



- El -

ORGASMO

por Martin Zoller



Uno de los actos mal interpretados o mal entendidos es el orgasmo sexual.

Paulo Coelho escribió en su libro "11 minutos", en forma muy directa como el ser humano interpreta el orgasmo y el acto sexual como algo muy básico y casi primitivo. De esto se puede llegar a la conclusión que el sexo sirve únicamente al orgasmo masculino.

Hay otro estudio que afirma que un acto sexual tiene una duración promedio de tres minutos. ¡Tres minutos! Eso es todo lo que necesita el hombre para llegar al clímax. Entre hombres hacen competencia, sintiendo orgullo de llegar muy rápido a la eyaculación. Llegar rápido, para

muchos, es ser macho. Yo diría que es ser ignorante, revela un índice de ignorancia intelectual. Lastimosamente el machismo y la ignorancia intelectual son como gemelos, casi siempre van uno al lado del otro.

En Bolivia recientemente la mujer empieza a valorar y dar importancia a su sexualidad. La mujer se da cuenta que su misión no solamente es abrir las piernas y esperar hasta que el hombre termine.

Las féminas están aprendiendo que también pueden tener un orgasmo y a muchos hombres eso los pone incómodos, porque algunos no saben cómo dar placer a una mujer. Por mi trabajo, hablé con muchas mujeres que me confesaron lo que

La falta de **educación sexual** es la principal causa por la cual las mujeres ignoran el potencial sexual de su cuerpo.

no dicen a nadie más: que su marido no sabe cómo darles placer. Qué tal. Muchos, si no la mayoría de los machos que hacen chistes de mujeres y que tanto hablan de sexo en verdad y a puertas cerradas no saben cómo dar placer a la mujer!

Pero atención. Sería injusto culpar solamente al hombre por el desastre de la vida sexual de tantas parejas. La mujer tiene igualmente la culpa. Muchas de ellas ni sabían que pueden tener un orgasmo y si lo sabían



no tienen idea como llegar al clímax. Es verdad que antes no había una formación y educación sexual y que no se hablaba de estos temas. Más hoy en pleno siglo XXI y gracias al internet no hay más como tomar la ignorancia de excusa por no aprender. En youtube.com hay vídeos educativos que muestran cómo la mujer puede llegar correctamente al orgasmo o cómo el hombre se tiene que comportar para que la mujer puede llegar con placer a ese momento tan especial.

Conociendo al hombre, creo que

Hoy en día existen una infinidad de metodos para poder aprender acerca del orgasmo.

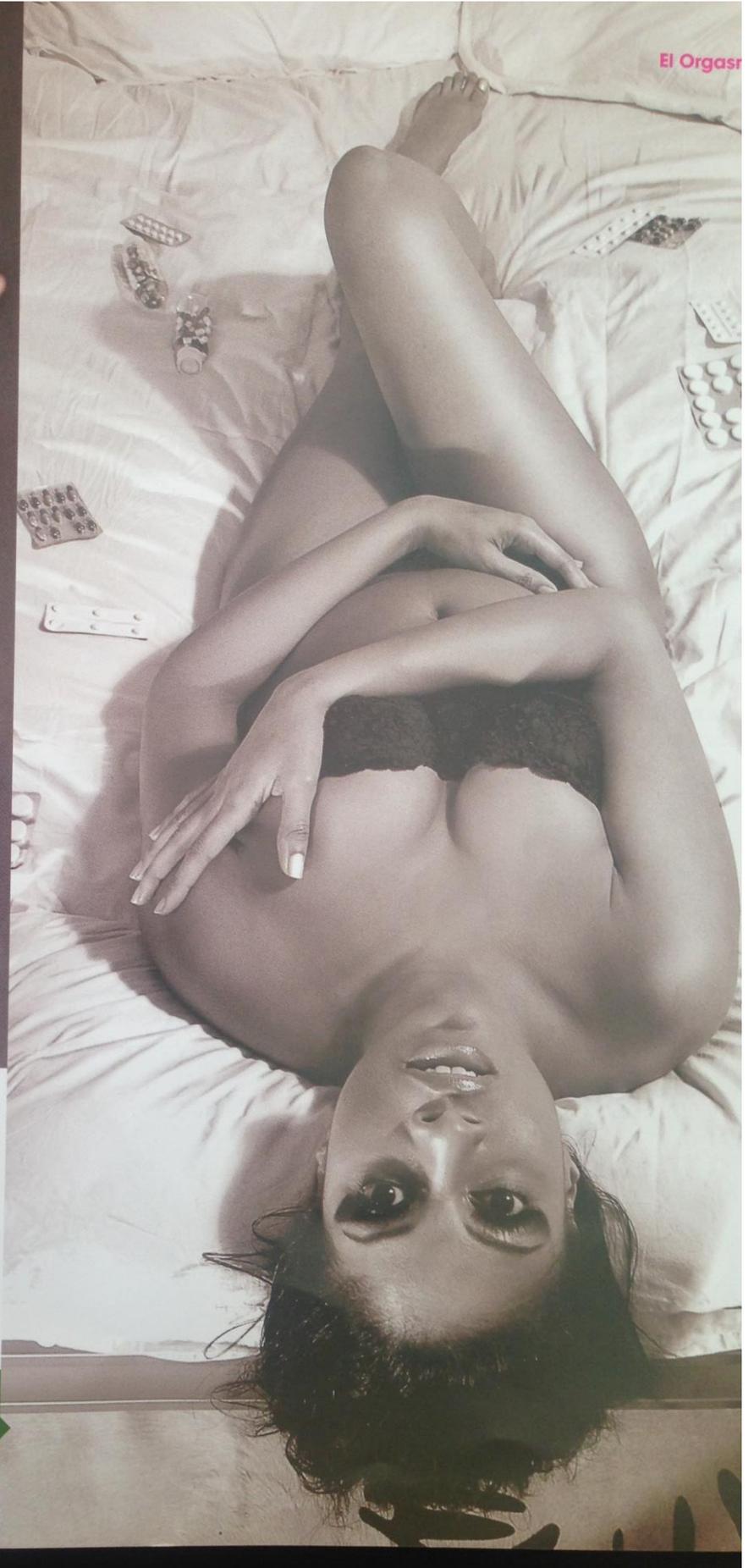
este aprovecha estos vídeos más para masturbarse que para aprender cómo evolucionar en la ciencia de la sexualidad.

