

**EMENTA DO PROJETO:**

- **Título:** Prazer sem fim- Relato de homens que abdicaram da ejaculação para potencializarem seu prazer sexual.
- **Natureza:** Grande Reportagem
- **Aluno:** Sara Stopazzoli
- **Suporte:** Texto
- **Sumário:** Esta reportagem pretende mostrar várias técnicas e visões da vida sexual que a maioria dos homens modernos desconhece, tendo como ponto de partida estudos e depoimentos de homens que revolucionaram suas vidas sexuais após abolirem a ejaculação.
- **Instituições Envolvidas:** Ufsc
- **Professor Orientador:** Aglair Bernardo

---

**TERMO DE COMPROMISSO:**

Eu, Aglair Bernardo, aceito orientar o trabalho de Conclusão “ Prazer sem fim- relato de homens que abdicaram da ejaculação para potencializarem seu prazer sexual ”, da aluna Sara Stopazzolli.

Aglair M. Bernardo  
Aglair Bernardo

## INTRODUÇÃO:

Há tempos que eu vinha desconfiando de que o sexo não era simplesmente aquilo que a mídia ou as aulas de educação sexual- que mais poderiam se chamar “ aulas de informação genética” – mostravam. Era tudo muito rápido, muito simples e egoísta, nem parecia que estávamos falando da poderosa energia de perpetuação da espécie.

Então, depois de conversar com pessoas e ler muito, descobri que realmente o corpo humano abriga energias extraordinárias que permanecem latentes na maioria das pessoas, mas que algumas técnicas sexuais podem despertá-las.

Esta descoberta pode ser, num primeiro momento, um prato cheio para os homens modernos que estão sentindo a necessidade de se informar para levarem suas mulheres ao orgasmo. Porém, esta reportagem não pretende se parecer com os atuais tratados de revistas femininas. É importante para o homem, em primeiro lugar, mudar radicalmente sua atitude perante a mulher e o sexo.

Em resumo, trabalhar com a energia sexual significa não gozar. Enquanto no Ocidente o contato sexual é breve, o orgasmo feminino raro e o do homem muito precoce e forçado por movimentos prematuros, há milênios os orientais, principalmente na Índia ( tantrismo) e na China (taoísmo), acreditavam que só o controle ejaculatório poderia restabelecer o equilíbrio e acabar com a hipocrisia sexual. “O prazer real das relações seria o prolongamento e desenvolvimento do desejo e não acabá-lo ou aliviá-lo tão rápido quanto possível.” ( CHIA, Mantak & ARAVA, Douglas <sup>a</sup> *O orgasmo múltiplo do homem: Os segredos do prazer prolongado*. Rio de Janeiro: Objetiva, 1996)

Além de acabar com a hipocrisia sexual, quando o homem abstêm-se da ejaculação, ele tem um ganho imenso de energia que poderá ser sublimada em outros momentos, como esportes, estudo, trabalho, além de desenvolver potencialmente a criatividade. M.C, 40 anos, diz que desde que se tornou vegetariano e começou a praticar o tantra, há quase 20 anos, vem se sentindo cada vez mais disposto, dorme menos sem se sentir cansado, estuda muito e tem uma capacidade de memorização incomum, além de estar aguçando cada vez mais seus dotes artísticos.

Segundo o hinduísmo, o sêmen é a base da força, da saúde e longevidade. Ao invés de ejacular, o homem deve conduzir o sêmen para o alto da coluna cervical pela técnica da não-ejaculação, que será explicada com detalhes na reportagem.

---

Já para o chineses, caso o homem pudesse evitar a ejaculação, ele não somente adquiria ying (força feminina), mas também reteria yang (força masculina). O melhor para o homem seria não ejacular, para permitir que a mulher atingisse o orgasmo e liberasse sua essência ying, que fortaleceria o homem. ( GREGERSEN, Edgar. *Práticas Sexuais: a história da sexualidade humana*. São Paulo: Roca, 1983.)

Além disso, segundo Shere Hite ( HITE, Shere. *O Relatório Hite- um estudo sobre a sexualidade feminina* ) as técnicas de adiar o orgasmo por muito tempo, fazendo com que homens conseguissem manter altos níveis de excitação foram efetivamente praticadas na colônia Oneida de Nova York, no séc XIX. O estudo de uma psicóloga americana nesta comunidade concluiu que houve uma explosão da criatividade artística entre as pessoas que recusavam o orgasmo e também foram reduzidos drasticamente problemas ginecológicos em mulheres que, segundo a psicóloga, eram reflexo da fuga sexual.

Edgar Gregersen ( GREGERSEN, Edgar. *Práticas Sexuais: a história da sexualidade humana*. São Paulo: Roca, 1983.) também relaciona a ejaculação excessiva com a impotência. Na Oceania, os mangaianos copulam mais freqüentemente do que os europeus e americanos, mas provavelmente pagam o preço de um maior índice de impotência e esterilidade em idades mais avançadas. M.C., praticante de tantra citado anteriormente, estudou o corpo humano minuciosamente durante anos e tem uma tese que comprova que “Os Don Juans de hoje serão os impotentes de amanhã.”

