

Quanto mais ambíguo você parecer, financeira e espiritualmente, mais ela precisará de empenhar a sua energia e atenção na sua própria direcção masculina e objectivos. Para algumas mulheres, isto é óptimo; elas necessitam desenvolver a sua própria energia masculina. Outras mulheres, contudo, já desenvolveram o seu lado masculino. Elas apreciariam a oportunidade de poderem relaxar o seu próprio lado masculino e receberem o seu como dádiva. Como poderá saber se a direcção da sua mulher é saudável para ela? Se ela se tornar cada vez mais preenchida e satisfeita, à medida que persegue a sua direcção, então isso é bom para ela. Se ela se tornar cada vez mais stressada, cansada e emocionalmente angular, então estará a animar excesso de direcção masculina. Ela estará a desafiar-se a si mesma de formas que podem assinalar a sua irresponsabilidade como homem.

Como poderá então tornar-se mais responsável? Não necessariamente trabalhando mais. Você torna-se mais responsável conhecendo o seu mais profundo propósito, e organizando então as suas finanças e espiritualidade com base nesse conhecimento. Para que a sua mulher relaxe na sua radiância e felicidade feminina, ela precisa de sentir que pode entrar no seu comboio, sabendo que o mesmo o levará exactamente onde ela quer. Não interessa se a sua mulher ganha mais ou menos dinheiro que você – ou mesmo se ela ganha todo o dinheiro da relação. O que interessa é se ela pode sentir a sua clareza amorosa, sabedoria e certeza de direcção. À medida que ela possa sentir que você está a tomar as suas finanças em conta, organizando as vossas vidas em conjunto de maneira a que o mais profundo amor e as mais plenas dádivas possam manifestar-se, ela poderá confiar na sua direcção masculina, e relaxar no seu coração feminino de radiância.

Parte V - O seu lado obscuro / 35. Você está sempre à procura de liberdade!

O êxtase masculino essencial corresponde ao momento de libertação da restrição. Isto poderia ocorrer em face da morte e vivendo através dela, sendo bem sucedido (e, assim, sendo libertado de) no seu propósito, e em competição (que é um ritual de ameaça de morte). O masculino procura sempre libertar-se das restrições. O feminino não compreende muitas das vezes as estratégias e necessidades masculinas.

A sua motivação básica é a libertação do constrangimento e experienciar a liberdade no outro lado. Quais são as formas mais comuns de êxtase masculino? O orgasmo é um deles. O típico orgasmo masculino, como você provavelmente sabe, envolve uma crescente tensão, ou constrangimento, até que a comporta finalmente parte, e a sua tensão e energia são libertadas. O estado pós-orgásmico é o de uma libertação tipo morte, um vazio conducente a um esquecimento pleno de felicidade. O masculino procura sempre a libertação de um modo ou de outro.

Grande parte dos desportos providenciam ao masculino esta vibração de libertação do constrangimento em liberdade. No futebol, por exemplo, a equipa que tem a bola é constrangida pela equipa adversária que imediatamente se apressa a bloqueá-la. O objectivo é o de ultrapassar a linha opressora e levar a bola até à liberdade. Pessoas com essências masculinas tornam-se insanamente emocionais durante este ritual de desafio e

libertação de constrangimento em liberdade. E, se a libertação for alcançada, os homens irão saltar e brindar, como se o mais profundo desejo do seu coração tivesse ocorrido – e, na verdade, ocorreu. Esta libertação em liberdade, independentemente de como ocorrer, é a principal motivação do masculino. Todos os objectivos masculinos – no trabalho, na almofada da meditação, ou no campo de futebol – são dirigidos ao alcance de maior liberdade.

O típico desejo masculino por liberdade envolve tipicamente o sentimento de morte, que é o derradeiro medo e liberdade masculinos, de uma forma ou de outra. O orgasmo é verdadeiramente designado de *petite mort* ou “pequena morte” em Francês. Você diz que espera que o seu clube de futebol “mate” a outra equipa, e você celebra os seus “assassínios” financeiros com enorme deleite.

Provavelmente você também sentirá alguma familiaridade com os aspectos mais negros do desejo de liberdade do masculino. A guerra, que é motivada pelo desejo por liberdade, é uma quintessencial perseguição masculina. A maioria dos desportos são guerras ritualizadas, mas a verdadeira guerra em si mesma ressoa no coração de grande parte dos homens. Mesmo filmes sobre guerra – homens a lutar no seu limite, dando tudo o que têm, mesmo em face da própria morte, motivados por uma causa superior – evocam intensa emoção nos homens. A capacidade de enfrentar a morte em nome da liberdade, seja numa guerra verdadeira, ou ritualmente num campo de futebol ou mesa de xadrez, é o derradeiro acto masculino, evocando as mais profundas e intensas emoções masculinas.

A mesma capacidade para enfrentar a morte é necessária em nome da felicidade espiritual. Para ter liberdade espiritual você precisa de estar disponível para enfrentar os seus maiores medos, e abandonar tudo aquilo que limitar o seu amor. O apego ao conforto e à segurança é aquilo que mais limita os homens na sua possibilidade de revolução espiritual. A equipa adversária é, de facto, o seu intenso desejo por segurança privada. Você disputa uma guerra com o seu verdadeiro auto-sentido. Ser livre é morrer para a sua necessidade de ser um ego separado. Nesse caso, o que existiria para lhe causar constrangimento? Ego morto, absoluta rendição à unidade da vida, é a derradeira libertação. Poucos homens chegam a libertar-se o suficiente para relaxar nesta profundidade de libertação, por terem medo da total ausência de stress. Ausência de stress significa ausência de pensamentos, ausência de senso de ego protegido, nenhuma missão a cumprir. O fim do jogo masculino.

Ainda, esta libertação do stress, o desprotegido final do jogo, é exactamente o que você sempre procura, através de orgasmos, vitórias financeiras ou vitórias em guerras. Você está disponível para experienciar formas menores de êxtase e “morte” masculina, mas indisponível para experienciar a morte do seu senso de eu separado, e finalmente ser a liberdade que você apenas se permitiu experimentar em pequenas doses.

Os homens sempre apreciarão experimentar formas de “morte”, para aparecer do outro lado em liberdade, seja sob a forma de combates de boxe, filmes policiais, artes marciais, orgasmos, filosofia (o stress libertado através do “ah” do *insight*), ou morte do ego. Para ser livre você necessita de possuir a primazia do seu desejo. Então, poderá apreciar as formas menores de êxtase masculino, mas dedicado à sua mais elevada forma: transcendência do medo da morte, enfrentando o stress limitador proveniente da sua noção de eu separado, e relaxando através disso, dentro da absoluta liberdade que

sempre intuiu no mais fundo de si mesmo, mas sempre conseguida apenas através de meios temporários.

O feminino, por outro lado, não procura liberdade, mas amor. A felicidade de uma mulher, não é o vazio mas o preenchimento. Os seus meios não são a libertação, mas a rendição. É por este motivo que uma mulher se enerva quando um homem começa a ressonar após o orgasmo. Ele alcançou finalmente, o seu vazio pós-ejaculatório, a feliz libertação do stress que perseguiu durante todo o dia, de uma maneira ou de outra. Ela, por outro lado, espera experienciar o amor e a plenitude através do acto sexual e um homem ressonante, simplesmente não consegue fazer isso por ela.

O feminino procura plenitude e abomina o vazio. Ela irá preencher o seu vazio com chocolates, conchas e pedras recolhidas em locais especiais. Quando ela não se sente cheia de amor, procura encher-se com gelados, chocolate ou conversação, mais do que esvaziar o seu stress através de ver TV ou ejaculação, como os homens frequentemente fazem. O seu lado negro adora a agressão emocional nas telenovelas, e romances, mais do que a agressão física dos combates de boxe ou dos filmes porno. Ela aspira a preencher o seu senso de vazio espiritual através da rendição de seu coração e sendo preenchida com amor. Os seus meios básicos na direcção da unidade espiritual são render-se na plenitude devocional do amor incondicional, mais do que libertar-se do medo da morte do ego, na desconstrangida infinidade da liberdade absoluta.

No final, a procura feminina do amor, e a procura feminina por liberdade alcançam o mesmo destino: a incondicional e infinita segurança de ser quem você é, que são ambos absoluto amor e liberdade. Mas, até que possa finalmente relaxar no local que você próprio é, a sua mulher continuará a render-se – a si, ao chocolate e às compras – na esperança de ser preenchida com amor, e você continuará a libertar-se a si mesmo – através da televisão, orgasmos e sucesso financeiro – na esperança de poder esvaziar-se do stress numa liberdade desconstrangida.

Parte V - O seu lado obscuro / 36. Possua os seus mais obscuros desejos!

Se um homem se separa dos seus desejos masculinos mais obscuros por liberdade, dá um nó na mangueira da sua força masculina. A sua energia não fluirá livremente, e a sua atenção será limitada por desejos insatisfeitos. Mais importante, se a sua mangueira está torcida desta maneira, ele enfraquece a sua capacidade masculina de permanecer sem medo na morte, que é vida consciente. Ele não será capaz de enfrentar o desconhecido que é o chão sem chão do Ser, e ainda funcionar a partir do seu coração, em amor.

Quando foi a última vez que realmente arrebatou a sua mulher? Isto é, quando foi a última vez que realmente a tomou, selvaticamente, amorosamente, sem qualquer tipo de inibição. Ou, isto já aconteceu há tanto tempo que você se sente fascinado e enlouquecido por cenas de violência na televisão, ou nos filmes?

Quando você se torna incapaz de expressar as suas mais obscuras paixões no amor, então elas escondem-se no mais profundo da sua psique. Os seus mais profundos desejos tornam-se desconectados do seu coração. Em vez de ser movido para abraçar a sua mulher com força masculina e paixão agressiva - atirando-a para cima da cama, rasgando-lhe as roupas, virando-a para baixo e colocando-a entre o seu corpo e a cama,

enquanto gritam um com o outro em amor extático – você começa a fantasiar controlar e dominar a sua mulher de formas não amorosas.

O desejo de arrebatarse é o aspecto sexual do mesmo desejo masculino de querer libertarse dos oponentes num jogo de basquetebol, libertarse de barreiras filosóficas rumo ao *insight* intelectual, ou libertarse do medo da morte através de liberdade espiritual. O desejo de arrebatarse é o mesmo desejo de vencer as resistências femininas e abrir o seu coração e corpo em amor extático. O prazer está em libertá-la de todas as restrições convencionais da sua psique, de modo a que ela não tenha qualquer escolha para além de render-se no amor.

Quando este desejo masculino de arrebatarse se torna dissociado do seu amor, então você ficar-se-á pelo desejo de vencer as resistências femininas sem amor, através de violência ou coerção. Apesar de poucos homens o admitirem prontamente, a maioria dos homens alimenta fantasias de terem sexo com uma mulher contra a sua vontade. De facto, a maioria das mulheres já terá alimentado fantasias acerca de serem forçadas a ter sexo contra a sua vontade. O obscuro desejo feminino, de ser forçado a render-se, é tão forte quanto o obscuro desejo masculino de penetrar através da resistência feminina. A diferença entre violação e arrebatamento é o amor.

A sua mulher render-se para receber o seu forte amor, ou você forçá-la “amorosamente” a render-se num êxtase superior, é a base do arrebatamento. Quando você se encontra indisponível para jogar estes pólos obscuros do masculino e do feminino em humor e em amor, então eles aparecerão em meios menos amorosos, como fantasias de violação, telenovelas, histórias trágicas de perda e brutalidade, e pornografia violenta.

Energia sexual está a meio da sua força de vida, e a sua relação com o arrebatamento revela também a sua relação com a vida, também. Isto também é verdade a respeito da sua mulher. Se a sua mulher tem medo de se render totalmente ao seu amor em todas as suas partes, ela também sentirá medo de se render totalmente a receber o amor divino através dela. Ela sentir-se-á vazia na sua essência e então procurará preencher-se com o amor da “comida”, compras, eventos sociais e tagarelice excessiva.

Se você teme perder-se completamente no êxtase do amor físico com a sua mulher – indo para além de todo o senso de controlo e ego separado, de maneira a que os vossos corações sejam um e um só no meio da absoluta e abandonada paixão – então também sentirá medo de perder-se totalmente na divina liberdade. Você irá agarrar-se ao seu senso de ego e controlo em vez de perder-se na infinidade incondicional e incognoscível da natureza. Sentir-se-á cheio da sua própria tensão, e tentará esvaziar-se a si mesmo através dos meios masculinos convencionais da TV, ejaculação e trabalho.

Você necessita abandonar-se completamente no amor com a sua mulher. A menos que escolha viver a sua vida como um celibatário, não há forma de contornar isto. Você necessita tornar-se tão destemido com o seu desejo sexual como com o seu desejo espiritual. O medo masculino essencial é a perda da identidade – e que é também o desejo masculino essencial. Então, se você for como a maioria dos homens, estará disposto a perder-se a si mesmo de formas controladas, tais como através de desportos, jornais e orgasmos, mas mantém-se cheio de medo de perder-se verdadeiramente no amor extático com a sua mulher, rendido na infinidade incognoscível para além da mente.

Como experiência, da próxima vez que fizer amor com a sua mulher, sinta dentro dela, através das suas limitações físicas e emocionais. Sinta dentro dela de uma forma tão profunda que se torne totalmente inconsciente de si próprio e totalmente consciente dela. Sinta-se mover dentro dela, com as suas limitações a serem destruídas de tal forma que você se torna nela, totalmente consciente da sua respiração, dos seus movimentos e das suas emoções. Ame-a com o maior desprendimento de que alguma vez seja capaz de se recordar. Sinta através não só dos seus limites mas também através dos dela, de maneira a que ambos possam dissolver-se na poderosa força do vosso amor. Relaxe na força do seu amor com tanta intensidade que apenas o amor possa permanecer.

Permita que este amor arrebate a sua mulher até à loucura, preenchendo o seu coração e corpo além das capacidades, de maneira a que ela não tenha escolha além de render-se à força e à profundidade do seu amor. Com um corpo espontâneo e relaxado permita que o seu amor a penetre tão profundamente que ela se sinta totalmente preenchida, ao ponto de chorar, à medida que se abandona a si mesmo, deixando desaparecer todo o medo, apenas dando amor.

A meio deste auto-safanão e dádiva de amor, permita que a totalidade do seu desejo masculino se manifeste, luz e trevas. Faça e seja com ela tudo aquilo que sempre quis, em amor, espontaneamente, e com profundo sentimento nela e através dela. De tempos em tempos, tome especial atenção para permitir espaço para que as suas energias e desejos possam levá-lo para locais onde nunca foi por si mesmo.

Reclamando a profunda força do seu total amor masculino, não só irá repor a sua capacidade para arrebatá-la a sua mulher, em êxtase além do ego, mas também recuperar os seus tomates espirituais. Você irá desbloquear o núcleo da sua força masculina espiritual, abrindo-se ao lado obscuro do seu desejo sexual, permitindo que a própria força do amor o transporte para além da necessidade de controlo e apego amedrontado. Cultivará a capacidade de morrer no amor, sem a necessidade de se agarrar ao seu ego.

