

## **MASAJE LINGAM**

Copyright © 1995 Jeffery Tye



### **Información de Antecedentes básicos:**

La palabra Sánscrita para el órgano sexual masculino es Lingam (pronunciado LING-AHM) y es traducido libremente como "Vara de Luz." Su significado es diferente en intención al de la típica concepción occidental del pene (por ej. Gallo, Pinche, Maza, Verga, etc., palabras que pueden provenir de una perspectiva limitada, dependiendo de la intención con que se usa). En el Tantra/ Sexualidad Sagrada, el Lingam es respetuosamente considerado y honrado, una "Vara de Luz" que canaliza placer y energía creativa.

El propósito del Masaje del Lingam es crear un espacio donde recibir la expansión del placer que viene desde el Lingam de quien recibe. Su pareja (el dador) experimenta el regocijo de facilitar y ser testigo de la entrega del hombre a su aspecto más suave, más amoroso. El Masaje de Lingam puede usarse como un tipo de sexo más seguro y es un proceso óptimo para producir confianza e intimidad. Se usa frecuentemente para ayudar a los hombres a sanar de condicionamientos sexuales negativos y traumas.

La eyaculación no es la meta del Masaje de Lingam aunque frecuentemente es un ameno y bienvenido efecto accesorio. La meta es masajear el Lingam, que también incluye testículos, perineo y el Punto Sagrado, equivalente al punto G femenino, permitiendo al hombre entregarse a una forma de placer que puede no haber usado adecuadamente. Desde esta perspectiva tanto el receptor como el dador se relajan en el masaje.

Los hombres necesitan aprender a **RELAJARSE** y **RECIBIR**. El condicionamiento sexual tradicional orienta al hombre en un modo de hacer activamente y alcanzar la meta. El Masaje de Lingam permite al hombre experimentar sus aspectos más suaves, más receptivo de experiencias de placer, desde una perspectiva no tradicional.

### **Preparación.**

Tome una ducha o baño tranquilizador. Tómese su tiempo y respire profundamente. La respiración consciente y relajada le permitirá salir de su proceso mental habitual y entrar más hondo en sus sentimientos. Relaje su abdomen y deje salir la tensión que la mayoría de los hombres mantiene allí. Vaya al baño antes de comenzar el masaje. Los mejores resultados ocurren cuando los intestinos y la vejiga están vacíos.

Deje ir sus pensamientos y conéctese con su pareja mediante un abrazo, un sostenerlo apretado, un contemplar su mirada (mirando en los ojos del otro durante un cierto tiempo), brindándose a ambos un espacio de relajación y confianza.

#### Procedimiento.

El receptor descansa sobre su espalda con almohadas bajo la cabeza así puede mirar a su pareja (el dador). Poner una almohada bajo sus nalgas, y cubrir con una toalla. Sus piernas están sueltas y separadas, con las rodillas ligeramente flexionadas (almohadas o cojines bajo las rodillas también ayuda), y con sus genitales claramente expuestos para el masaje. El dador se sienta de piernas cruzadas entre las piernas del receptor.

Antes de contactar con el cuerpo, comenzar con respiración relajada profunda. Suavemente masajear piernas, abdomen, muslos, pecho, pezones, etc., para conseguir que el receptor se relaje. Recordar al receptor que respire profundamente y a ahondar más su relajación.

Verter una pequeña cantidad de aceite de alta calidad sobre el eje del Lingam y testículos. Comenzar a masajear suavemente los testículos, teniendo cuidado de no ocasionar dolor en este área tan sensible. Masajear suavemente el escroto, induciéndolo a relajarse. Masajear la zona de arriba del Lingam, sobre el hueso púbico. Masajear el perineo, área situada entre los testículos y el ano. Tómese su tiempo. Está dando masaje a una parte frecuentemente descuidada del cuerpo.

Masajear el eje del Lingam. Variar la velocidad y presión. Suavemente apriete la base del Lingam con su mano derecha, tironeando hacia arriba y afuera, y luego alterne con su mano izquierda. Tome su tiempo para hacer esto, derecha, izquierda, derecha, izquierda, etc. Entonces, cambie la dirección comenzando la presión en la cabeza del Lingam y entonces deslice la mano hacia abajo y adentro. Nuevamente, alterne con su mano izquierda y derecha.

Masajear la cabeza del Lingam como si estuviese usando una exprimidor de naranjas. Masajear todo el contorno de la cabeza y cuerpo del Lingam. En Tantra se considera que existen muchas terminales de nervios canales en el Lingam que corresponden a otras partes del cuerpo. Se dice que muchas afecciones pueden ser curadas con un buen Masaje de Lingam.

