Crónicas del insomnio

 Ayer lunes Hash en El Cangrejo con regular participación y buen recorrido. Gracias a todos los que hacen posible el milagro del Hash.

 Hablemos de un tema siempre interesante: el sexo, que sigue siendo tema tabú en nuestra sociedad occidental y nuestra cultura judeocristiana.

 Tendemos a considerar las cosas o los conceptos en forma absoluta (como decir esto es blanco y es blanco). Pero cuando hablamos de sexo hay que entender que es algo infinito, ilimitado y por tanto relativo, no algo estático que siempre es igual. En cada momento de nuestra vida el sexo ha sido algo diferente y si alguien no resuena con el sexo debe hacer una profunda reflexión. El sexo no es un pecado ni una perversión, aunque puede llegar a ser enfermedad si no se controla o maneja balanceado. Igual si no controlas tu alimentación te enfermas y si no manejas bien tus pensamientos, te enfermas. El sexo es una forma más de conectar con tu cuerpo, tus deseos y tus ansiedades, todo lo cual debe ser atendido. Porque el sexo es pura energía tanto física como mental

 El sexo es salud. Es decir, si tienes sexo significa que tienes buena energía y si tu energía la diriges a cualquier cosa menos al sexo quiere decir que estás ignorando una parte importante de tu esencia (a menos que estés iluminado/a…)

 Es verdad que hombres y mujeres entienden el sexo algo diferente; eso es normal ya que la mujer es **yin** y el hombre es **yang**, dos fuerzas opuestas pero complementarias. El yin representa la quietud y es frío (pasivo) y el yang representa la inquietud y es caliente (activo). Y como el sexo es infinito e ilimitado entonces no hay excusa para evadirlo o ignorarlo. Pero no te preocupes, al sexo puedes acceder con pareja o sin ella, solo/a o acompañado/a ya que el sexo y uno es lo mismo y está siempre accesible a los deseos de cada cual.

 Practica el sexo igual que practicas un deporte o una afición, por tu salud. Y si algo no funciona investiga, estudia, y descubre qué es lo que pasa, pues nada debe dejar de funcionar en el cuerpo, y lo que no se usa entra en obsolescencia y decadencia. El cuerpo es una máquina muy precisa y armónica que se alimenta de la energía que generamos. Ponte las pilas, ven a correr al Hash y carga las baterías de la vida compartiendo energía, cerveza y tu sensualidad, que es parte de ti como todos los lunes.

Buen sexo y libertad para todos los hashers.

Guille Garuz.