Com o tempo, à medida que esta força se move dentro de si mais livremente, você descobrirá a capacidade naturalmente emancipada de morrer espiritualmente, ou dissolução da sua noção de eu separado, na liberdade da incondicionalidade. Mais do que agarrar-se a si mesmo, será capaz de fundir-se mais profundamente na consciência de quem realmente é, e ao fazê-lo reconhecerá o Grande Um, sem limites, e que está a viver em si agora e que não é outro além de você. Mas é preciso tomates para abandonar a sua noção de ego separado e individualizado. E você não irá tê-los caso não tenha capacidade de abandonar a noção de eu separado entre si e a sua mulher enquanto fazem amor.

Para arrebatá-la verdadeiramente a sua mulher no amor, você precisa empurrar-se a si mesmo para o culto de adoração e confiança do coração dela, que em verdade, é o seu próprio coração. Tal destemor irá prepará-lo para, e talvez até iniciá-lo na adoração e confiança na própria consciência, de tal modo que encontrará uma cada vez maior confiança e capacidade para perder-se dentro e com a incondicionalidade Unidade que verdadeiramente é.

Parte V - O seu lado obscuro / 37.Ela quer o “matador” que há em si!

Entre muitas outras qualidades, uma mulher quer o “matador” no seu homem. Ela é apagada se o seu homem for medroso e quer que ela vá matar a barata ou o rato enquanto ela fica na sua cadeira a ver. Ela fica apagada se o seu homem quer que ela saia da cama e vá verificar os sons estranhos na casa para descobrir se foi um ladrão a fazer o barulho. Destemor, ou a capacidade de transcender o medo da morte em nome do amor, é a forma quintessencial da máxima dádiva masculina.

Apesar de a sua mulher não querer que você seja um assassino, ela excita-se perante a sua capacidade de matar. E, ela esmorece perante a sua falta dessa capacidade. Por exemplo, imagine que uma grande barata se arrasta pela sala-de-estar. Você salta para o sofá e grita para a sua mulher “mata-a, por favor, mata-a!” Provavelmente isso não a excitaria.

Ou, imagine que está na cama com a sua mulher à noite. Você ouve alguns sons estranhos lá embaixo na cozinha. Você sente medo. Então, pede à sua mulher que desça as escadas e vá ver o que se passa. Ela não irá ficar excitada com esta sua atitude de cobardia.

Em ambos os casos, a sua mulher sentirá o seu medo. Ela não quer que você seja um assassino mas, ela quer sentir que você tem a capacidade de enfrentar a morte, se tal se apresentar necessário. Se um maníaco insano, de repente, entrasse pela sua casa adentro para matar as suas crianças, a sua mulher não ficaria particularmente feliz se você tivesse a oportunidade de fazer algo em relação a isso mas, ao invés, dissesse algo como, “Bem, OK Sr. Maníaco, o que você quiser fazer comigo estará bem.”

A obscura energia masculina do guerreiro, aquela que conseguiria enfrentar a morte e matar caso fosse necessário, é uma parte essencial de si mesmo. A moda dos tempos actuais é suprimir ambos os lados, tanto o obscuro masculino como o obscuro feminino, e então temos uma larga população de homens amarecidos e mulheres polidas. Mas, por detrás do agradável verniz da maioria das mulheres, descansa a imperiosa deusa que cortaria a cabeça a qualquer homem medíocre da nova era. E por detrás do sorriso paciente da maioria dos homens dorme o guerreiro que arrebataria a sua mulher para dentro da sua felicidade mais do que suportar a sua interminável tagarelice em inúteis círculos emocionais.

Mas, a obscura energia masculina, nos dias actuais, foi tão profundamente suprimida que os homens comuns prefeririam pintar um sorriso na sua cara aborrecida do que penetrar a tensão da sua mulher com amor incondicional. E ele é tão cauteloso em relação à sua própria vida bem planeada de conforto e segurança como o é em relação a penetrar o seu próprio medo da morte.

Apesar de ela poder resistir a isto inicialmente, a sua mulher, se tiver uma essência sexual feminina, quererá sentir o seu destemor. Ela quer sentir a sua capacidade de enfrentar o seu fechamento, a sua raiva, e tensão, sem ter de reprimir ou minimizar a intensidade da sua força feminina. Ela quer sentir a sua persistência no amor, de maneira a que a própria fúria não faça com que lhe vire as costas. Ela quer sentir a sua capacidade de permanecer forte nos seus próprios desejos, e de arrebatá-la porque a ama, sem temer a sua energia obscura.

Ela quer sentir esta obscura capacidade masculina, não simplesmente por querer ser arrebatada mas por ser um sinal da sua capacidade global masculina de enfrentar e

conhecer a morte. A sua própria e a de outros. E é esta capacidade que o torna confiável como homem, tanto como guerreiro humano como guerreiro espiritual. O conhecimento da morte torna-o intrépido e corajoso. O conhecimento da morte liberta as amarras do seu coração e permite-lhe conhecer o amor. Este conhecimento da morte e do amor é a porta de libertação dos seus próprios medos, através do seu apego à segurança, e dentro do mistério incognoscível que descansa para além da sua pequena bolha de importância auto-protectora.

O desejo da sua mulher para o seu lado obscuro, no amor, é uma dádiva para si. Honrando o seu desejo através do cultivo do seu obscuro e destemido amor, a sua necessidade de auto-protecção irá decrescer, e cada momento ficará mais cru, mais vulnerável, e verdadeiro, liberto da sua necessidade de consolação e falsa sensação de segurança.

Mais do que sorrir para a sua presente experiência por detrás de uma cortina de segurança, minimizando a sua participação perante as constantes ameaças potenciais ao momento, você irá amorosamente render-se à sua posição e arrebatá-lo o momento, penetrando o seu núcleo, e encontrar-se a si próprio idêntico a ele. Sentir através e através é a sua única felicidade.

O assassino que a sua mulher quer é aquele que sabe que a vida é um processo de morrer através daquilo que não pode ser perdido. Apenas neste sacrifício do medo poderá o seu coração permanecer aberto. Enfrentar o potencial ladrão à noite é apenas um sinal para a sua mulher que você está disponível para perder tudo em nome do amor.

Parte V - O seu lado obscuro / 38.Ela necessita da sua consciência para combinar a sua energia!

Um homem deve ser capaz de preencher a sua mulher com consciência equivalente à sua energia. A destruidora feminina deve ser preenchida pelo destruidor masculino. A deusa da devoção deve ser preenchida pelo deus do amor totalmente invasivo. Trevas ou luz, um homem não pode estagnar em, ou evitar, nenhuma área da sua capacidade masculina ou a sua mulher irá testá-lo aí. Estas áreas de teste são habitualmente realizadas em relação ao lado obscuro. Apenas depois de a confiança estar estabelecida nessa base, apenas quando a obscura amante feminina sabe que vai ser preenchida pelo obscuro amante masculino, os testes prosseguirão a caminho da luz.

Como você provavelmente sabe, a sua mulher é capaz de ser uma bruxa, uma escrava sexual, uma Amazona, uma deusa de luz, uma mãe carinhosa, um demónio, uma amante luxuriosa, uma professora sábia, um animal selvagem, e tudo no espaço intermédio. Como regra geral, ela retornará à energia que você não consegue preencher.

Por exemplo, você fica particularmente irritado com a sua raiva, por isso ela parecerá retornar vezes sem conta à energia da raiva. Se você não for capaz de conter a raiva dela na ferocidade do seu amor, transmutando a raiva dela em paixão, ela continuará a testar a sua capacidade de fazê-lo. Qualquer das energias dela que você seja incapaz de transformar em amor através da força, clareza e humor da sua consciência, retornará para que você o enfrente, uma e outra vez.

Provavelmente ela fica frequentemente tensa e agitada. Você tem tentado falar com ela sobre isto várias vezes. Nada parece fazer qualquer diferença. Então você pára de tentar. Você aprende a tolerar a tensão dela.

Sem uma escolha consciente de ficar tensa, ela continuará a testá-lo. Até que a sua consciência seja capaz de englobá-la além da sua tensão, você será testado. Um homem inferior poderá decidir, “Bem, ela terá de lidar com isso por si mesma.” Mas ela não estaria numa relação consigo se ela quisesse lidar com isso por si mesma. Ela quer o seu poder conscientivo – claro, forte e livre – tanto quanto você quer a sua radiância. Se você não penetra os humores dela, ela não consegue sentir a sua consciência livre. Em vez disso, ela sente-o torcer as mãos, impotente em face da sua energia.

O segredo é corresponder à energia dela com poder conscientivo demonstrado através do seu corpo. Se ela estiver a gritar e a partir louça, então o seu corpo deve ir de encontro à energia dela. O seu destemor e força amorosa deve manifestar-se através do seu corpo. Se você estiver a vacilar, se a sua voz estiver fraca e você estiver a dizer que a ama, ela não acreditará em si. Se você for até ela, envolvê-la com os seus braços, e rir afectuosamente no humor do momento, ela irá sentir a sua liberdade, se ela for real. Ela senti-lo-á porque tal é comunicado através do seu corpo.

O seu corpo, tom de voz e olhar significam muito mais para ela do que qualquer coisa que você possa dizer. Não lhe diga o que fazer, mas faça-o com ela, com o seu corpo. Se ela estiver tensa e fechada, levante os braços dela para cima da sua cabeça e beije o seu coração. Não se limite a dizer-lhe que se abra. Na verdade, abra-a, fisicamente, com a abertura do seu próprio corpo.

O mesmo se aplica à felicidade dela; você precisa de corresponder-lhe fisicamente. Se ela se encontrar nos cumes extáticos da rendição devocional ao divino amor, então a sua consciência deverá estar livre. O seu corpo deverá encontrar-se com o dela num estado de profundo relaxamento, poder e confiança. A sua capacidade de rendição através dos seus próprios medos e libertar a sua noção de eu separado na divina comunhão deve ser tão forte como a rendição dela no amor. E você deverá mostrá-lo através do seu corpo, não apenas com palavras.

Se a sua rendição na comunhão não for tão forte como a dela, ela retornará ao local do seu medo limitador, o seu ponto fraco e testá-lo aí. Se você colapsar ou reagir com desamor quando ela põe em causa a sua habilidade financeira, ela continuará a fazê-lo. Se você se sente enfraquecido quando ela questiona a sua habilidade sexual, ela continuará a fazê-lo, de forma explícita ou implícita.

Ela nunca confiará nas suas capacidades masculinas “luminosas” até que você tenha dado provas das suas qualidades masculinas “obscuras”. A sua mulher tem um conhecimento intuitivo no que concerne ao seu nível de consciência. Ela sabe que se você não for suficientemente livre para corresponder à sua energia destrutiva obscura e arrebatá-la em amor, você não será livre para ir de encontro aos obscuros destruidores do mundo – que irão desafiar a sua liberdade espiritual – com força e amor.

Você não precisa de se preocupar em agradá-la. Não é esse o ponto. Ela está a oferecer-lhe uma dádiva. Ela está a presenteá-lo com uma energia na forma do seu humor e emoção, a oferecer-lhe uma oportunidade de aprender a dominar esta energia com o seu

amor destemido. Qualquer que seja a energia que ela lhe ofereça, poderá estar certo de que o mundo irá oferecer-lha também. Se alguma vez tentou aumentar os seus ganhos, ou magnificar a sua clareza espiritual, você sabe bem que o mundo irá testá-lo. Apenas através da sua experiência, destemor e serviço amoroso faz com que o mundo responda aos seus esforços.

E o mesmo é aplicável à sua mulher. Você não está a tentar agradar-lhe. Você está a aprender a pervadir o mundo, incluindo ela, com poder conscientivo e amor. E é para isso que você aqui está.

O mundo irá testá-lo com energias negras, selvagens e resistivas, financeiramente e espiritualmente, por exemplo, da mesma forma que a sua mulher o testa espiritualmente. Se você esconde as suas mais profundas dádivas dela, por medo, você irá, da mesma forma, esconder do mundo as suas mais profundas dádivas, por medo. Se você desistir até a certo ponto com ela, você também irá apenas até certo ponto na oferta das suas dádivas ao mundo.

A sua mulher conhece as suas fraquezas melhor do que ninguém. Ela sabe onde você irá falhar e desistir. Ela conhece o nível de mediocridade com que você irá contentar-se. E, ela sabe qual a sua verdadeira capacidade como homem completo, um homem de livre consciência e amor. A sua dádiva, se ela for uma boa mulher, é testá-lo com os seus humores mais obscuros, sempre e sempre e sempre, até que o seu nível de consciência se torne imperturbável pelos desafios femininos, e você seja capaz de invadi-la com o seu amor, da mesma forma que é capaz de invadir o mundo. Em resposta à sua consciência destemida, ela inundará o seu mundo de amor e luz.

Parte VI - A atratividade feminina / 39.O feminino é abundante!

Nunca existe escassez de mulheres ou de energia feminina. Se um homem sente que não existem mulheres suficientes, ou que a vida não está a dar-lhe o que ele quer, ele está simplesmente em negação da sua relação com o feminino. Este senso de privação – “a vida não me está a sustentar” ou “não existem mulheres de qualidade”, é habitualmente programado na relação da sua primeira infância com a sua mãe. A vida em si é o feminino. Nunca existe escassez de energia feminina, apenas uma resistência em recebê-la, confiar nela e integrá-la.

Na verdade, você necessita rejeitar a energia feminina de modo a poder sentir-se cansado, seco e esfomeado por uma mulher. Você está imerso num oceano de energia feminina aqui e agora. A energia feminina preenche o seu corpo com vida, batendo o seu coração e respirando os seus pulmões. Existem mulheres a toda a sua volta, com a iniciação própria na rendição mútua no amor, que poderiam alimentar toda e cada uma das células do seu corpo com energia feminina viva, sumarenta e rejuvenescedora. Se você se sente abandonado na sua própria ilha masculina de fome e cansaço, é porque você mesmo recusa abraçar as mulheres e a energia feminina que existe à sua volta.

Sempre que se sentir isolado e cansado, sinta este momento presente tal como se fosse uma mulher. Sinta como se estivesse a abraçar uma mulher fisicamente. Sinta como se a frente do seu corpo estivesse pressionado contra uma mulher nua, sendo preenchido com o deleite da sua suavidade e vivacidade femininas. Sinta as suas mamas e barriga contra si. Inale profundamente tal como se estivesse a inalar a sua fragrância intoxicante. E, enquanto inala, receba profundamente dentro do seu corpo, não apenas o

seu perfume mas a sua tremendamente deliciosa essência feminina, como se de comida nutritiva se tratasse para a sua alma masculina.

Relaxe o seu corpo e sinta o oceano de energia feminina à sua volta. Sinta os seus rodeios como a sua forma, os sons à sua volta como os seus risos e gemidos, e as luzes à sua volta como o seu sorriso. Relaxe verdadeiramente com este momento como relaxaria com a sua amante, não metaforicamente mas literalmente, fisicamente, com plena intenção e presença.