**PROBLEMA:**

---

Como já podemos perceber, falar de sexualidade implica em falar de cultura, de mitos, lendas, etc. No entanto, tentarei me ater o mínimo possível a subjetividades. Por mais que os tântricos afirmem que nada é místico nem transcendental, que a vida, a consciência, a mente são tão materiais quanto a gravitação ou o eletromagnetismo, procurarei dar menos ênfase às filosofias e falar mais de técnicas concretas e adaptáveis ao mundo moderno. Deste modo, a intenção é relativizar os códigos de valores e as diferentes concepções sobre a sexualidade, sem cair nos dogmatismos e nos padrões de “normalidade” ou de “certo e errado”.

Sexo não é um assunto muito fácil de falar de forma séria; em nossa cultura, ele sempre foi tratado de forma biologizada, anatômica, descritiva, fonte de males, de culpa e de medo e a primeira dificuldade é trazer a sexualidade ao nível do permitido e do humano. Uma Segunda dificuldade é construir uma abordagem mais cautelosa e complexa, a fim de evitar interpretações afoitas do fenômeno sexual relatado.

Por se tratar de um assunto amplo, resolvi limitar meu campo de trabalho a experiência dos homens, pois biologicamente e culturalmente eles estão condicionados a um sexo egoísta, e estas técnicas mudam radicalmente o jeito do homem agir e pensar. Acho que o relato de cada homem tem particularidades interessantes e, contadas por eles mesmos, ajudam a dar credibilidade à reportagem.

Com isso, penso que os homens modernos, educados pelos meios de comunicação que trazem um modelo de sexualidade permissivo e consumista, se sentirão desafiados com a abordagem da reportagem. Alguns ficarão irritados com tamanho “absurdo”, outros curiosos para saberem mais e praticarem; a reportagem promete não deixá-los indiferentes.

De qualquer modo, minha intenção é de que, após lerem o texto, as pessoas concordem com a tese de que a ignorância da necessidade da relação sexual para a saúde e a virtude tanto do homem quanto da mulher é o erro mais fundamental na filosofia médica e moral.

**OBJETIVO GERAL:**

Informar homens e mulheres de que existe algo além do espasmo muscular involuntário ao qual a maioria considera ser seu extremo prazer sexual.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Mostrar como é importante uma vida sexual satisfatória e sua relação com a saúde física, psíquica e com a longevidade.
- Revelar uma nova visão do sexo, que destoa do repressivo sistema patriarcal ocidental, adotando uma sexualidade sadia, sem culpas e preconceitos.
- Advertir a mídia quanto a seu tratamento em relação às questões sexuais, que cria pervertidos e ao mesmo tempo os reprime, além da pornografia excessiva que cria homens cada vez mais machistas e ejaculadores precoces.
- Informar as pessoas da importância da energia sexual que existe em cada um, que é, além de tudo, uma arma política utilizada há muitos séculos para a manipulação das massas.

#### **JUSTIFICATIVA:**

Esta reportagem é importante porque trata de um assunto que a grande maioria das pessoas quer consumir. Sexo é um dos assuntos que o público mais tem interesse em se informar, e que a mídia menos pode oferecer de forma séria e sem preconceitos. Para informar alguém é preciso, em primeiro lugar, livrar-se da culpa que a tradição judaico-cristã impõe em relação ao sexo. E são poucos que conseguem fazer isto. É imenso o número de jovens, doutores e até médicos que desconhecem o próprio corpo. Além disso, o assunto desta reportagem é tratado na mídia muito raramente e de forma superficial. Não tenho conhecimento de nenhum estudo jornalístico sobre este assunto e com esta extensão.

#### **METODOLOGIA:**

A reportagem será dividida em duas partes. Na primeira, o assunto será explicado para o leitor através de fontes bibliográficas, depoimentos de sexólogos, antropólogos, historiadores, pesquisadores, teólogos e educadores. A segunda parte constará de 7 a 10 relatos da experiência sexual de homens que adotam as técnicas reportadas. Serão feitos em primeira pessoa e terão em média cinco laudas cada um.

A apresentação será no formato texto com ilustrações.

Os métodos a serem utilizados serão entrevistas face a face e pesquisa bibliográfica.

#### **CRONOGRAMA:**

AGOSTO E SETEMBRO- entrevistas

SETEMBRO E OUTUBRO- transcrição das fitas

NOVEMBRO- redação

DEZEMBRO- revisão e finalização do projeto

#### **ORÇAMENTO:**

- 7 fitas- R\$ 30,00
  - material para anotações- R\$ 7,00
-

- folhas, impressão e encadernamento- R\$ 10,00

TOTAL: R\$ 47,00

**BIBLIOGRAFIA:**

GREGERSEN, Edgar. *Práticas Sexuais: a história da sexualidade humana*. São Paulo: Roca, 1983.

CHIA, Mantak & ARAVA, Douglas A. *O orgasmo múltiplo do homem: Os segredos do prazer prolongado*. Rio de Janeiro: Objetiva, 1996.

DUNAS, Felice & GOLDBERG, Philip *Jogos da Paixão*. Rio de Janeiro: Record, 1999.

LYSEBETH, André V. *Tantra, o culto da feminilidade*. São Paulo: Summus, 1994.