

# Eles praticam o Tantra (E recomendam!)

escrito por Universo e Cultura



Que tal se aventurar nos prazeres do tantra? A seguir, três pessoas que já investiram nessa prática (e comprovaram seus benefícios para a vida sexual) contam porque você também deve experimentá-la.

**Texto • Júlia Reis / Triada.com.br**

“Conheci o sexo tântrico através de minha parceira, há mais ou menos dois anos. Daquele dia em diante o sexo tradicional foi transformado em algo sutil, cheio de amor, carinho, compreensão e, o mais importante, sinceridade. A experiência foi divina. Muitas pessoas dizem que fazem sexo tântrico, mas na verdade não passa de um sexo comum um pouco mais amoroso. Sexo tântrico não é exatamente o que se vê por aí, é algo muito mais energético do que físico. Hoje, eu e minha parceira vivemos numa interação única, de sentir, dizer, amar... O mais significativo para mim foi aprender a estar no aqui e agora, olhar o natural da vida, estar presente em cada momento e perceber que o sexo não é algo para ser negado, e sim uma energia em potencial que pode ser usada conscientemente e transformada em amor.”

**Anand Milan**

28 anos

Terapeuta Corporal Holístico

“Há mais ou menos cinco anos, comecei minha busca por

autoconhecimento, passando por várias religiões e filosofias, até que me deparei com o tantra e me encantei logo de cara. Aos poucos fui incorporando suas práticas no dia a dia. É difícil falar de uma experiência como esta, porque, de repente, você não se vê mais no ato sexual: é mágico. Vejo meu parceiro como a personificação do Deus Shiva e me tornei mais carinhosa e compreensiva também, além de perceber que ele não é minha propriedade. O mais importante foi descobrir que para ser “espiritualizada” eu não tinha necessidade de abandonar o sexo.”

### **Chandra Veerasha**

27 anos

Terapeuta Corporal e Tântrica

“O sexo tântrico é completamente diferente do sexo comum. Gosto de enfatizar as sensações físicas, porque não tem uma viagem esotérica ou mental, de encontrar Deus ou anjo da guarda. É uma sensação de expansão física muito grande, como se meu corpo estivesse enchendo uma sala. Minha cabeça fica muito maior, o corpo todo vibra e sinto a energia correndo por ele. É um momento de entrega total. Eu sinto meu cérebro maior, com novas sinapses criadas, novas concepções da energia, o corpo mais sensível e receptivo. Os sentidos ficam mais apurados. Você simplesmente esquece que existe uma coisa que se chama ejaculação. Por isso que eu nem gosto nem de chamar de sexo tântrico, porque não é sexo. Na verdade, é uma grande meditação.”

### **A. Karish Viram**

28 anos

Psicoterapeuta