Faça o mesmo na companhia de mulheres humanas. Sinta-as não somente como amigas, colegas de trabalho, irmãs, mas como bênçãos andantes de energia. Receba a raiva delas como um rasgo de energia despertadora. Receba a sua sensualidade como uma bênção de rejuvenescimento. Receba a sua felicidade, mesmo encontrando-se deprimido, como um duche luminoso de refrescamento. Abra a sua respiração e corpo e receba totalmente cada fragrância única da energia feminina de uma mulher, de modo a que os seus dias se tornem autênticos festivais de plenitude.

Não necessita mostrar às mulheres que vai encontrando ao longo do dia que está a fazer algo de muito especial. Continue a lidar com elas da maneira que mais lhe parecer apropriada em cada situação. Mas, através de tudo isso, relaxe e aprecie a rejuvenescedora energia feminina que o rodeia, tanto na forma de mulheres humanas como na forma do momento, em conjunto.

Parte VI - A atractividade feminina / 40. Permita a magia das mulheres mais velhas!

Os homens deveriam apoiar as mulheres mais velhas, na sua sabedoria, poder e capacidades intuitivas e curativas. Os homens não deveriam degradar as mulheres mais velhas, exigindo ou desejando que fossem como as mulheres mais novas. Não deveria haver comparação. Cada idade feminina tem o seu próprio valor, e a transição do brilho superficial para a radiância profunda é inevitável.

Por múltiplas razões, desde biológicas a yóguicas, é provável que se sinta sexualmente atraído por mulheres jovens do que por mulheres mais velhas. Andando pelas praias ou ruas, é mais provável que a sua cabeça se vire para trás para olhar para uma mulher de 20 anos do que para uma de 60. Isto é perfeitamente natural.

Mas, existe mais na energia feminina do que isso. A atractividade sexual juvenil é apenas um aspecto de uma mais profunda e mais fundamental qualidade da energia feminina: radiância. A radiância feminina não se resume apenas ao rubor da sua face ou ao brilho da sua pele mas, também, o brilho da força da vida em si mesma. A verdadeira radiância de uma mulher revela o grau em que ela se encontra aberta, confiante, conectada e amorosa. A sua capacidade de amar, por outro lado, permite que o corpo dela seja movido pelo próprio poder da força da vida. Aqui mesmo reside a verdadeira natureza do poder e radiância femininos, muito para além da simples atractividade sexual de uma jovem e inocente mulher.

Quando uma mulher é jovem, mais facilmente o seu corpo conduz a força da vida, e então ela parece, em geral, mais radiante do que mulheres mais velhas. Mas, entre as mulheres jovens, há aquelas que apenas são bonitas no exterior e aquelas cuja beleza provém das suas profundezas. À medida que uma mulher envelhece, a sua pele perde a

capacidade para conduzir a força da vida. O que parece óbvio na sua radiância feminina é primariamente a sua beleza vinda do fundo.

De facto, é esta beleza profunda que você considera mais atractiva, mesmo em mulheres jovens. Existe uma diferença entre a resposta de tarado bajulador que você dá a uma bela mulher do que o assombro de coração aberto e bem-estar despretenso que sente na companhia de uma mulher que se move, respira e brilha de radiante energia feminina como uma deusa. Quando olha nos olhos de uma mulher deste tipo você sente uma quase cortante profundidade de compaixão, amor e mistério. Esta beleza feminina profunda ou radiância, não necessita de diminuir com a idade. Na verdade, ela pode ser magnificada, aprofundada e glorificada.

Se você estiver desconectado do seu núcleo masculino profundo de propósito e consciência, então estará também desconectado das profundezas de uma mulher. Você apenas irá ver a beleza da pele, e será atraído pelo disparo superficial de radiância de uma mulher, que frequentemente desaparece com o passar dos anos. Você irá inadvertidamente desonrar a verdade e as formas profundas da radiância feminina e contribuir para o culto social da juventude, em que as mulheres tentam aparentar e comportar-se como mulheres jovens – e mais superficiais – do que realmente são, negando o poder e radiância proveniente das suas profundezas.

A natural atractividade sexual de uma jovem mulher, sempre irá dar-lhe energia. Você não necessita nunca de negar isso. Mas a imponente beleza e a naturalidade radiante de uma mulher profunda pode parar a sua mente, ampliar o seu coração, e suspender o seu corpo no mistério da graça feminina, tudo num instante, com um simples olhar ou toque, independentemente da idade do seu corpo. E em relação com uma tal mulher, não existem limites para o êxtase que possa ressoar através da vossa união. Amor e radiância feminina incondicional e atractividade física e sensual temporários são ambos bênçãos; você precisa de decidir, momento a momento, e ano a ano, que qualidades irá invocar e venerar com a sua atenção, apreciação, e união.

À medida que uma mulher envelhece com sabedoria, o seu “peso psicológico” aumenta. Ela torna-se uma mulher “maior”, capaz de influenciar o seu círculo social com uma magia mais forte do que uma mulher menos desenvolvida. Ela consegue ler os sinais da natureza com grande precisão, bem como as oscilações nos eventos com uma reinação quase chocante. Um homem superior honra e aprecia este tipo de magia, e sabe que tal complementa o seu estilo masculino de realização.

Uma mulher mais velha irá também aturar menos as suas tretas do que uma mulher mais jovem. Apesar de esta ser uma das razões para preferir mulheres mais jovens, você precisa escolher a sua prioridade. Se se encontra atraído por mulheres mais jovens, esteja atento à possibilidade de estar a tentar encontrar um caminho mais fácil com uma mulher que o deixará mais à vontade para prevaricar. Se o seu propósito for o de tornar-se ainda mais livre das suas auto-sabotagens, então uma mulher espiritualmente mais madura – que não lhe permitirá patinar nos seus hábitos confinados de segurança e distração – poderá ser uma excelente aliada na sua jornada.

Parte VI - A atractividade feminina / 41. Transforme a sua luxúria em dádivas!

Quando um homem vê uma mulher bonita, é natural para ele sentir energia no seu corpo, que ele usualmente interpreta como desejo sexual. Mais do que desperdiçar a sua energia em fantasias mentais, um homem deveria aprender a fazer circular a sua energia refinada. Ele deveria respirar profundamente, fazendo a energia circular por todo o seu corpo. Ele deveria ser capaz de tratar a sua energia refinada como uma dádiva, que poderia curar e rejuvenescer o seu corpo e, através do seu serviço, curar o mundo. Através destes meios, o seu desejo é convertido em grandeza de coração. A sua luxúria é convertida em serviço. O seu desejo não é convertido através da negação da atracção sexual mas, apreciando-a totalmente, circulando-a através do seu corpo (sem deixar que estagne através de fantasias mentais) e devolvendo-a ao mundo, a partir do coração.

Se você for como a maioria dos homens, a sua energia sexual tende a ir para um de dois lados: ou a sua cabeça se torna estimulada pela sua fantasia de estar com uma mulher que lhe dá a volta à cabeça ou os seus genitais ficam estimulados numa necessidade luxuriosa. No entanto, a sua cabeça e genitais são apenas os pólos norte e sul de todo o seu corpo. Um homem superior faz circular a energia da atracção sexual por todo o seu corpo, tomando o particular cuidado de não a deixar estagnar em fantasias inchadas ou lucubrações.

O propósito do desejo sexual é a criação. A reprodução é apenas o aspecto biológico da criação. Como um homem você terá, provavelmente, muito mais a dar ao mundo do que as suas crianças. Assim como as mulheres bonitas inspiram a procriação biológica, inspiram também a criatividade artística, social e espiritual. Quando chega a esse ponto, a maioria dos homens criativos admitirão que, de uma forma ou de outra, as mulheres são as suas musas e inspiração. As mulheres trazem-nos ao mundo. As mulheres movem-nos para criar e servir a humanidade. De facto, alguns homens iriam ao ponto de dizer que, se não fossem as mulheres, eles não estariam minimamente interessados no mundo.

Provavelmente, se você for um homem, já se encontrou em determinada altura inspirado por alguma mulher. Tal inspiração é usualmente temporária, uma vez que a maioria dos homens não sabe como cultivar a sua relação com o feminino. Eles tendem a ser inspirados e depois desperdiçarem essa inspiração, através de espasmos de pensamento e ejaculação. Então, eles procuram novamente por essa inspiração, através de mais mulheres ou através de outras fontes femininas, como álcool, drogas ou natureza.

Mas, se conseguir disciplinar os seus hábitos de construção e libertação da mente e da tensão sexual, poderá cultivar continuamente a sua inspiração e magnificá-la. Você poderá desmamar-se dos ciclos adictivos de sexualidade e intoxicação. Você poderá fazer uso da força primitiva do desejo sexual, para a sua mulher e para outras mulheres, e converter a sua tendência para a fantasia e luxúria na força da inspiração.

Sinta a luxúria. Sinta o que ela realmente é em toda a sua totalidade. A sua luxúria revela o seu real desejo de unir-se ao feminino, de o penetrar tão profundamente quanto possível, de receber a sua deliciosa luz como comida radiante para a sua alma masculina, e oferecer-lhe a sua integridade, perdendo-se na dádiva, de tal modo que ambos se libertam além de vós próprios na explosão das suas dádivas.

Esta explosão de dádiva poderia ser a base da sua vida, não apenas um momento de libertação sexual. Quando você sente desejo sexual ou luxúria por alguma mulher, respire profundamente e permita que o sentimento desse desejo se magnifique. E permita que se magnifique ainda mais. Não permita que a energia se aloje na sua cabeça

ou nos seus genitais, mas circule-a por todo o seu corpo. Usando a sua respiração como o elemento de circulação, banhe toda a célula com a energia estimulada. Inale-a para dentro do coração e depois sinta-a sair do seu coração, sentindo o mundo como se fosse a sua amante. Com uma exalação, mova-se para dentro do mundo e penetre-o, com potência e espontaneidade, abrindo-o em amor. Através destes meios, permita que a sensualidade das mulheres o ajude a descobrir e a oferecer as suas dádivas, mais do que lançá-lo em ciclos de estimulação e extravasamento.

Parte VI - A atractividade feminina / 42. Nunca permita que o seu desejo seja suprimido ou despolarizado!

Quando um homem nega o seu desejo pelo feminino, ou por escolha ou por familiaridade, isso é um sinal da sua despolarização, mesmo em direcção ao mundo. Ele poderá procurar uma amante para se revigorar, mas isto é apenas uma solução temporária e complicada, uma vez que é apenas uma questão de tempo até que a sua amante se torne familiar e entediante. Qualquer mulher em relação à qual um homem se torne despolarizado irá sentir a sua rejeição, desgosto e falta de desejo. Em resposta, ela tornar-se-á agressiva e destrutiva. A sua energia “desmaridada”, começará a mover-se caoticamente, tornando-se mesmo auto-destrutiva. Um homem não tem desculpa; ele deve cultivar uma relação polarizada com a sua mulher e com o seu mundo, se quiser manter-se em relação com eles.

Você tem uma escolha. Você poderia escolher oferecer a sua dádiva como um celibatário renunciador, vivendo apenas com o mínimo compromisso com o mundo e as mulheres. Ou, poderia escolher comprometer-se totalmente com o mundo e as mulheres, e então manter um certo grau de polarização ou atracção mútua com eles. Doutro modo começará a rejeitar, resistir e ressentir-se com o mundo e com as mulheres, minando a sua capacidade de oferecer a sua dádiva.

Provavelmente já terá visto a cara da sua mulher quando chegou aquele ponto de elevá-la, em vez de ceder-lhe. Ela começa a parecer cansada e desgastada. A sua longa face denota um coração e um corpo não arrebatados pela força e clareza do seu amor masculino. Ela nunca parece estar realmente feliz.

Eventualmente, o seu ressentimento volta-se para dentro, e sintomas de doença começam a aparecer no seu corpo. A sua pele parece murchar antes dos seus olhos. Você desgosta do cheiro dela. À medida que cresce a sua frustração e negatividade, você sente-se menos atraído por ela, o que, claramente, irá privá-la mesmo de uma normal afeição humana. Quando as coisas se tornam verdadeiramente más, ela parece tão feia e negra que você se sente repelido e a sua completa retirada deixa-a estéril na sua essência. Poderão permanecer juntos porque se amam, mas ambos estão totalmente despolarizados, mais desgostosos do que encantados um com o outro.

Nestas alturas, provavelmente, também começa a sentir a mesma falta de interesse em relação ao mundo. Com o tempo, poderá também começar a perder interesse pelos seus projectos e carreira. Poderá considerar a hipótese de mudar de emprego ou de encontrar uma outra mulher. Parece que a novidade, em si mesma e fora de si, será mais excitante e atractiva do que a sua desgastada mulher e a sua obsoleta carreira.

E você está certo. Uma nova carreira e uma nova mulher irão animá-lo e excitá-lo. E é exactamente isto que um homem medíocre faria. Ele fica com uma mulher e com um projecto enquanto estes o entusiasmarem e interessarem. Quando a excitação parece

desaparecer ele move-se para outra e para outra fonte expectável de polaridade e excitação.

Não é o tempo que mata o deleite mas sim a familiarização, a neutralização e a falta de propósito. Outro homem poderá achar que a sua mulher é um pedaço, enquanto a si lhe parece que ela se trata de autêntico sapato velho. Pode não ser a sua mulher a estar gasta mas sim a sua capacidade de sentir verdadeiro desejo. Você poderá sentir que não tem nada a ver com ela. Mas a sua falta de desejo é apenas isso: falta de desejo. Você passou tanto tempo com a sua mulher e ela consigo que, simplesmente, se apagaram um ao outro, como dois imanes que se desmagnetizaram mutuamente. Familiaridade respira despolarização e despolarização respira desprezo entre amantes.

De cada vez que você trata a sua mulher, simplesmente como uma babysitter ou como uma companheira, estará a neutralizar a mesma diferença sexual que secretamente iriam atraí-lo para a sua babysitter ou companheira de negócios. Ao longo do tempo você começa verdadeiramente a comportar-se de uma forma mais sexualmente neutra com a sua mulher do que com outras mulheres com quem se cruza ao longo de todo o dia.

É provável que a sua mulher seja mais sensível à energia sexual do que você. Ela irá, provavelmente sentir os efeitos desta despolarização sexual antes que você. E quando isso acontecer, a sua primeira reacção será a de sentir-se rejeitada. Não de uma forma muito drástica, mas pequena, constante e crescente que irá minar a sua radiância feminina. Mesmo quando ela brilhar, você irá tratá-la de uma forma mais sexualmente neutra do que a mulher bonita que viu no autocarro. Ela sentir-se-á ferida e tornar-se-á obscurecida, e você sentirá ainda menos atracção por ela.

Apesar de ambos estarem a jogar este jogo da espiral descendente de despolarização obscurecedora, você não deve culpá-la. Um Homem Superior assume sempre uma completa responsabilidade, sabendo que, em última análise, ele não tem absolutamente nenhum controlo e que tudo está fora das suas mãos. Ele actua com impecável coragem e persistência, esperando nada além do sentimento inerente de plenitude que ele aprecia na mais completa oferta das suas dádivas.