El Lingam puede deslizarse suave o no al realizar esta técnica. No se preocupe si no consigue hacerlo otra vez fuertemente. Encontrará probablemente que lo hará fuerte, luego suave, después fuerte nuevamente, etc., que es una altamente deseable experiencia tántrica, como cabalgando una ola, sacudiéndose de arriba abajo. La dureza y la suavidad son dos extremos del espectro de placer.

Si sucede que el varón va a eyacular, suspenda, permitiendo que el Lingam se ablande un poco antes de reanudar el masaje. Hacer esto varias veces, acercándose a la eyaculación, y entonces suspender. Recuerde, la meta no es eyacular en sí. Los hombres pueden aprender el arte de la maestría y el control eyaculatorio acercándose a la eyaculación y entonces suspender la estimulación. La clave aquí es la respiración profunda, que incluso suavizará el impulso a eyacular. Eventualmente la maestría eyaculatoria le permitirá hacer amor durante tanto tiempo como desee y podrá llegar a ser multi-orgásmico sin derramar una gota de

esperma. El orgasmo y la eyaculación son dos respuestas diferentes que puede aprender a separar. El resultado es una vida sexual muy mejorada y ampliada.

Encontrar y masajear el Punto Sagrado masculino.

Hay dos maneras a hacen esto. Uno es encontrando el punto a medio camino entre los testículos y el ano. Hay una pequeña depresión del tamaño de un poroto o un poco más. Gentilmente presione hacia el interior. Él varón sentirá adentro una presión profunda que puede ser intensamente dolorosa las primeras veces. A medida que esta zona es trabajada suave y profundamente, el varón será capaz de expandir sus orgasmos y ejercer control maestro sobre el eyacular. Puede masajear el Lingam con su mano derecha y el Punto Sagrado con su mano izquierda. Pruebe presionar sobre este punto cuando se acerca a la eyaculación. En el Taoísmo este es un punto renombrado como el Punto de Toda la Energía.

Otra manera de acceder al Punto Sagrado es por el ano. Muchos hombres, especialmente heterosexuales, al principio se sienten incómodos como resultado de un condicionamiento sexual negativo. Aquí es preciso ser cuidadoso y usar lubricante. La clave es ir lento y ser muy suave. Asegúrese que él respira mientras introduce un dedo de su mano izquierda en el ano, más o menos unos dos o tres cm. Entonces doble un poco su dedo como en un gesto de 'ven aquí'. Sentirá entonces la glándula próstata. Variar la presión y velocidad del masaje. Él puede querer estimulación del Lingam mientras masajea el Punto Sagrado. Suspanda la estimulación del Lingam cuando se acerca al orgasmo y aumente la presión en el Punto Sagrado.

A veces el hombre puede tener fuertes emociones que surgen durante el masaje en el Punto Sagrado. Puede gritar y recordar un suceso traumático de su pasado. El dador está en un lugar de confianza e intimidad. Permítale sentir sus emociones y sea muy amorosa, sin tratar de consolarlo o detenerlo, simplemente dejándolo sentir cualquier cosa que necesite. Impúselo a gritar, gemir, sollozar, si lo siente apropiado. Sea la mejor sanadora y amiga que él pueda tener en este momento.

Terminando el Masaje.

Si él elige dejar el control y eyacular, ayúdelo a respirar hondamente durante el orgasmo. Ventilará su mente, especialmente si ha estado cerrando y reteniendo, por lo menos SEIS veces antes de eyacular. Reteniendo seis veces se recarga la pila sexual con tremenda energía. Es entonces su elección respecto a donde él quiere enviar esta energía: afuera con su eyaculación (la elección predominante) o al interior para darle otro uso (los hombres que alcanzaron maestría eyaculatoria, son capaces de canalizar esta energía hacia otras áreas de su ser).

Cuando sienta que el masaje está completo, suavemente retire sus manos y permítale quedarse tranquilo. Puede recostarse al lado y acompañarlo o puede salir del lugar y dejarlo flotar en un estado meditativo. Permítale experimentar totalmente su inocencia cuasi infantil y su magnífica belleza masculina.

Disfrute con esta técnica y compártala con sus mejores amigos y amados.

Namaste,  
Jeffery

The Lingam Massage

Copyright © 1995 Jeffery Tye  
jahfree@jahfree.com