

FRAUEN

&

SEX

ZERVIX 3



Zervix 3

Frauen & Sex

Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen



Verdeckte Aufstellung:

Geh in die Aufstellung mit folgender Fragestellung:

Was nährt dich im Kontakt mit der Zervix?

Was brauchst du, um zu spüren, was dich an der Zervix nährt?



Frauen & Sex

Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen

Wenn wir über den genitalen Magnetismus sprechen, müssen wir auch generell über unser Energiesystem ein wenig Bescheid wissen.

Die Bahn der Kundalini – der Lebensenergie läuft vom Muladhara Chakra am unteren Ende der Wirbelsäule bis hin zum Sahasrara (Scheitel-) Chakra.

In Sanskrit bedeutet es wörtlich "zusammengerollt oder aufgerollt wie eine Schlange". Man erweckt sie, um wieder ein vollständiger Mensch zu werden. Es bringt dir viel Energie und Entwicklung, Gefühle von universeller Verbundenheit und unendlicher Liebe.

Wir werden mit einer aktiven Kundalini geboren, die sich dann im Laufe der Kindheit durch negative, lebensenergie-bremsende Erfahrungen wieder zurückzieht.

In der Pubertät, wenn die Sexualität sich stark zeigt und gelebt werden will, versucht sich die Kundalini wieder hochzuschlängeln und sorgt für untypisches Verhalten oder andere Zustände.

Je nachdem wie wir mit dieser Energie umgehen, wird unser Leben erfüllt und stark, oder schwach und energielos.

Auf dem Bild siehst du Ida (gelb – Linkes Nasenloch) und Pingala (rot – rechtes Nasenloch)



Frauen & Sex

Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen

Ida ist aktiv, wenn du durch das linke Nasenloch atmest und ist mit dem parasympathischen Nervensystem (entspannt und senkt die Körpertemperatur) verbunden. Pingala wird durch das rechte Nasenloch aktiv und ist mit dem sympathischen Nervensystem (erhitzt den Körper, energetisiert) verbunden. Shushumna oder der Zentralkanal ist mit dem zentralen Nervensystem verbunden.

IDA

Linkes Nasenloch

Rechte Gehirnhälfte

Mondenergie (zunehmend)