Quando a sua mulher lhe estiver a parecer gasta, obscura ou cada vez mais feia, assuma que ela é uma deusa a necessitar da sua divina invasão de coração e corpo. Aperceba-se do seu incipiente sentimento de desgosto em relação ao seu humor obscuro e assuma uma total responsabilidade pela sua transformação. Você sabe muito bem o quanto poderia chegar a comprometer-se, por exemplo, para terminar um projecto no seu trabalho. Trate o humor dela com a mesma ferocidade de intentos. O humor dela é o seu desafio.

Poderá invadir o corpo dela e coração com tanto amor e humor que ela ria, relaxe, e brilhe, a despeito de si própria? Poderá fazer renascer a harmonia dentro dela tratando-a com o mesmo ardor e toque sexualmente fecundante e contemplação como faria com a sua amante?

Você não quererá fazê-lo, isso é certo. Quando você está despolarizado com a sua mulher, a última coisa que quererá fazer será segurar essa batata quente. E, claro, é exactamente o que faz um Homem Superior, com a sua mulher e com o seu mundo. Ele sabe que quando as coisas se tornam monótonas é da sua própria responsabilidade. Ele

sabe que apenas se sente totalmente feliz quando oferece a sua dádiva, totalmente e até à sua última gota. Ele sabe que a despolarização é um sinal de que cessou de se dar totalmente a si mesmo, e então que o mundo e a sua mulher deixaram de responder-lhe em plenitude.

Por vezes, você terá mesmo de mover-se, para outra mulher, ou para outro trabalho. E está correcto: se isso for um verdadeiro movimento de crescimento: claro fortalecedor e um aspecto em movimento da oferta da sua dádiva. Mas, mais frequentemente do que não, o seu primeiro impulso para mudar deriva de ter desistido de invadir o momento com a sua mais plena capacidade de dar, e em vez de entediar entretanto, desenrascando-se mais do que criando.

Poderá passar décadas arrastando-se num trabalho, antes de se aperceber que desperdiçou grande parte da sua vida. Mas apenas poucos minutos a arrastar-se com a sua mulher, ela irá demonstrar-lhe a sua dor. A sua face mostrar-lho-á. O seu tom de voz revelar-lho-á. A sua aparente fealdade reflectirá o colapso da sua essência radiante, em resposta à ambiguidade do seu desejo. O humor obscuro dela é tão feio e repulsivo para si como a sua ambiguidade é para ela.

Leva apenas um momento de corresponder a um desafio real para trazer um homem de volta ao seu real propósito, uma emergência ou ameaça que exija o seu melhor. E apenas leva um momento de elogio ou profunda apreciação para reevocar a radiância da sua mulher. Isso pode acontecer à sua mulher na loja de roupas ou no Spa, quando um homem assinala a sua apreciação por ela. Ou poderá acontecer na mesa da cozinha consigo.

Mais do que decidir afastar-se por ser demasiado fraco para superar a sua auto-neutralizada falta de desejo, procure assumir o desafio de manifestar amor no seu aborrecido mundo e na sua aborrecida mulher. Use o seu corpo e mente para transmutar a obscuridade da sua mulher em amor. Mesmo que ela tenha olhos amarelos e presas, ela ainda adora dançar. Depende da sua liberdade e força transmissora se ela suga a sua energia, morde a sua cabeça ou se rende a si em paixão destemida.

Parte VI - A atractividade feminina / 43. Use a atractividade dela como um tiro através da aparência!

Uma boa mulher é uma fonte de atracção e inspiração no mundo, para um homem. Ele nunca deverá esquecer, contudo, que nem o mundo nem a sua mulher são o propósito da sua existência. A sua prática é sempre a de sentir através das mulheres e do mundo, sem supressão ou desdém, dentro da sua fonte ou da natureza. A atracção de um homem por mulheres deve ser convertida de atracção por mulheres para atracção através das mulheres. Ele deve sentir o seu desejo sem supressão, e depois sentir através do seu desejo, dentro da fonte-energia do desejo. Ele deve sentir através da sua beleza, dentro do enorme deleite que é a sua beleza, porém uma ondulação e recordação. A sua total relação com a aparência é epitomizada na sua relação com as mulheres, tanto como obsessão, distracção ou revelação.

Na sua adoração pelas mulheres nunca esqueça que elas morrem. Na sua apreciação do prazer e deleite, nunca esqueça que as suas sensações e sentimentos se esvaem e que nunca são suficientes. As mulheres podem atraí-lo, curá-lo e inspirá-lo a oferecer as suas dádivas, mas nunca poderão satisfazê-lo totalmente. Nunca. E você sabe disso.

É por isso que as mulheres são tão frustrantes para si. A promessa delas atrai-o, de uma maneira ou de outra, talvez muitas vezes ao dia. E ainda, ao longo da sua vida, você aprendeu e continuará a aprender que elas não poderão cumprir o que prometem. A plenitude que se assemelha a uma mulher está, na verdade, indisponível na sua forma.

O jogo do seu corpo querendo o corpo dela é a mais óbvia miragem de preenchimento. Se alguma vez conquistou a mulher que queria, você sabe que nunca é tão bom quanto você pensava, pelo menos não por muito tempo. E ainda assim você continua a sentir-se atraído, sempre e sempre e sempre, pela mesma mulher ou por diferentes mulheres. É tudo a mesma coisa. Você é desiludido pela miragem do seu próprio desejo. Você decepciona-se com a sua própria excitação. As mulheres não são para culpar. Elas são para ser acarinhadas.

E sentidas. Sentir uma mulher e ser meramente atormentado pelo desejo pela sua forma, é estúpido. Bois e moscas são atormentados por formas femininas e desejo. É um interminável estúpido círculo de miragem, desejo, e necessidade. E ainda, muita da sua vida é dirigida a olhar para, pensar em, e desejando mulheres, e isso não é simplesmente algo que possa simplesmente ser sacudido. Mas algo através do qual se pode sentir.

Tal como um gatilho, o momento do seu desejo pode ser usado para devolvê-lo à fonte que as mulheres apenas prometem.

As mulheres são o ponto máximo da aparência, de toda a aparência, de tudo à sua volta, potencial e verdadeiro. E, tal como as mulheres, toda a aparência parece prometer-lhe algo que você quer. Você quer sucesso do seu trabalho. Você quer amor da sua mulher. Você quer prazer do seu corpo. Você quer obediência do seu cão. Quando não consegue o que quer – quando perde dinheiro, a sua mulher o detesta, o seu corpo tem dores e o seu cão lhe morde – você fica infeliz.

Quando consegue o que quer, você fica menos infeliz.

Você está o mínimo infeliz possível quando se liberta da necessidade de obter seja o que for que faça parte do mundo aparente. Apenas conduzindo o seu carro, sem nada desejar, apenas observando as árvores que passam, pode ser uma epifania de perfeição. Sono profundo, orgasmo, um dia de pesca, olhar nos olhos de uma criança, estas ocasiões podem relaxá-lo a partir da sua fonte o suficiente para compreender que você já tem o que procura, que aquilo que as aparências prometem é uma revelação da sua própria profundidade e natureza inerentemente feliz.

Você é aquilo que procura, mas perdeu a sua própria profundidade e está a procurá-la em qualquer outro lado. O stress de não o encontrar gera a sua própria necessidade de libertação. E o círculo continua. Você persegue a sua própria cauda e muitas das vezes essa cauda parece-se suspeitosamente com uma mulher.

Mas você não tem de parar de perseguir. Apesar disso persiga. Permita-se a si mesmo sentir o quanto a deseja. Sinta o quão profunda é a comichão que quer ver coçada. Sinta a necessidade que o conduz, pela maior parte da sua vida adulta, de ansiar por uma mulher, em carne ou em fantasia. E descubra o que é isso que você realmente quer. Você teve tetas. Você teve vaginas. Você teve carinho. Você teve paixão animal. E nada disso durou. E não foi assim tão bom, nem durou muito. A sua necessidade é de longe

mais profunda do que aquela que uma mulher lhe pode providenciar. Então, o que é isso?

O seu mais profundo desejo é pela união da sua consciência com a luz do seu Ser, onde toda a aparência é reconhecida como a sua profundidade, felicidade natural, e há apenas Um. O seu desejo por união com uma mulher é uma versão mais densa da sua derradeira necessidade espiritual.

Você pode utilizar o seu desejo, como uma porta para a unidade espiritual. Magnifique o seu desejo até às bordas da maldade. Sustenha-o com respiração profunda, corpo relaxado e coração aberto. Abrace a sua mulher, se tiver uma e ofereça-lhe o quer dela. Dê-lhe tudo o que tem. Liberte tudo para ela. Dê-lhe tanto daquilo que você quer receber dela, que não consiga distinguir quem é quem, o perseguidor tornou-se a cauda, e todo o movimento pára na intensidade da auto-libertação. Há apenas Um.

A forte luz da sua consciência brilha como o mundo, e olha para trás para si, parecendo-se com uma mulher. Ela aparenta muitas vezes o que você mais teme e deseja. Ela é a deusa, pronta a fornicá-lo, a assassiná-lo e a iluminá-lo. A aparência dela e o seu desejo podem ser um interminável drama de necessidades, ou podem fundir-se, tornando-se uma porta aberta para a sua divina fonte.

Num momento de atracção, permita ao seu desejo senti-la, mas não pare por aí. Sinta através dela. Faça isto constantemente. Sinta através do corpo dela quando estiver a fazer amor com ela. Sinta através da raiva dela quando ela estiver a praguejar consigo. Sinta através da sua obscuridade quando ela lhe parecer feia. Sinta através da sua beleza quando ela mais o atrair. Sentindo através de todas as suas formas, o Homem Superior não fica distraído nem obcecado. Mais do que isso, a sua atenção sente através da miragem do outro e ele é libertado da necessidade na revelação da unidade.

O desejo pode ser uma porta para a profunda unidade. A unidade sexual é um fractal ou uma oitava inferior da reflexão de uma testemunha sempre presente de consciência com a sua inerente luminosidade. O Homem Superior abraça a sua mulher, bem como à sua própria forma. A revelação de uma profunda unidade no amor.

As mulheres parecem devolvê-lo à sua verdadeira natureza. Ou parecem afastá-lo dela. Cada momento de aparência e de mulher podem ser uma distracção, uma obsessão ou uma revelação. Aperceba-se das distracções – mamas, cús, riqueza e fama – e pratique a revelação da unidade, sentindo através das obsessões. Pratique-o com a sua mulher, na realidade. Enlace-a e depois enlace-se através dela, numa profundidade que apenas aparentava ter sido uma outra.

Parte VII - Práticas corporais / 44. A ejaculação deveria ser convertida ou escolhida conscientemente!

Existem muitas razões físicas e espirituais pelas quais a ejaculação deveria ser convertida em orgasmos não-ejaculatórios, por todo o corpo, cérebro e coração. Mas existem também razões relacionais. Quando um homem não tem controlo sobre a sua ejaculação, ele não pode preencher a sua mulher sexualmente ou emocionalmente. Ela sabe que pode descarregá-lo, enfraquecê-lo, esvaziá-lo da sua força vital. Ela venceu. Quando um homem ejacula facilmente, ele cria uma desconfiança crescente na sua mulher. A um nível subtil, ela sabe que não pode confiar nele. Ela e o mundo podem descarregá-lo e despolarizá-lo

facilmente. Esta desconfiança sutil irá minar a relação. Ela não somente irá duvidar dele mas, na verdade, irá agir de modo a minar as suas ações no mundo. Minando-o ela demonstra e testa a sua fraqueza mas também espera que, através destes testes, ele possa aprender a permanecer preenchido.

Você não estará disponível para reter a ejaculação até que tenha experienciado os maiores prazeres que descansam por trás dela. Entretanto, tome nota de como se sente nos minutos e dias após a ejaculação. Se tem vindo a acumular demasiada tensão na sua vida diária, a ejaculação irá proporcionar-lhe um relaxamento e tensão temporários. Mas à medida que vive a sua vida com mais e mais verdadeiro propósito, não acumulará tanta tensão durante o dia. Então, descobrirá que a ejaculação, em grande parte, e na verdade, descarrega-o e enfraquece-o.

Sabe maravilhosamente por pequenos momentos, mas o preço que paga pela descarga genital da ejaculação, está num nível muito mais elevado de mediocridade na sua própria vida diária. Irá descobrir que não tem o gosto extra necessário para viver a sua vida com elevado nível de excelência. Excesso de ejaculações, abrem caminho para se viver uma boa vida, mas não uma grande vida.

De um modo subtil, excessivas ejaculações, diminuirão a sua coragem para assumir riscos, profissional e espiritualmente. Você conformar-se-á em fazer o suficiente, em estar confortável, mas descobrirá que prefere mais estar a ver TV do que a escrever o seu livro, meditar, ou fazer aquele telefonema importante. Você terá motivação suficiente para viver uma vida decente, mas as ejaculações sugam-no desde o âmago da sua força vital, que é necessária para penetrar a sua própria parede de letargia, e avançar através das obstruções que surgem no mundo. A sua dádiva permanecerá largamente infertada.

A sua mulher pode sentir tudo isto. Ela pode sentir-se altamente excitada por fazê-lo ejacular. Isso poderá agradá-la no curto-prazo. Ela poderá até dizer que se sente sexualmente insatisfeita se você não ejacular. Mas existe também uma parte mais profunda nela que nunca foi sexualmente preenchida por si, devido à sua tendência para ejacular frequentemente e prematuramente.

Grande parte das mulheres pode experienciar múltiplos orgasmos, e cada vez mais profundos orgasmos. E ainda mais importante, a maioria das mulheres possui uma forte conexão entre os seus genitais e o seu coração. Quando você ejacula e perde a sua erecção, estará provavelmente a privar a sua mulher da mais plena capacidade do seu coração de recepção e expressão, que é invocada por longas horas de amor relaxado por parte da sua destemida e descontraída penetração genital.

Não é simplesmente a sua penetração genital que a toca profundamente, no entanto. A principal penetração que ela sente é a sua rendição dentro dela, através dela, em amor. É a totalidade da sua presença, a verdadeira invasão do corpo dela pela sua consciência, que mais a arrebatada.

Enfrente isso. Se for como a maioria dos homens, após uma ejaculação ou duas, você não quer, na realidade, penetrá-la ou arrebatá-la mais. Você fica satisfeito por relaxar no vazio da tensão libertada. Você não sente muito desejo por penetrar a sua mulher, corporalmente ou emocionalmente, como tinha antes de ter ejaculado.

A sua mulher sente a sua falta de desejo. E ela também intui, talvez subconscientemente, que a sua falta de desejo também se aplica em relação ao mundo. Se ela pode sugá-lo, também o mundo. Se ela espera pelas suas mais profundas dádivas, enquanto você permanece frouxamente deitado na cama da falta de desejo, o mesmo se aplica ao mundo. Ela sente que você sucumbiu a ela, que você permitiu que prazeres temporários diminuíssem a sua capacidade para estar plenamente consciente. Ela sabe que você irá sucumbir ao mundo da mesma maneira.

Uma parte da sua mulher está feliz por tê-lo feito vir-se. Ela está feliz por você estar relaxado e a apreciar o momento. Uma outra parte dela está desapontada por você se ter permitido a si mesmo escolher um espasmo temporário e agradável, em vez do interminável arrebatamento dela e do mundo.