Hablando de masturbación, esta es una de las mejores prácticas para conocer su cuerpo. Tanto hombre como mujer tiene más que un solo punto de excitación. Dándose pla-

cer en solitario uno puede experimentar y descubrir estos puntos y cómo estimularlos. Muchas parejas se sienten avergonzadas al hablar de la sexualidad, de inseguridades o miedos.

Mientras que uno consigo mismo no tiene nada que perder y puede hacer lo que le da la gana. Después, con la experiencia uno puede hablar con su pareja, mostrando donde se encuentran los puntos de excitación y como estimularlos.

Hablando del sexo abiertamente,



La masturbacion es una de las mejores prácticas para conocer a su cuerpo

El Orgasmo

compartiendo cuerpos y puntos secretos da placer y une a las parejas. Además, automáticamente llegamos a más de 11 minutos de sexo.

Aprendiendo bien el orgasmo, la mujer se da cuenta que tiene una gran ventaja frente al hombre: La mujer puede llegar a un orgasmo múltiple. Mientras que el hombre después de un orgasmo se cansa, quiere dormir o fumar un cigarrillo y la mujer recién está empezando. Hay mujeres que pueden tener 10 orgasmos o más. Un sueño de cualquier hombre.

Mujeres ustedes sabían que pueden tener más orgasmos que el hombre. Si no lo sabían llegó el momento de experimentar y de educar a su marido o novio para que aprenda. No se

sorprendan si su pareja de repente se siente frustrada. No es fácil para muchos hombres si por años pensaron solo en ellos.

Paso dos, de la ciencia del orgasmo, es que uno aprende que se puede "jugar" con el orgasmo. Uno puede controlarse, decidiendo cuando quiere llegar. Hombre como mujer puede controlar ciertos músculos en su cuerpo, controlar la respiración hacia el punto de llegar como también manejando los movimientos para no llegar directamente.

Muchos hombres que no saben cómo controlar y llegan en cuestión de minutos, entonces se sienten frustrados porque ya terminaron, pero al mismo tiempo no quieren mostrar su frus-

tración y se hacen los machos que pueden llegar lo más antes posible.

No hay nada más bello que dos cuerpos humanos jueguen, porque el amor de dos almas se expresa a través de los cuerpos. El acto sexual conscientemente expresado es un baile cósmico entre dos almas que expresan su energía a través de la alquimia de dos cuerpos.

Si sabemos cómo darnos el placer del orgasmo y además sabemos cómo jugar con el orgasmo para experimentar conscientemente la sexualidad, nunca más como un simple acto carnal de 3 a 11 minutos y convertir este instante en una experiencia espiritual, cada vez sería algo único y divino.

Mujeres! Sabían que pueden tener mas orgasmos que el hombre!

