

## 210. "Sensualità ed eros"

Approfondire un tema come quello della **sensualità** in un corso di natura spirituale sembrerebbe un pò fuori luogo, eppure diventa estremamente inerente quando si decide di **evolvere in totalità e completezza**, quintessenziando e sublimando ogni aspetto dell'essere (**superiore, intermedio e inferiore**).

La sensualità, espressione dell'impulso e del piacere donato dai sensi, **diventa eccesso e caduta se non si è in grado di canalizzarla verso una dimensione di riunificazione**, ma è vero che **è impossibile padroneggiare ciò che non si conosce**. Purtroppo nella società odierna la sensualità viene esaltata e commercializzata in tutte le sue forme ma il contatto e la conoscenza che ne abbiamo sono approssimativi e "consumistici": nella nostra cultura la consapevolezza del corpo è estremamente esigua, al punto che ne abbiamo abbandonato l'ascolto.

Per riacquisire una **corretta gestione degli impulsi istintuali e sensuali** è necessario - innanzitutto - ritrovare una **sensazione di benessere e piacevolezza nel proprio corpo**, imparando a rispettarlo come **tempio sacro** e ad apprezzarlo così com'è; non a caso anche le diete possono realmente funzionare solo se entra in una sfera di accettazione corporea altrimenti si continuerà a realizzare il cosiddetto **"effetto yo-yo"** (si perde peso e lo si riacquista, in una sorta di circolo vizioso senza uscita).

Per accettare ed apprezzare il proprio corpo possono essere utili **sedute terapeutiche psico-corporee** o anche solamente **psicologiche**, che mettano in contatto con il reale contenuto del disagio proiettato sul corpo e quindi con quelle parti per cui non ci accettiamo.

Per ritrovare la piacevolezza del proprio corpo aiuta molto farsi fare dei **massaggi (total body) con olii essenziali**, chiaramente da persone esperte e con cui ci sentiamo in sintonia, in tal modo è possibile sensibilizzarsi all'ascolto delle sensazioni che il corpo ci manda ed instaurare un dialogo profondo con noi stessi (**consigliamo alle donne più sensibili di farsi fare tali massaggi da mani femminili per non caricarsi eccessivamente con eventuali energie proiettive maschili**).

E' molto importante anche sapersi **automassaggiare** ed apprezzare la piacevolezza di questo atto. Soprattutto **per una donna è fondamentale avere un ottimo rapporto col proprio corpo e con la propria sensualità** in quanto sono gli strumenti con cui poter operare una trasmutazione dei piani energetici profondi (piani di potenza), esercizio in cui le donne sono molto più abili e capaci degli uomini (in quanto archetipicamente in sintonia con la **shakti**, l'energia primordiale che origina la materia). Allo stesso modo per godere appieno del **benessere sessuale** vissuto in coppia sarebbe importante padroneggiare tale benessere da soli (ved. anche gli **incontri 66 - 67 - 68**).

L'Amore (**Eros**) è alla base della **manifestazione del Creato** e pertanto va vissuto come tale, senza vergogna e senza esaltazione, ma in tutto il suo potenziale e in tutta la sua sacralità. Nell'antichità vi erano addirittura delle **Sacerdotesse che svolgevano attività sessuale iniziatrice** per i giovani uomini ed erano dovutamente venerate in questo importante compito. Osservando il Cosmo notiamo che le **forze di attrazione-repulsione** che esistono nel confronto sessuale tra la donna e l'uomo (i Taoisti usano la metafora della "guerra dei sessi") esistono anche tra i pianeti, i soli e le galassie in una danza cosmica che cesserà soltanto nel momento in cui l'intero universo creato verrà riassorbito nell'**Unità indivisibile originaria**, nel Nulla Primordiale (detto in Cina "Wu Chi").

Dal punto di vista iniziatico è fondamentale conoscere i **piani istintuali profondi**. In ogni essere esiste, ad esempio, **un'attrazione per individui del proprio sesso**, in quanto la nostra vera essenza è **androgina**, per cui non è difficile immaginare che la dimensione maschile di una donna trovi attraente un corpo femminile e che la dimensione femminile di un uomo possa trovare attrazione per un corpo maschile... è solo un gioco di energie e polarità, se però ne neghiamo l'esistenza creiamo una frattura in noi stessi.