Por vezes, ela nem sequer quer saber o que está a perder. Se ela nunca esteve com um homem que tenha a capacidade para plena consciência durante o sexo, sem ceder ao reflexo mecânico da ejaculação, então ela nem sequer conhece a extensão da sua capacidade. Ela nem sequer se apercebe do amor extático sexual e profundo que pode ser. Ela nunca foi completamente dissolvida no amor. Rendida para além da sua conhecida clausura. Arrebatada através e através até não haver nada para arrebatá-la. Apenas abertura, amor, radiância e vivacidade, em todas as direcções.

Algumas mulheres, devido à sua necessidade de resguardarem e protegerem o seu coração ferido, prefeririam que você ejaculasse. Dessa forma, elas nunca teriam de abrir-se completamente, ou expor as profundidades dela ao seu toque. Elas sabem que após algum sexo oral e uma meia hora de intercurso, você ejaculará e a coisa terminará. Elas não querem sentir que você persiste para além da sua habitual clausura. Elas prefeririam ficar no controlo e levá-lo a ejacular sempre que quisessem.

É precisamente este tipo de mulher que mais beneficiaria com a sua não diminuída capacidade de levá-las além de toda a sua clausura. E, é precisamente com este tipo de mulher que você poderá cultivar a sua capacidade de persistir na dádiva do seu amor. O mundo irá constantemente testar a sua capacidade de oferecer a sua dádiva face à recusa. Uma mulher que recuse o seu amor é simplesmente uma manifestação deste aspecto do mundo.

Bem no fundo, a sua mulher quer apenas amor, tal como você. A sua recusa é uma forma do seu medo. Ela pode ter feridas de infância que tem medo de sentir. Ela pode ter sido magoada na idade adulta, e teme ser magoada novamente caso decida abrir-se. Mas, no momento presente, toda a resistência emocional vai dar no mesmo: uma recusa ao amor.

A sua dádiva sexual masculina é animar, chocar e acariciar o seu amor numa mistura, através das suas camadas de medo. Sem impor-lhe as suas próprias necessidades nela, permita ao seu amor penetrar até à parte profunda dela que esteja totalmente aberta ao amor, que é o amor em si mesmo e persuadi-la a ir adiante. Faça isto lentamente, ao longo do tempo, não através de conversação mas através de presença corporal comunicada, carinho, consciência, e o amor líquido do entrelaçamento sexual. Quando ela sentir a natureza absolutamente confiável do seu amor – que você está totalmente com ela, comprometido com o amor, e que não irá perder-se no espasmo egocentrado do seu próprio prazer – ela começará a confiar em si com o seu núcleo mais vulnerável.

Mas não antes disso. Cada vez que ela o sente a contorcer-se nas suas próprias sensações, ela sente-o distante, não presente, não confiável. Ela poderá apreciar oferecer-lhe uma ejaculação, mas uma parte mais profunda dentro dela, talvez não expressa, não irá confiar em si. Porque haveria de confiar? Porque haveria ela de expor a sua parte mais profunda, o seu coração mais vulnerável, apenas para vê-lo absorvido num paroxismo de gratificação auto-possuída seguida pela sua secura dentro de um desinteresse relacional pós-ejaculatório?

Cada vez que ela o empurra para uma necessidade incontrolável de ejacular, ela conquistou-o. Ela controla-o e governa-o. Ela está no poder, sexualmente e não interessa que gestos masculinos realiza antes de ejacular. Com um simples movimento da sua língua, um gemido sedoso, ou um pequeno movimento pélvico, ela pode sugar-lhe a vida. E, bem no fundo, ela sabe que o mundo pode fazer-lhe o mesmo.

Um Homem Superior pode escolher ejacular ocasionalmente. Mas uma tal escolha é feita livremente, mesmo antes do início do acto sexual, não depois de ser já demasiado tarde, até ao último momento incontrolável antes do rolo compressor fisiológico iniciar o profundo mergulho descendente na gritante libertação. Um Homem Superior dedica-se à magnificação do amor através da sexualidade. Ele não se contenta com menos do que a rendição total do coração da sua mulher, assim como o seu próprio, na plenitude da divina união. Os prazeres desta dissolução em amor, excedem em muito a típica libertação genital que a ejaculação é facilmente contida ou adiada, uma vez que um homem e uma mulher, tenham expandido a sua capacidade sexual.

Assim como a sua mulher o testa emocionalmente, também o testará sexualmente. Mesmo quando você estiver a tentar não ejacular, ela poderá energeticamente começar a puxar a ejaculação de si. Como sempre, o mais profundo prazer dela está em sentir a sua plenitude, a sua força e o seu amor, mesmo quando o testa. Quando você não ejacula mas demonstra que a plenitude do amor é mais importante para si do que o rápido espasmo de libertação sexual, então ela pode verdadeiramente confiar em si. Mas ela continuará a testar a sua capacidade para amar, mesmo quando tiver demonstrado a sua capacidade de conter a ejaculação em nome de uma felicidade muito mais profunda.

O ponto central desta questão é o seguinte: se a ejaculação não for completamente uma questão de escolha consciente para si a sua mulher sabe que o controla sexualmente. E, à medida que ela sabe que está no controlo, ela não confiará em si o suficiente para relaxar totalmente na força do seu amor. Ela manterá sempre o seu coração algo protegido. Mais do que render-se tão profundamente no seu abraço ao ponto de ficar rodeada de divina luminosidade, ela enveredará por aquilo que mais prazer lhe der, antes de você perder o interesse.

A sua mulher sentir-se-á não preenchida sexualmente, emocionalmente e espiritualmente na extensão em que você for adicto à ejaculação e, de muitas maneiras, o mundo também se sentirá não preenchido pelas suas dádivas. A sua adicção aos ciclos de libertação irão travar-lhe o passo no caminho da completa e consciente dissolução na sua mais profunda fonte, e então as suas verdadeiras dádivas não emergirão.

Fortalecendo a sua capacidade para a mais completa comunhão sexual, você também fortalecerá a sua capacidade de se dissolver na fonte da vida, e reemergir ensopado em

dádivas, erecto com propósito, e cheio de desejo de oferecer as suas mais profundas dádivas, face à resistência que o mundo lhe coloca. Um Homem Superior emerge-se no mistério e reemerge cheio de amor para dar, uma e outra vez, sem vacilar, na sua relação sexual com a sua mulher, e na sua relação criativa com o mundo.

Parte VII - Práticas corporais / 45. Respire pela frente abaixo!

Todos os homens tendem a ter bloqueios na frente do seu corpo, ao longo de uma linha imaginária que vai desde o topo da cabeça, através da língua, garganta, coração, plexus solar, umbigo, e genitais até ao períneo. A principal chave orgânica para dominar o mundo e as mulheres é manter a frente do corpo completamente aberta a todo o momento. O método básico é uma respiração relaxada e profunda, circulando a energia pela frente do corpo, libertando a atenção de auto-preocupações neuróticas.

Quando fica nervoso, o seu estômago encolhe-se. Quando fica triste, um inchaço forma-se na sua garganta. Quando se sente ameaçado, o seu plexus solar sente-se constrangido. Quando pensa fortemente, o seu sobrolho contrai-se. Quando considera o futuro incerto, o seu maxilar fica tenso. Durante grande parte do dia, você contrai-se, fica tenso, e contrai a frente do seu corpo, desde o topo da sua cabeça, através do seu tórax, e todo o caminho descendente passando pelo seu intestino.

A frente do seu corpo, principalmente a sua barriga, é o local onde a sua energia vai de encontro à energia do mundo. Quando a frente do seu corpo se encontra aberta e relaxada, o seu poder flui livremente, e a sua presença enche a sala. Provavelmente já esteve com pessoas que parecem ocupar mais espaço na sala do que a maioria das pessoas. Elas parecem comandar a atenção, apesar de não estarem a fazer nada de óbvio para atraí-lo. A frente do seu corpo está tão aberta e a sua energia flui tão livremente através da sala, magnificando a sua presença.

Tais pessoas estão visivelmente relaxadas, repousadas e atentas. Elas não estão totalmente embrulhadas nas suas auto-preocupações, palpitadas sobre um peito encolhido, serrando os seus dentes e respirando com dificuldade. Este é o panorama de uma barriga e peito fechados. Se a frente do seu corpo tem tensões acumuladas, ao longo do dia e ao longo dos anos, você dificilmente será capaz de se manter erecto. A sua barriga e peito estarão constrangidos. Os seus pensamentos centrar-se-ão em si mesmo. A sua energia permanecerá restringida na sua cabeça e a sua consciência limitada à auto-preocupação. A sua presença poderosa não irá preencher a sala. Você poderá mesmo nem ser notado.

Agora mesmo, esteja atento à sua respiração. Estará a inalar tão profundamente que sente os seus genitais incharem ligeiramente? A sua barriga sobe e desce quando inala e exala, como um poderoso fole? A sua barriga e baixo abdómen são locais especiais de poder. Se a sua respiração não atingir estas áreas, não poderá recarregar as suas baterias. Sentir-se-á fraco e inseguro de si mesmo. O seu efeito no mundo será mínimo, menor que o seu total potencial.

Inale profundamente, através do seu nariz e respire através de quaisquer tensões que perceba no seu corpo. Inale profundamente no seu baixo-ventre. Depois exale. Na sua próxima inalação sinta a sua barriga por inteiro, depois o seu plexus solar e baixo-tórax. Depois exale. Depois inale e preencha a sua barriga, plexus solar e peito inteiro, nesta

ordem. Ao longo de várias respirações, inale profundamente desta maneira, enchendo o seu baixo-ventre por aí abaixo até aos seus genitais, depois o resto da sua barriga, plexus solar e, finalmente, o seu tórax. Depois exale totalmente, lentamente e suavemente.

Ao longo do dia, pratique este tipo de respiração em momentos aleatórios. Preste especial atenção a qualquer parte do corpo que permaneça especialmente tensa ou fechada. Por exemplo, se a área à volta do seu umbigo parecer apertada inale nessa área. Literalmente, inale até essa área, e abra-a com a força da sua inalação. Tal como encher um balão, poderá esticar e abrir a parte da frente inteira do seu corpo, com a sua inalação. Desta forma, você contraria os efeitos do medo acumulado, e da ansiedade alojada no seu corpo, que diminui a sua presença e força no mundo. Ao longo do dia, à medida que sentir a tensão na frente do corpo, inale até essa zona e abra-a.

A principal forma através da qual gera tensão corporal é voltando a atenção para si mesmo sob a forma de auto-preocupação, emaranhando-se tão apertadamente em si mesmo, que se sente totalmente atado. Assim, a cura principal, é dar-se a si mesmo aos outros. Sempre que der por si a remoer nos seus próprios problemas, emaranhando a energia no seu corpo sob a forma de tensão, pegue nessa energia e crie uma dádiva para outros. Isto poderia ser tão simples como lavar a louça, ou tão complexo como criar um negócio que beneficie outras pessoas. Converter em serviço a energia que se está a emaranhar na frente do seu corpo. A sua tensão é somente a energia de uma dádiva que ficou bloqueada, inexpressa, no seu corpo.

A sua respiração é a expressão primária da sua energia pessoal. Deste modo, a sua respiração é uma das formas primárias de oferecer a sua dádiva ao mundo. Pode usar a sua respiração para abrir os nós de tensão de outras pessoas, do mesmo modo que pode abrir os seus. Suponha que está com uma pessoa que parece um pouco tensa. Poderá permitir a si mesmo sentir estas tensões, e depois inalar sobre estas tensões, tal como se lhe pertencessem. Inale e abra estas tensões com a força da sua inalação. Depois, exale e liberte essas tensões, as suas e as da outra pessoa. Inale e abra estes nós com a força da sua respiração, depois exale e liberte toda a contracção, deixando apenas relaxamento e amor. Tudo isto ocorre sem nenhum contacto físico. De facto, a outra pessoa, provavelmente, nem se dará conta de que você está a fazer algo de pouco usual.

Poderia realizar esta prática no trabalho, com a sua amante, ou com toda uma multidão num autocarro. Se estiver sozinho na sua casa, poderia inalar toda a tensão do mundo, e inalar a força da vida nessa tensão para abri-la. Depois exale, libertando a tensão em amor para ser dissolvida, como uma mão cheia de sal liberta no oceano. Praticando esta forma de respirar, você desvia a atenção de si mesmo, aliviando os nós de contracção na frente do seu próprio corpo. E, ao mesmo tempo, assume o seu verdadeiro estado ao serviço de outros, que também, à sua maneira, estão a servi-lo.

Este tipo de práticas pode parecer estranho para algumas pessoas. Mas, antes de afastar estas práticas como se fossem loucuras caprichosas, tente-as. Faça-as e comprove os resultados por si mesmo. Da próxima vez em que estiver num encontro com pessoas, inale na frente do seu corpo e abra todos os nós, deixando a sua força expandir-se na sala como uma bênção, sentindo todo o stress dissolver-se no oceano do amor na sua exalação. Sentindo as dificuldades de outros, abra os seus nós com a força da sua

inalação, e então permita que os nós se dissolvam com a libertação da sua exalação. Pervada a sala desta maneira com o seu amor consciente.

Mesmo agora, neste momento, inale pela frente do seu corpo abaixo, expandindo completamente a sua barriga, e abrindo o seu plexus solar e coração. Permita que a sua plenitude de força se expanda para fora, através da sala e para além da sala, de maneira a pervadir todos os outros com a força consciente da sua respiração. Faça amor com o mundo desta maneira, todo o dia, pervadindo e dissolvendo toda a dificuldade.

Sinta o mundo contra o seu corpo como uma mulher nua, viva e vulnerável, e permita que a frente do seu corpo seja pressionada contra e através do corpo do mundo, libertando os nós de dor acumulada.

Da mesma forma, ao abraçar a sua mulher sexualmente, use a respiração para abrir o seu corpo e coração, exactamente da mesma maneira. Complete-a com a força do seu amor, inalando pela frente do corpo dela abaixo, como se fosse o seu corpo, enchendo os seus genitais, barriga, e coração com a energia do amor. Depois exale e permita que ambos se dissolvam no oceano do vosso amor. Pervada-a sempre através dela com a força da sua respiração, inalando e exalando, de maneira que a sua tensão e clausura se dissolvam na força do vosso amor, e que você se dissolva na dádiva.

Parte VII - Práticas corporais / 46. Ejacule pela espinal medula acima!

Para a grande maioria dos homens, a ejaculação envolve expelir a sua energia e sémen através dos seus órgãos genitais. Após esse momento, eles sentem que se libertaram do stress. O orgasmo do homem superior, mais frequentemente, explode pela sua espinha dorsal e acima e no seu cérebro, chovendo daí, por todo o seu corpo abaixo, como um duche de felicidade e rejuvenescimento. A técnica para converter os orgasmos enfraquecedores em orgasmos rejuvenescedores, envolve a contracção da base pélvica, próxima dos órgãos genitais, impelindo a energia pela espinha dorsal acima, através do uso da respiração, sentimento e intencionalidade.