Yin

Minus-Pol

Weiblich

Mentale Aktivität

Passiv

Alkalisch

Kühlend

Nachtzeit

Winter

Magnetische Energie

Blasse Farbe oder weiss

Schwarz

Westen, Süden

Montag, Mittwoch,

Donnerstag, Freitag

Gerade Zahlen

PINGALA / SURYA NADI

Rechtes Nasenloch

Linke Gehirnhälfte

Sonnenenergie

zunehmende Mondenergie

Yang

Positiv

Männlich

Körperliche Aktivität

Aktiv

Erwärmend

Sauer

Tageszeit

Sommer

Elektrische Energie

Feurig rote Farbe

Weiss

Osten, Norden

Sonntag, Dienstag, Samstag

Ungerade Zahlen

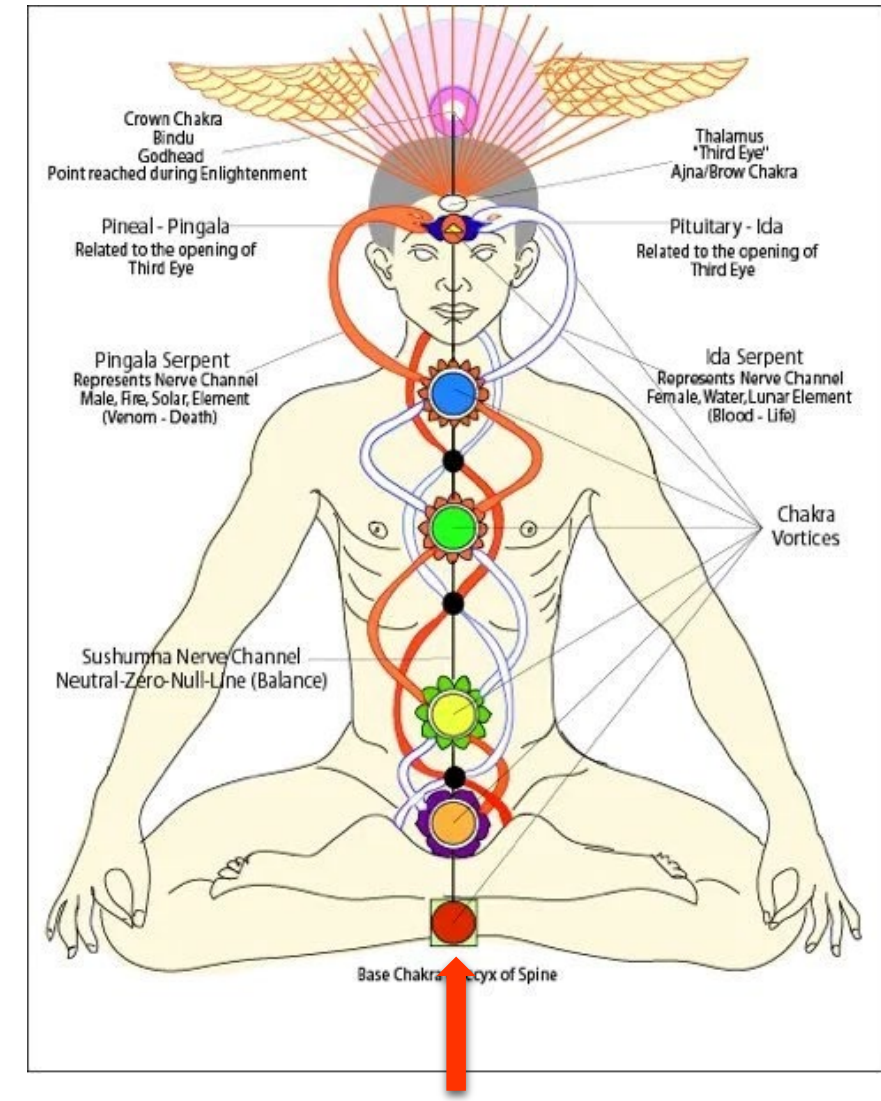
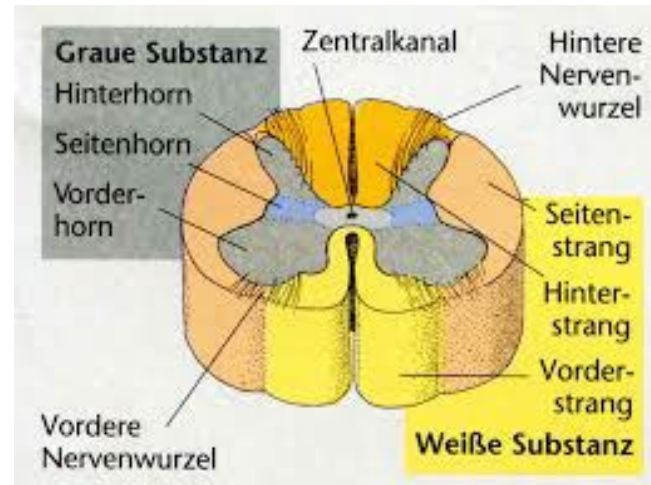
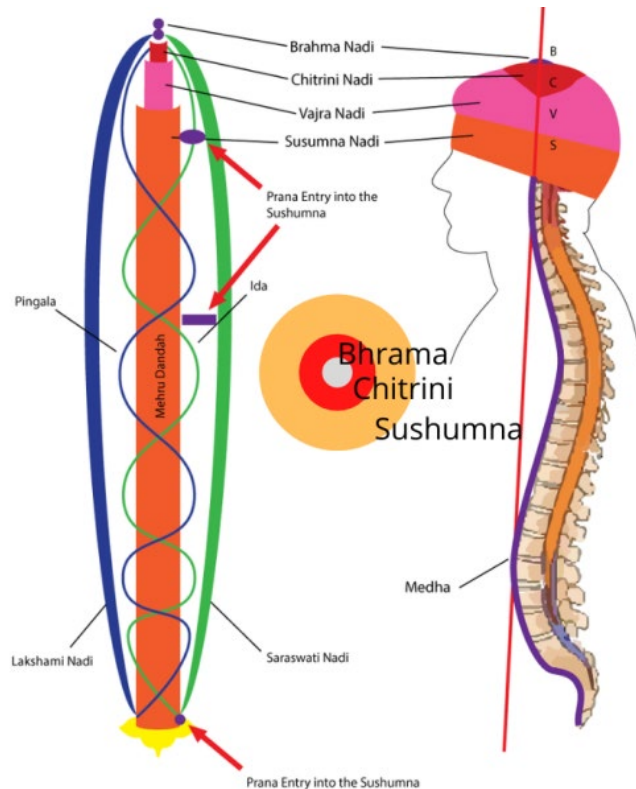


Frauen & Sex

Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen

Die Kundalini muss man in den richtigen Kanal zu lenken, da sonst energetische und körperliche Probe.

Shushumna ist der Zentralkanal, der in sich noch 74 Energiekanäle hat. Es sind jedoch nur 4 davon für einen guten Aufstieg der Kundalini geeignet. Daher ist ein guter Lehrer, der die Kundalini auch wieder zurückschicken und mäßigen kann, sehr wichtig. Shushumna ist auch für die Atemübungen wichtig und da die Prana-Energie hier aufgebaut und transportiert wird.