Prima o poi tutte le persone che effettuano un lavoro completo su di sé entrano in contatto con questa consapevolezza, anche senza farne esperienza diretta. Non voglio dire, infatti, che ognuno dovrebbe poter provare **esperienze di natura omosessuale** (cosa che da un punto di vista esoterico molti non considerano conveniente) ma che **ciascuno dovrebbe poter conoscere e riconoscere queste pulsioni** (che quando sono completamente represses generano odio e intolleranza a causa del meccanismo psicologico dello specchio), arrivando in tal modo ad una conoscenza più completa del proprio essere.

**Grazie alla donna, dunque, l'uomo può ritrovare la sua totalità e viceversa**, non dimentichiamo infatti che esiste una spiccata differenza fra i due sessi e che solo con una completa collaborazione attuata nella consapevolezza può riportare all'Unità. I Taoisti spiegano l'atto di amore con la metafora della "guerra dei sessi": la donna possiede **uno scudo e una spada - vagina e clitoride** - e l'uomo una **lunga lancia - il pene** - , se ad esempio l'uomo attacca troppo repentinamente e tumultuosamente, la donna è in grado di parare tutti i suoi colpi e quando lui ha perso il seme (l'essenza vitale) "sferra l'attacco mortale". In questo confronto l'uomo è destinato a perdere per l'indubbia superiorità sessuale femminile, solo con la padronanza sull'eiaculazione l'uomo diventa un "valido avversario" e **possono così aver termine le ostilità a favore di un Bene maggiore** (già solo sul piano del piacere sessuale i greci, esperti amatori, valutavano l'intensità del piacere sessuale con una scala da 1 a 10 e ne davano 9 alla donna ed 1 al maschio).



### IL SUPPORTO FLORITERAPEUTICO

(ved. anche [www.ulixes.it/italiano/naturopatia\\_14.htm](http://www.ulixes.it/italiano/naturopatia_14.htm))

Difficoltà nel rapporto sessuale per scoraggiamento da precedenti esperienze: **LARCH** - Difficoltà nel rapporto sessuale per paura dell'altro: **MIMULUS** - Problemi di impotenza:

**LARCH** - Problemi di eiaculazione precoce: **IMPATIENS** - Difficoltà nell'approccio con l'altro perché si è tormentati dagli insuccessi: **AGRIMONY** - Difficoltà nell'approccio con l'altro per mancanza di fiducia in sé: **CERATO** - Accettazione dei normali cambiamenti fisiologici (pubertà, menopausa): **WALNUT** - Mancanza di iniziativa a letto: **WILD OAT** - Problemi sessuali legati alla difficoltà di lasciarsi andare per rigidità: **ROCK WATER** - Paura dell'orgasmo, paura di abbandonarsi al piacere: **CHERRY PLUM, ASPEN** - Rifiuto del corpo, senso di schifo ed ossessione per l'impurità: **CRAB APPLE** - Sentimenti di vergogna: **CRAB APPLE** - Sesso vissuto con senso di colpa o peccato: **PINE** - Senso di tormento per piccoli vizi segreti: **AGRIMONY** - Incapacità di aprirsi all'altro: **HOLLY**

Rimedio base per tutti i problemi sessuali sia maschili che femminili, dovuti alle cause più varie: **STICKY MONKEYFLOWER** - Errato rapporto con sesso e cibo a causa di un rifiuto materno vissuto nell'infanzia: **EVENING PRIMEROSE** - Per chi è convinto di essere brutto: **PRETTY FACE** - Dipendenza affettiva: **BLEEDING HEART** - Immagine negativa del sesso dovuta ad abusi o violenze (con frigidità), per uomini con immagine distorta della donna: **HIBISCUS** - Nella sindrome premenstruale, nella difficoltà ad integrare maternità e carriera, per favorire la soddisfazione sessuale: **POMEGRANATE** - Per chi manifesta ambivalenza sessuale e confusione sulla propria identità sessuale: **CALLA LILY** - Tendenza alla perversione e alla promiscuità oppure visione sporca del sesso (fino all'astinenza): **EASTER LILY** - Donne che rifiutano la propria genitalità (frigidità e disturbi ginecologici): **ALPINE LILY** - Per chi non accetta il proprio corpo e ha problemi dell'alimentazione: **MANZANITA** - Per problematiche sessuali dovute ad un eccesso di attività mentale e ad una sovrastimolazione sensoriale: **DILL**