O que é a ejaculação precoce? Alguns homens ejaculam antes de penetrarem a vagina da sua mulher. Outros ejaculam após 10 minutos de intercurso sexual. O que interessa não é quando você ejacula mas quão profundamente é capaz de uma comunhão no amor, sem limitações, através da forma de um abraço sexual. Se a sua ejaculação assinalar o final da vossa sessão amorosa antes que ambos, você e a sua mulher, se tenham aberto totalmente um ao outro, então a sua ejaculação é prematura.

Se você for como a maioria dos homens, as suas primeiras experiências sexuais como um adolescente, envolveram masturbação. Masturbação contínua ao longo de tempo acaba por condicionar o seu corpo e sistema nervoso para uma sequência habitual: estimulação genital, fantasia mental, construção de tensão e ejaculação. Masturbação adolescente, é essencialmente um exercício de fantasia, realizado a solo, sem muito amor ou mesmo intimidade humana. Ao longo do tempo, a maioria dos homens vão tendo sexo com as mulheres, e repetem o mesmo tipo de sequência que aprenderam na fase da masturbação. O sexo tornou-se uma via para a ejaculação, uma via pavimentada com imagens mentais, auto-fechamento e o desejo de libertar tensões.

Para realizar o total potencial do sexo, você necessita aprender a recondicionar o seu corpo e sistema nervoso. Necessita aprender a desabituar as mecânicas da sua ejaculação, e converter o seu orgasmo numa profusão massiva de energia, que aprofunda, mas não acaba, com a sessão de amor sexual.

O primeiro passo é desfazer os hábitos que aprendeu enquanto se masturbava como adolescente. Em vez de tensionar os seus músculos quando fica sexualmente estimulado, aprenda a relaxá-los. Quando sentir a sua face a ferver e a ficar tensa, relaxe-a. Quando se aperceber que a sua respiração se está a tornar rápida e superficial, abrande-a e aprofunde-a. Quando se aperceber da sua barriga apertada e do seu peito duro, abra o peito e suavize a área à volta do coração.

O próximo passo é redireccionar a sua a sua atenção. Aprenda a sentir a sua parceira mais do que as próprias sensações durante o sexo. Mais do que debruçar a atenção sobre si mesmo e sentir os prazeres movendo-se no seu próprio corpo, sinta, por outro lado, na sua parceira e através dela.

Sinta a sua parceira mais do que a si mesmo. Sinta os seus movimentos, os seus gemidos, a sua energia interna.

Eventualmente, com a prática, você será capaz de sentir através da sua parceira, como se o corpo dela fosse uma porta para um vasto espaço aberto de energia, luz e consciência. Este sentimento desobstruído é a base do verdadeiro amor sexual. Extenda o seu amor para fora de si mesmo e, na altura certa, através e para além da sua mulher. Isto necessita de prática uma vez que existe uma tendência natural a focar-se nas próprias sensações físicas, especialmente nas alturas de intensa estimulação sexual. Contrarie esta tendência praticando sentir além de si mesmo e através da sua parceira como se não existissem quaisquer obstruções ao vosso amor.

Para além de relaxar e amar dentro de e através da sua parceira, você necessita tornar-se bastante sensível à força da própria respiração. A respiração movimenta energia de vida através do seu corpo bem como através do corpo da sua parceira. Se a sua respiração se tornar demasiado superficial, a força da vida não pode ser conduzida através do seu corpo. Em vez disso, esta força constrói-se usualmente na sua cabeça ou nos seus genitais. Se se constrói na sua cabeça você passará cada vez mais tempo fantasiando sobre sexo e sobre mulheres. Se se constrói nos seus genitais, você sentirá necessidade de ejacular, quer através de sexo, quer através de masturbação.

Assim, se você não respirou profundamente durante o dia, pela altura em que se aproximar da sua parceira sexual, estará cheio de fantasias e urgência ejaculatória. Então, uma grande parte do evitamento da ejaculação precoce é respirar totalmente, profundamente, e com grande força, ao longo do dia. A sua inalação deveria ser sentida como se estivessem a aspirar energia pela frente do seu corpo abaixo, preenchendo a sua barriga e região genital. A sua exalação deveria ser sentida como se estivessem a mover energia do seu baixo-ventre, pela sua espinha acima até à sua cabeça.

Respirando profundamente neste círculo, pela sua frente abaixo e pela sua espinha acima, a sua energia interna poderá fluir livremente. A sua cabeça ou genitais não ficam tensos ou entupidos com energia. E a sua urgência para ejacular é diminuída.

O sexo intensifica a força de vida no seu corpo. À medida que fica mais e mais estimulado, a sua respiração torna-se mais rápida e o seu corpo começa a encher-se de energia, que tende a tornar-se focada na região genital. A menos que você tenha o cuidado de mover esta energia com a sua respiração, ela irá crescer nos seus genitais e causar uma pressão que quer ser libertada através da ejaculação.

Existe um exercício específico que poderá colocar em prática ao longo do acto sexual e também durante a aproximação do orgasmo. Realizando este exercício irá converter a direcção do orgasmo, e em vez de ejacular pelo pénis, irá “ejacular” pela espinha acima, experienciando uma intensa felicidade corporal e abertura emocional, muito para além do rápido prazer e paz vazia, que se segue ao orgasmo ejaculatório.

Para praticar este exercício, necessita aprender a contrair conscientemente os músculos da sua base pélvica. Esta área inclui os seus genitais, ânus, e períneo, que é o espaço situado entre o ânus e os genitais. Este exercício de contracção da sua base pélvica parece-se muito com o esforço que faz quando necessita de evitar ir à casa de banho.

Em adição à contracção da sua base pélvica, pratique o empurrão desta energia pela espinha dorsal acima. Este empurrão da energia pelo corpo acima irá, na verdade, elevar o seu escroto ligeiramente para cima na direcção do seu corpo.

Como um simples movimento, pratique contrair e distender para cima a totalidade da sua base pélvica, incluindo o ânus, períneo e genitais. Poderá praticar isto em sequências de 15 a 20 contracções, aguentando-as tanto quanto for possível. Realize várias sequências destas, 3 ou 4 vezes ao dia. Eventualmente, será capaz de contrair e distender a sua base pélvica facilmente, aguentando-a tanto tempo quanto queira. Isto significa que desenvolveu o necessário controlo muscular. Agora poderá praticar o trabalho mais subtil de fazer a sua energia subir pela espinal medula.

Inicialmente, poderá parecer que está apenas a imaginar a energia interna movendo-se no corpo. No final de tudo, é a mesma energia, que durante a intensa estimulação sexual, não tem dificuldades em fazer crescer na região genital, e que é depois libertada através da ejaculação. Poderá senti-la crescer como água por trás de uma comporta, querendo explodir. Bem, a mesma energia poderá explodir pela espinal medula acima. E, quando tal acontece, você irá experienciar um orgasmo de longe mais prazeroso do que a breve explosão da típica ejaculação genital, e de longe mais curadora e rejuvenescedora.

Enquanto estiver a praticar sexo, mas antes de estar próximo de ejacular, pratique a contracção da sua base pélvica conforme tem estado a ser discutido. Enquanto a contrai e distende para cima, respire a energia pela espinha acima. Terá de experimentar para determinar se é melhor para si inspirar pela espinha acima ou exalar pela espinha acima, apesar de a maioria das pessoas considerar que exalar pela espinha acima funciona melhor. Se combinar a contracção ascendente da sua base pélvica com a respiração pela espinha acima, você poderia perder um pouco da sua erecção bem como da sua necessidade de ejacular. À medida que continuar a fazer amor, repita este exercício quantas vezes forem necessárias, de modo a manter relaxamento e abertura.

Mesmo enquanto praticar esta técnica, poderá descobrir que ocasionalmente se aproxima bastante de ter um orgasmo. Quando chegar a este ponto, pare de se mover,

aplique a contracção ascendente da sua base pélvica, e respire a energia orgásmica pela sua espinha acima. Em adição à contracção ascendente da sua base pélvica enquanto respira pela espinha acima, alguns homens consideram útil cerrar os punhos e dentes enquanto olham para cima com os seus olhos, especialmente quando a urgência de ejacular é particularmente forte. Com a prática, contudo, toda a acção muscular se torna subtil e harmoniosa, até que todo o exercício seja feito primordialmente através da sua respiração, sentimento e intenção.

Quando a energia disparar pela sua espinal medula, relaxe, aprecie as cores, sentimentos e felicidades que preencherão a sua cabeça e choverão pelo seu corpo abaixo. Uma vez que se torne proficiente neste exercício poderá evocar as mesmas sensações na sua parceira, sentindo nela a partir do seu coração, à medida que o orgasmo dispara pela sua espinha dorsal acima. O movimento ascendente da sua energia magnetizará o mesmo movimento nela.

Estas práticas não serão bem sucedidas a menos que você seja capaz de se render como amor no meio do abraço sexual. O amor é o governador da energia. Mais e mais, você necessita praticar ser o amor na forma de cópula sexual. Independentemente de quão difícil tenha sido o seu dia, independentemente das dificuldades que enfrente na sua vida, a actividade sexual deveria ser uma altura de praticar o amor. Tal como a meditação ou a oração, o sexo deveria ser uma altura especial de praticar a abertura do seu coração, e dar amor totalmente, dentro de e através da sua parceira, e em comunhão com tudo o que considera mais sagrado.

Se o seu coração estiver fechado, a sua energia estará obstruída e você nunca será capaz de converter o seu jorro num relâmpago de amor. Se não praticar o amor, a sua energia sexual será governada por velhos hábitos de corpo e emoção, que estão todos relacionados com a pequena comoção da ejaculação. Então, se quiser expandir a alegria sexual tão completamente quanto possível, lembre que a sua disposição emocional é de longe mais importante do que os exercícios técnicos por si mesmos.

Porque cada indivíduo em si mesmo é diferente, você precisa experimentar e descobrir que técnicas, feitas como exercícios de amor, funcionam melhor para si. Com a prática, será capaz de experienciar com facilidade profundos orgasmos não-ejaculatórios, que tornam o seu organismo em luz, deixando o seu coração totalmente aberto, a sua energia rejuvenescida, e o seu corpo vibrando de alegria. Você poderá fazer amor durante quanto tempo quiser, e o sexo irá rejuvenescê-lo, mais do que descarregá-lo da sua força vital.

Sumariamente, isto serve para lembrá-lo das técnicas a utilizar e descobrir quais as que melhor funcionam para si:

1. Mais do que fantasiar ou entreter-se em imagens sexuais de algum tipo, permaneça totalmente presente, consciente do seu corpo, respiração e mente e, principalmente, atento à sua parceira. Quebre o hábito masturbatório de fantasia interior através da prática sexual consciente como um jogo de amor relacional com a sua parceira.
2. Mantenha o seu corpo e respiração relaxados e plenos. Mantenha especialmente a frente do seu corpo relaxada, de tal modo que a sua barriga seja vasta e o seu coração permaneça sereno e aberto. Isto irá prevenir que demasiada tensão se acumule numa qualquer área.

3. Aprenda a sentir dentro de e depois através da sua parceira, de modo a que a sua atenção se dirija para além das suas próprias sensações e até, para além das sensações da sua parceira. Pratique sentir-se expansivo, sem limites, como se fosse sentir-se infinito. Por outras palavras, o que quer que esteja a sentir, sinta-o totalmente, e depois sinta através e para além disso, de tal modo que o sexo se torne um constante sentir através e para além de toda a sensação, mais do que focar-se em alguma sensação particular.

4. Ao longo do dia e durante a sessão sexual, pratique respirar de tal modo que a sua inalação mova energia pela frente do seu corpo abaixo e a sua exalação mova energia pela espinha dorsal acima. Excessivo, pensamento crónico ou adictividade à ejaculação, é sempre um sinal de que a sua energia se encontra bloqueada e que você ainda não se encontra a respirar completamente neste círculo ao longo do dia.

5. Durante o acto sexual, pratique ocasionalmente a contracção ascendente da sua base pélvica enquanto respira energia sexual pela sua espinha dorsal acima de tal modo que preencha todo o seu corpo de energia. Especialmente à medida que se aproxima do orgasmo, poderá combinar a contracção ascendente da sua base pélvica com respirar pela espinha dorsal acima de modo a disparar o seu orgasmo na direcção do cérebro, e ainda através do topo da sua cabeça, mais do que para baixo e para fora dos seus genitais. Este orgasmo ascendente parecer-se-á com um suave infiltração de todas as células do seu corpo, saturando-o com espessa luz aberta.

Estas técnicas serão menos do que efectivas a menos que pratique o amor durante a sessão sexual. A inteligência natural do amor em si mesma actua de modo a fazer circular a energia da forma mais saudável possível. Estas técnicas são maioritariamente exercícios para reequilibrar anos de pobres hábitos sexuais, habitualmente iniciados com a masturbação adolescente. Após eliminar o hábito mecânico da ejaculação, e desobstruindo a sua energia, a força do seu coração irá muito naturalmente guiar o seu orgasmo, de modo a que ele expluda para cima, através do corpo e cérebro, antes de chover sobre si numa profusão de alegria, que não apenas o rejuvenesce, mas dissolve os seus defeitos como sombras no sol.

Parte VIII - Yoga da intimidade para homens e mulheres / 47. Tenha em conta a assimetria primária!

A relação íntima nunca é a prioridade na vida de um homem masculino e é sempre a prioridade na vida de uma mulher feminina. Se um homem tem uma essência sexual masculina, então a sua prioridade é a sua missão, a sua direcção rumo à sua maior libertação, liberdade e consciência. Se uma mulher tem uma essência sexual feminina, então a sua prioridade é o fluxo de amor na sua vida, incluindo a sua relação com um homem em quem ela pode confiar totalmente, em corpo, emoção, mente e espírito. Homem e mulher devem apoiar-se um ao outro nas suas prioridades, para que a relação possa servir ambos.

Apesar de você e a sua mulher serem seres iguais, são criaturas muito diferentes. Se ela tiver uma essência sexual feminina, o seu centro estará preenchido quando o amor estiver a fluir. Por exemplo, ela pode experienciar dificuldades na sua carreira, mas se o amor pleno estiver a fluir na vida dela – com as suas crianças, amigos e consigo – então o seu núcleo estará satisfeito.

Mas não tanto para si. Se você tiver uma essência sexual masculina, então a sua mulher e crianças poderão amá-lo ao longo de todo o dia e noite mas se a sua carreira ou missão estiverem obstruídas você não estará à vontade. Você nem sequer quererá partilhar

muito tempo de intimidade com a sua mulher até que tenha o seu sentido de carreira ou missão claros e estabilizados.

O núcleo da sua mulher é preenchido com amor. O seu núcleo é libertado de stress quando a sua vida se encontra alinhada com a sua missão. Para si, a intimidade é algo para ser apreciado em adição ao seu propósito. Para a sua mulher, a intimidade está no núcleo da sua vida, e o tom da sua intimidade reflecte-se em tudo o mais que ela faça.

Quando a intimidade dela vai maravilhosamente, a sua vida é preenchida com a cor do amor. Ela sente-se bem no trabalho, em casa, na cama. Quando a intimidade não vai tão bem, quando a sua mulher se sente desamada, rejeitada, magoada, ou abandonada por si, então o dia dela vai ser preenchido com dor. No trabalho, em casa, na cama, a dor do desamor irá colorir a sua disposição.

Mas, para si, as coisas são diferentes. Quando a sua intimidade vai mal, você mal pode esperar por sair de casa e ir para o trabalho. Aí, você pode estar no seu elemento, alinhado com o seu propósito e feliz. Para si, a intimidade, é apenas um aspecto da sua vida. Quando está absorvido na sua missão, muitas vezes, esquece-se completamente da intimidade. Para a sua mulher, a intimidade está no núcleo da sua vida, e reflecte-se em tudo o mais que ela faça. Esta é a primeira assimetria na intimidade.

No entanto, vai muito mais além disto. Para a maioria dos homens a sua mulher é substituível. Severo, mas verdadeiro. Se for como a maioria dos homens, você sabe, bem profundamente, que se fosse perder a sua mulher, iria afligir-se profundamente mas poderia eventualmente encontrar outra. Muitas das vezes, de facto, você terá provavelmente fantasiado acerca de arranjar outra mulher, mesmo antes de perder a que tem. Sendo a prioridade de um homem a sua missão, ele irá sempre gravitar para uma mulher, que ele sente que mais iria apoiar a sua missão. Se ele sentir que uma outra mulher o iria rejuvenescer mais e dar-lhe mais energia para a sua carreira e propósito, ele poderá desejá-la como uma parceira íntima.

Contudo, você está alojado no coração da sua mulher. Ela sente-o todo o dia. Ela sente onde você está. Pressentimentos do coração dela estão ligados ao seu coração, dia e noite. Na percepção dela você não é substituível. Ao contrário de você, ela não considera frequentemente outras opções. Independentemente de você viver num mundo com elevadas possibilidades relacionais, ela vive num mundo de actualidade relacional. A sua relação com ela não está somente no núcleo da vida dela, mas é também o factor determinante do seu humor.

Se a sua mulher rejeitou o seu próprio núcleo feminino, então ela esbarrará contra a sua inerente conexão sentimental consigo. Ela tentará identificar-se com o seu lado masculino, tentando despriorizá-lo e à sua relação consigo. Ela irá pensar que “tem de viver a sua própria vida” e colocar mais energia na sua carreira, por exemplo. Enquanto é obviamente saudável para todos os homens e mulheres aprenderem a tornar-se íntegros e independentes, é auto-destrutivo para a sua mulher tentar minimizar a importância da relação consigo na vida dela. Se ela tem uma essência sexual feminina, o desejo pelo fluxo do amor estará no seu núcleo, não importando o quanto esteja dedicada à sua carreira ou a outras actividades.

Sem uma profunda e amorosa intimidade – consigo ou com a divindade – ela magoa-se. Nunca funcionará para ela tentar mascarar a sua dor absorvendo-se na sua carreira, na arte ou nos seus amigos. Se ela tiver uma essência sexual feminina, ela deverá honrar-se a si mesma por possuir o seu mais profundo desejo pelo fluxo do amor no seu coração, tal como uma pessoa com uma essência masculina, quer seja homem ou mulher, deverá honrar a sua direcção de modo a ser verdadeiramente feliz. A nossa cultura tornou-se tão anti-feminina que muitas mulheres procuram negar os seus mais profundos desejos nucleares femininos, adoptando o estilo masculino de dedicação à sua missão. Negando a sua essência feminina, tais mulheres estão em si mesmas predispostas ao vazio emocional, depressão e sintomas físicos de doença.

Desse modo, você não deveria negar a essência feminina da sua mulher, sentindo ou dizendo algo como, “Parece que toda a tua vida gira à volta da nossa relação! Isso não é saudável. Deverias ter a tua própria vida, a tua própria direcção, a tua própria carreira e amigos. Pára de te queixar acerca dos nossos problemas íntimos e constrói uma vida!”

Enquanto é senso comum que ela deveria viver uma vida estimulante e satisfatória, fora da vossa relação, é uma forma de sabedoria sexual, saber que a essência feminina irá sempre agarrar-se ao fluxo do amor no seu centro. É simplesmente assim que funciona. Este fluxo do amor poderia estar em directa relação com o divino, apesar de estar usualmente na relação com um homem.

O desejo por amor íntimo é tão nuclear para a vida de uma mulher quanto a sua missão em direcção à liberdade – financeira, psicológica, espiritual – é para si. Pense em quantas horas do seu dia são dedicadas à sua missão e compare-o com quantas horas do seu dia dedica a servir o mais profundo desejo da sua mulher de magnificação do amor. Se quer que ela o honre e suporte na sua busca por liberdade deverá honrá-la e suportá-la no seu amor pelo amor. A devoção dela ao amor tem muito para lhe ensinar.

Alguns homens sentem-se culpados por não estarem tão dentro da relação como a sua mulher. Você precisa compreender que isto é natural. Se você tiver uma essência masculina e a sua mulher uma essência feminina, você nunca estará tão preocupado, distraído ou absorvido na sua intimidade quanto ela. Não finja. Não tente mostrar tanta preocupação em nome da sua mulher. Ela pode sentir onde você realmente está. Em vez disso, seja autêntico em relação aos seus desejos nucleares, e dedique a sua vida com total impecabilidade, aos seus mais elevados objectivos.

Se uma das suas mais elevadas metas for a sua liberdade psicológica ou espiritual, então você irá valorizar altamente a sua intimidade. Ninguém irá pressionar os seus botões ou reflectir a sua azelhive para si melhor do que a sua mulher. Ela irá apontar melhor as suas fraquezas do que um sargento de campo de concentração. Ela reflectirá a sua ambiguidade ou clareza melhor do que qualquer professor de workshop. Ela fornicá-lo-á melhor do que uma prostituta e dar-lhe-á mais amor do que você pode aguentar. E em todo o meio termo ela irá banhar a sua vida com alegria radiante, cura e rejuvenescimento – se ela aprender a manejar os seus verdadeiros desejos femininos e você aprender a manejar os seus verdadeiros desejos masculinos.

Quando ambos honram a primária assimetria da intimidade, cada um de vós poderá concentrar-se nos vossos verdadeiros desejos, mais do que comprometerem-se em nome de tréguas imaginárias entre géneros. Quando a sua vida está alinhada com o seu mais

profundo propósito, você tornar-se-á mais presente, mais amoroso e mais divertido. A sua mulher será então o primeiro recipiente da sua magnificada presença, amor e humor. Se a vossa intimidade não estiver constantemente a crescer neste sentido, significa que a sua vida não está alinhada com o seu mais elevado propósito.

Da mesma forma, se a sua mulher se devotar aos verdadeiros desejos do seu coração, você irá senti-lo. A sua energia, radiância, sabedoria e poder, para criar o céu na terra, irão alimentá-lo constantemente, mesmo quando não se direccionar a si. Você será inspirado pela sua magia, encantado pela sua sexualidade, alimentado pela sua sabedoria, e rejuvenescido pela vida que flui tão amorosamente através do seu corpo. Contudo, se ela tiver escolhido negar o desejo do seu coração, e adoptar objectivos mais masculinos de propósito e missão, como necessidades centrais, ambos irão sofrer com isso. A sua radiância diminuirá, ela irá fechar-se mais e nenhum dos vossos corações sentirá relaxamento na intimidade.

A sua mulher poderia ser uma executiva e você um dono de casa. Isso está bem, desde que você esteja a viver para o seu mais elevado propósito e ela esteja devotada ao amor. Honre esta assimetria primária em si e na sua mulher. Apenas quando se encontram disponíveis para se apoiarem um ao outro, nos vossos desejos nucleares, a intimidade poderá dar a cada um de vós aquilo que querem, e talvez provavelmente levá-los além disso, para a total alegria do Ser, da qual a vossa relação constitui apenas uma esperança.

Parte VIII - Yoga da intimidade para homens e mulheres / 48. Você é responsável pelo crescimento na intimidade!

Existem dádivas masculinas e femininas na intimidade e cada dádiva acarreta a sua própria responsabilidade. A direcção de crescimento de uma relação é, primariamente, da responsabilidade do homem. A energia da intimidade – prazer, fluxo sexual e vitalidade - é primariamente da responsabilidade da mulher. Uma maneira simplificada de dizer isto é que o homem é responsável pela profundidade do amor da mulher ou abertura de humor e a mulher é responsável pela “erecção” do homem, ou energia no corpo.

Uma vez que tenha atingido a independência na idade adulta, você não necessita de ninguém mais para tomar conta de si. Você pode ser responsável por si mesmo. Em particular, você compreende ser responsável pela sua própria felicidade. Ninguém pode viver a sua vida por si. Você tem de criar por si mesmo a sua saúde, sucesso e felicidade.

Este sentido de auto-responsabilidade é apenas uma maturidade parcial, contudo. Por detrás da auto-responsabilidade, reside a responsabilidade de oferecer a sua dádiva. É importante que cresça além da dependência na sua parceira íntima, pela bem da sua própria felicidade. Mas é igualmente importante crescer para além da sua simples independência e autonomia. O próximo estágio da intimidade após a independência pessoal ter sido alcançada é o fluxo mútuo da dádiva, ou o serviço a cada um no amor.

Já deve ter notado que a sua mulher pode perder-se nos seus humores. Ela pode ser apanhada num rolo compressor de hipernervosismo. Ou pode sentir-se desanimada e vaguear pela casa, rodeada por uma nuvem negra. É extremamente difícil para a maioria das mulheres saírem dos seus humores quando já se encontram enredadas neles. A sua

intervenção amorosa é uma das suas grandes dádivas masculinas. O ponto não é tornar-se o seu terapeuta, mas ser a sua chamada de atenção, o seu abridor de coração, o seu lembrete da primazia do amor. Se você demora mais do que 5 minutos a abri-la no amor então, provavelmente, você está a pensar demais e a agir de menos. Ou, talvez você tenha esquecido o seu verdadeiro propósito.

A sua dádiva masculina é saber onde você está, onde quer estar e o que precisa de fazer para lá chegar. Se não souber um destes três então precisa de descobri-lo através de qualquer meio necessário. Esta visão é, essencialmente, a dádiva básica que você tem para oferecer à sua mulher, bem como ao mundo. Se você não tiver uma visão mais elevada do que a grelha diária das tarefas caseiras, emprego, tratar das crianças, TV e férias, então você não está a aproveitar o seu direito de nascença. A sua mulher sentir-se-á defraudada e insatisfeita consigo, bem como o mundo. E ambos irão dar-lhe menos das suas dádivas em retorno.

Se a sua mulher está sempre em stress, você precisa de saber, em termos muito práticos e concretos, o que ela poderia fazer com a sua vida para poder relaxar. Talvez ela necessite exercitar-se mais, meditar mais, mudar de carreira, dançar mais, ou passar mais tempo com as suas amigas. Se a sua mulher se sente insatisfeita a maior parte do tempo, você precisa de saber o que lhe está a faltar. Com que frequência ela abre o seu coração e corpo no êxtase irreprimível da rendição devocional? Com que frequência ela se abandona totalmente no divino amor que a rodeia. Com que frequência você a serve para que possa fazê-lo?

Estará a jogar o jogo do “homem sensível”, dando-lhe “espaço” para ser miserável mais do que oferecendo-lhe a sua consistente e destemida dádiva? E se ela não quiser a sua dádiva, a sua mais profunda sabedoria e o seu amor não suprimido, então porque haveria de querer estar com ela? A sua mais profunda dádiva na intimidade é guiá-la, de momento a momento, para fora dos seus humores, e para dentro da abertura do amor. E depois, dia após dia, guiar a vida dela em degraus superiores do divino amor, mesmo para além da relação, de modo a que a vida dela se torne primariamente comunhão, dádiva e celebração. Se não puder oferecer à sua mulher tal condução, então o que tem para lhe oferecer? Porque está ela consigo? Para que serve a vossa relação?

Para oferecer esta dádiva masculina você deve desenvolver o seu senso diário de prática. Tal como um músico praticando a sua arte, você necessita praticar, diariamente, a capacidade de sentir através do seu medo, sentindo até ao seu limite, e depois viver um pouco além do seu limite, nem encolhendo-se numa consolação privada, nem puxando por si tão arduamente que se desconecte da sua fonte. A fonte que é a sua mais profunda verdade, necessita tornar-se cada vez mais e mais no impulso da sua vida. Ao longo do tempo, todas as suas actividades necessitam alinhar-se a esta fonte. Bem como a sua relação.

Devido a que, provavelmente, você tende a perder-se nos seus pensamentos, nos seus objectivos e nos seus projectos, uma das maiores dádivas que a sua mulher pode oferecer-lhe, é levá-lo para dentro do seu corpo, no presente, no amor, que o conecta à sua fonte. Através do seu toque, do seu amor, da sua atractividade, ela poderá também dar-lhe energia, de modo a que todo o seu corpo se torne uma erecção, pleno e vivo, pronto a penetrar o mundo em amor. A sua mulher pode ser a Presidente dos Estados Unidos. Ainda assim, se você tiver uma essência sexual masculina, a sua dádiva

especial para si é trazê-lo de volta ao seu corpo, com a força atractiva da sua energia feminina.

Sem uma mulher para servir a sua presente encarnação do amor, poderá passar a maior parte do seu tempo trabalhando nos seus projectos, ficando à frente de um ecrã de computador, remoendo pensamentos na sua cabeça, ou perseguindo objectivos futuros de liberdade financeira e espiritual. No entanto, terá perdido contacto com o presente, com o seu corpo e com a sua mulher.

Quando não pode simplesmente estar com o seu corpo e com a sua mulher, totalmente presente, sem mergulhar no seu mundo mental de separação, então os limites começam a dissolver-se na abertura do seu amor. Quando consegue sentir através da sua mulher e do seu corpo, eles tornam-se como que transparentes, e a fonte e radiante substância da natureza, torna-se óbvia através deles. O seu gesto natural nesta revelação de transparência é o serviço. Não há nada a fazer senão dissolver-se na oferta da sua dádiva.

A sua mulher pode não querer receber a sua dádiva. A sua mulher pode resistir à sua dádiva. E o mundo também. Mas você não tem escolha. Viva no seu limite. Ame tão plenamente quanto possível. Deixe o seu corpo estar erecto com a energia da sua fonte profunda. E tome total responsabilidade por oferecer qualquer gesto de amor ao mundo e à sua mulher. Ambos parecerão rejeitá-lo e seduzi-lo, até que consiga sentir através deles.

Sinta através da sua mulher e do mundo, e morra na oferta da sua dádiva.

Parte VIII - Yoga da intimidade para homens e mulheres / 49. Persista na prática e crescimento!

Direcção na vida é uma prioridade masculina, mesmo na relação íntima. Um homem espiritualmente menos maduro poderá dizer à sua mulher: “O meu caminho ou a autoestrada!” Um homem no seu processo de crescimento irá muitas vezes facilitar a sua direcção e procurar um compromisso com a sua mulher, jogando o jogo do “Sr. Gajo Porreiro”. Mas, um homem superior não irá conformar-se com menos do que a plena encarnação do amor de que ele e a sua mulher sejam capazes. Com compaixão, ele avança através de todas as tretas, exigindo autenticidade e humor. É como se ele dissesse à sua mulher: “O caminho divino ou a autoestrada!” É a mesma insistência masculina na direcção que um homem mais fraco irá exigir. Mas, em vez de querer que a sua mulher siga a sua própria direcção, um homem superior quer que ela siga na direcção que melhor servir o seu crescimento em amor e felicidade. Ele não se conformará com menos do que isso.

Se não sabe qual é a sua direcção na vida, certamente ficará em chão pouco firme, oferecendo à sua mulher direcção. Então, o primeiro passo será o de alinhar a sua vida de tal forma que, pelo menos neste presente momento, esteja a viver no seu limite, totalmente alinhado com o seu sentido de propósito. Se não estiver absolutamente certo de que, neste momento, está a viver exactamente a vida de que precisa, então a sua mulher sentirá a sua falta de clareza, e então lutará contra qualquer direcção que tente oferecer-lhe.

Você tenderá a esquecer o propósito da sua existência à medida em que se vai perdendo na sua ronda diária de tarefas, projectos, negócios e deveres. A sua mulher tenderá a esquecer o seu amor nuclear à medida em que se vai perdendo em ciclos de humor e

emoção. Como uma dádiva para ambos você precisa de cortar com a sua mentalidade de “nariz virado para o chão”, bem como o afundamento da sua mulher em tristeza, medo e raiva, e revelar a verdade. Contudo, a um nível profundo, você penetrou no mistério da existência, é dessas profundezas que você precisa de extrair a sua dádiva. Qualquer obstáculo a essa profundidade, por sua parte ou por parte da sua mulher, deve ser cortada no momento presente, de modo a que a sua dádiva provenha da fonte mais profunda.

Se você não cortar através disso e tomar a direcção, a sua mulher fá-lo-á. Energias masculina e feminina na intimidade são governadas pela lei da conservação. Quanto menos direcção masculina você estiver a viver em verdade, maior direcção masculina a sua mulher assumirá. Se você andar a brincar com a sua vida, ou trabalhando duro mas não vivendo totalmente a sua dádiva, então a sua mulher ressentir-se-á da falta de uma direcção profunda. Ela começará a assumir a sua lâmina masculina por si mesma, tentando cortar a sua falta de seriedade, de modo a que você sinta a pressão, se conecte à sua profundidade, e realmente ofereça a sua dádiva.

A partir do momento em que no seu núcleo, contudo, você é masculino, a sua tentativa masculina de cortar através da sua falta de seriedade irá despolarizá-lo. Você irá bater cabeças com ela, como dois carneiros, a partir do momento em que ambos estão no seu masculino. E se você se mover para dentro do seu feminino as coisas podem mesmo vir a piorar. Um profundo hábito poderá desenvolver-se, não interessando o quão forte possa ser no mundo dos negócios, você torna-se castrado na sua relação. A sua mulher torna-se afiada e masculina, você torna-se falsamente receptivo e concordante, e no entanto cada um de vós sente enorme vontade de vomitar.

Se a sua mulher está cronicamente afiada consigo, isso é normalmente um sinal de que, independentemente do quão bem sucedido possa ser fora da sua intimidade, você não está a alinhar ambas as vossas vidas com a mais elevada verdade. Você não está a cortar através do emaranhado dos seus deveres e dos humores da sua mulher, para revelar a segura fonte fértil das vossas vidas. E a sua mulher necessita desembainhar a sua própria espada. Pela lei da conservação das energias masculina e feminina, quaisquer que sejam as dádivas masculinas que você não esteja a oferecer, a sua mulher irá naturalmente tentar oferecer-lhas. Mas desde que, na verdade, o seu núcleo é masculino, as suas dádivas masculinas irão, na sua maioria, desagradá-lo, eventualmente até repeli-lo.

Você é inteiramente responsável por cortar caminho através da sua própria preguiça, adições e falta de clareza. Não existe nada pelo qual esperar nem ninguém a quem culpar. Tente falar com os seus amigos, consultar um terapeuta, praticar meditação ou rezar, ir a um visionário, ler escrituras, caminhar na natureza, manter um jornal ou estudar com um professor. Lembre-se de que o seu sucesso com qualquer método que escolha, depende inteiramente do seu actual compromisso, com a descoberta da sua mais profunda verdade, e alinhando a sua vida com isso.

Você poderia meditar até ficar com a cara azul, mas isso não funcionará quando, por trás dessa acção, você preferiria masturbar-se, ler o jornal, ou ver televisão, do que cortar caminho através das suas adições, disciplinar a sua vida diária, e oferecer a sua dádiva desde o mais profundo de si mesmo, da sua mais profunda fonte de alegria. A qualidade do seu exemplo e a consistência e profundidade da sua aplicação, determina

os resultados da sua direcção em dádivas – bem como a sua capacidade de orientar a vida da sua mulher, em maior felicidade e maior rendição corporal no amor.

Parte VIII - Yoga da intimidade para homens e mulheres / 50. Restaure o seu propósito em solidão ou com outros homens!

Um homem redescobre e afina o seu propósito em solidão, em situações desafiantes e na companhia de outros homens que não admitirão as suas tretas. Mas as mulheres reforçam a sua radiância feminina, na companhia de outras mulheres em mútua celebração e brincadeira. Um homem deve criar condições para ambas as formas de restauração: a sua própria solidão e as suas reuniões masculinas e o tempo da sua mulher com outras mulheres.

Se você passar muito tempo com a sua mulher, ambos irão tratar-se da pior maneira possível. De modo a entenderem-se ela começará a adoptar os seus padrões masculinos de fala, negando o seu desejo feminino de fluir na brincadeira e prazer, sem ter de adoptar um sentido de estilo masculino, ou preencher um propósito. Você começará a adoptar os seus padrões femininos de toque e afeição, negando o seu desejo de penetrá-la, com a sua missão ou com a sua mulher. Em vez disso, encontrar-se-á a si próprio, apaparicando a sua mulher na bochecha, ou dando-lhe abraços e fazendo-lhe festinhas amorosas e sedosas de reforço.

Em breve, a deusa e o guerreiro, tornar-se-ão donos de casa despolarizados, partilhando apenas o jogo mais suave da polaridade sexual. De modo a reavivar o seu núcleo feminino, a sua mulher deveria passar todos os dias algum tempo em absoluto abandono e celebração. Durante estas alturas de dança, canto, riso e deleitoso brinde, o seu corpo e mente deveriam estar totalmente libertos de qualquer obrigação de ser masculina – directa, controlada, estruturada, ou orientada para objectivos. Estas ocasiões são mais rejuvenescedoras quando ela está com outras mulheres, magnificando e reforçando umas nas outras, a radiância e fluxo femininos. Se a sua mulher não investe no seu frequente rejuvenescimento feminino, ela revelará sintomas de energia feminina depressiva: doença (principalmente nas suas partes mais femininas), falta de energia vital, baixo desejo sexual e contentamento, e uma disposição, em geral, pouco alegre, pessimista.

Muito do moderno movimento masculino, concentrou-se na reclamação dos homens pela sua inerente energia feminina. Se você quiser revitalizar a sua própria energia feminina, então você poderá muito bem fazer o mesmo que fazem as mulheres para revitalizar a sua energia feminina. Você poderá ir para o meio das florestas e poderá dançar e cantar e rir com os seus amigos. Para os homens que se tenham tornado rigidamente estagnados na sua energia masculina, sem se permitirem o fluxo da alegria e da partilha nas suas vidas, esta é uma óptima medicina.

Mas para homens que tenham perdido o seu senso de propósito, que não saibam do que se trata as suas vidas, ou que tenham problemas em alinhar a sua vida com a sua verdade, cantar e dançar não são o remédio. A cura para a sua falta de propósito é serem desafiados a viver no seu limite, a partir do momento em que perdeu a capacidade para viver aí por si mesmo.

As duas maneiras de trazê-lo de volta ao seu limite masculino de poder são: (1) Austeridade e (2) Desafio.

Austeridade significa eliminar os confortos e almofadinhas na sua vida a que você aprendeu a aconchegar-se e a perder consciência. Abandone tudo aquilo que o afaste do seu limite. Nada de telejornais ou revistas. Nada de TV. Nada de açúcares, bolachinhas ou docinhos. Nada de sexo. Nada de carícias. Nada de ler seja o que for enquanto estiver a comer ou for à casa de banho. Reduza o tempo de trabalho ao mínimo necessário. Nada de filmes. Nada de conversas que não falem sobre verdade, amor ou divindade.

Se assumir estas disciplinas por algumas semanas, bem como quaisquer outras disciplinas que possam particularmente cortar através dos seus hábitos únicos de enfado, então a sua vida será afastada da rotina de distrações. Tudo o que restará será o limite que você mesmo tem andado a evitar, por meio da sua rotina diária. Você será forçado a enfrentar o desconforto básico, que é a textura escondida da sua vida. Você estará vivo com o desafio de viver a sua verdade, mais do que a esconder-se dela.

Sufrimento não adornado é a companheira de cama do crescimento masculino. Apenas tornando-se íntimo com o seu crescimento pessoal, poderá você sentir através dele até à sua fonte. Através de colocar toda a sua atenção no trabalho, TV, sexo e leitura, o seu sofrimento mantém-se não penetrado, e a fonte do mesmo permanece escondida. A sua vida torna-se estruturada inteiramente pelos seus meios favoritos de contornar o sofrimento que você raramente se permite sentir. E quando você toca a superfície do seu sofrimento, talvez na forma de aborrecimento, você rapidamente pega numa revista ou no controlo remoto.

Em vez disso, sinta o seu sofrimento, fique com ele, abrace-o, faça amor com ele. Sinta o seu sofrimento tão profundamente, e através dele que o penetra e se apercebe do seu fundamento medroso. Quase tudo o que você faz, fá-lo porque tem medo de morrer. Ainda que morrer seja exactamente o que você está a fazer desde o dia em que nasceu. Duas horas de absorção num programa de TV, podem distraí-lo temporariamente mas o facto permanece. Você nasceu como um sacrifício. E você poderá participar no sacrifício dissolvendo-se na oferta da sua dádiva, ou pode resistir-lhe, que é o seu sofrimento.

Eliminando a rede de confortos na sua vida, você tem a oportunidade de cair livremente neste momento, entre nascimento e morte, precisamente através do buraco do seu medo, dentro da não ameaçadora abertura que é a fonte das suas dádivas. O Homem Superior vive como este espontâneo sacrifício do amor.

Os outros meios para além da austeridade, para redescobrir o seu núcleo masculino é através do desafio. As mais superficiais formas de desafio incluem actividades como BTT, desportos radicais, desportos competitivos, e campos de treino. Estas formas de desafio físico restauram instantaneamente o sentido masculino de propósito e direcção, em homens e mulheres.

Formas mais profundas de desafio envolvem directamente a oferta das suas dádivas de maneiras que têm sido bloqueadas pelo seu medo. Se você sempre teve medo de falar em público, poderá assumir o desafio de falar em público uma vez por semana durante três meses. Se falhar e faltar ao compromisso numa semana, na próxima deverá falar por três vezes. Se você sempre quis escrever um livro, mas nunca conseguiu terminar

nenhum, diga aos seus amigos que irá completar um capítulo por semana (ou mês) durante o próximo ano. De cada vez que não completar a sua meta semanal, terá de pagar-lhes €100. Se não completar a meta anual, deverá pagar-lhes €10.000.

O ponto é: deverá haver uma punição sempre que recuar face ao medo. Existem óbvias consequências para recuar em face do medo ao subir uma montanha ou praticar desportos competitivos. Você deverá estabelecer consequências para o resto da sua vida, a menos que queira confinar-se à rede de segurança promovida pelos prazeres superficiais.

As mais poderosas formas de realinhamento masculino com o seu propósito envolvem uma combinação de austeridade e desafio. Vá para o meio dos bosques, por si mesmo, garantindo apenas as necessidades mínimas de sobrevivência. Nada para ler, nada para fazer. Coma o mínimo possível e não durma pelo máximo de tempo que lhe for possível. Desafie a sua capacidade de atenção com alguma prática, como mantralizar ou movimentos rituais, de tal modo que a sua atenção não se desvie ou torne passiva. Abra-se e espere. Não cubra o seu sofrimento. Não desista antes de cair através do buraco do seu medo, e emergir com uma visão da sua verdadeira missão, a única forma do seu sacrifício vivente.

Este tipo de isolamento e sacrifício é uma forma extremamente potente e extrema de resgate da visão masculina, mas há formas mais comuns que são exequíveis na vida de todos os dias. Passe tempo por dia sozinho, sem distrações. Sente-se apenas, por 10 minutos. Nada de zapping, nada de revistas, nada de nada. Apenas seja, exactamente quem você é, sem tentar mudar absolutamente nada. Fique com o seu sofrimento até que caia através dele e intua a verdadeira fonte sem fundo da sua vida.

Tal como a sua mulher deve passar algum tempo só com mulheres, você deverá regularmente passar tempo só com homens. Pelo menos uma vez por semana, junte-se com os seus amigos homens para se servirem uns aos outros. Corte caminho através das tretas e falem uns com os outros abertamente. Se sente que o seu amigo está a desperdiçar a sua vida, diga-lhe isso, porque você o ama. Agradeça tal tipo de criticismo por parte dos seus amigos. Sugira desafios para cada um deles assumir na sua vida, de modo a trazer cada um deles a desbravar caminho através dos seus medos de modo a renderem-se na oferta das suas dádivas. Concorde sempre com consequências por não persistirem nos desafios. Por exemplo, se você assumir o desafio de arrebatar a sua mulher por três horas num qualquer dia da semana, então concorde também em cortar a relva dos seus amigos, se falhar um dia que seja de arrebatamento.

Você deveria alternar estes tipos de “corte através das tretas” com celebrações masculinas. Mesmo durante tais celebrações, no entanto, deveria haver algum desafio para permanecer atento e não distraído. Não existem oportunidades para falhar a plenitude, mas para comungar para além do medo. Talvez possam ir todos juntos nadar em água gelada. Ou beber até ao ponto de bebedeira e ficar o resto da noite a entoar cânticos de hino ao mistério da existência – ninguém autorizado a desistir. O que quer que façam, partilhe o máximo amor de que for capaz com os seus amigos, sem se contentarem com a mediocridade, ou menos do que a mais plena dádiva de cada um.

Assegure-se de criar condições para as alturas de rejuvenescimento suas e da sua mulher. Doutra modo ambos se degenerarão nas almofadas de estagnação medíocre da neutralização sexual que corta o verdadeiro limite de viverem a vossa dádiva na relação.

Parte VIII - Yoga da intimidade para homens e mulheres / 51. Pratique a dissolução!

Tal como dissolver-se na intensidade de um orgasmo, o maior desejo de um homem é a libertação absoluta.

Momento a momento, pratique o amor através da sua mulher e do mundo, permitindo a força da sua rendição para transformar cada momento num orgasmo de divina dissolução. Abrace cada momento da experiência como um amante e confie em toda e qualquer direcção para onde o amor o mover. Morra na oferta da sua dádiva, de modo a que nem se aperceba de que parou de agarrar-se a si mesmo. O medo é a sua desculpa final. Não lute com ele. Ame através dele.