Frauen & Sex

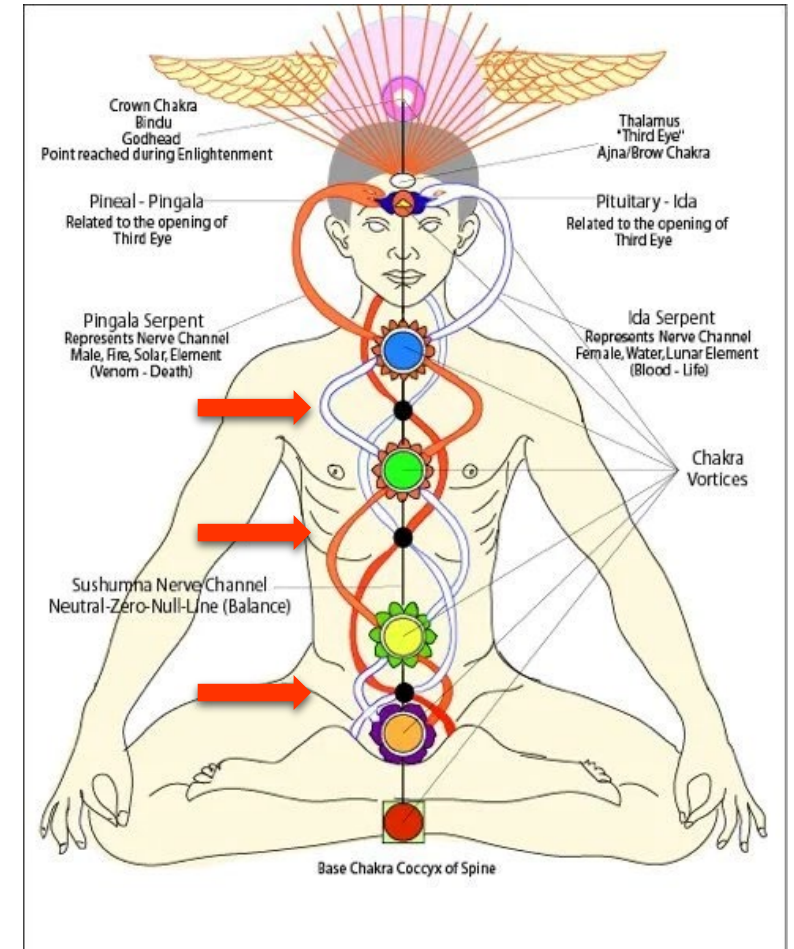
Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen

Wenden wir uns den drei schwarzen Punkten zu – den Granthis.

Brahma-Granthi befindet sich oberhalb des **Muladhara-Chakras (bei Frauen der Gebärmutter)**. Brahma Granthi, der erste Knoten am unteren Ende der Wirbelsäule ist verbunden mit den beiden unteren Chakras, Muladhara Chakra (Wurzelchakra) und Svadhistana Chakra (Wohnsitz des Selbst). Wird Brahma Granthi überschritten kann sich die Lebensenergie aus Muladhara und Svadisthana Cakra lösen und wird nicht mehr durch ablenkende oder instinktive Persönlichkeitsmuster blockiert. Beim Mula Bandha wird der Anus angespannt und dann nach oben, innen gezogen. Brahma-Granthi steuert (und beherrscht) unsere Verbindung mit der Urquelle, Freude und das nähren des physischen Körpers mit Licht.

Vishnu-Granthi befindet sich unterhalb des **Anahata-Chakras (Herz Chakra)** und steuert (und beherrscht) unsere Fähigkeit uns voll auszudrücken, unser Ego zu transformieren und unser Gefühl des Getrennt seins mit der Urquelle zu heilen. Vishnu Granthi, ist verbunden mit den beiden Chakras Manipura Chakra (Stadt der Juwelen), welches sich in Wirbelsäule hinter dem Nabel befindet und Anahata Cakra (Herzchakra), dieses befindet sich in der Brustwirbelsäule hinter dem Brustbein. Wenn sich dieser Knoten auflöst, löst es viele persönliche und kollektive Blockaden und erlaubt uns unser Herz- und unser Drittes Auge mit höherem Bewusstsein zu vereinen.

Rudra-Granthi befindet sich oberhalb des Ajna-Chakras. Rudra ist ein anderer Name für Shiva. Rudra Granthi steht in Verbindung und beeinflusst Vishuddhi und Ajna Chakra.



Frauen & Sex

Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen

Jalandhara Bandha, der Hals- bzw. Kehlverschluss ist mit dem Rudra Granthi verknüpft, der sich im Bereich der Halswirbelsäule hinter der Kehle befindet.

Spirituell betrachtet wird gelehrt, dass die Durchdringung von Vishnu Granthi den Übenden in die Lage versetzt Energien aus dem Universum zu beziehen und nicht mehr nur aus den Energiezentren des physischen Körpers.

Es wird darauf hingewiesen, dass die Atem Verhaltungen (Kumbhakas) nur unter kompetenter Führung erlernt werden sollten.

Rudra-Granthi steht für den Übergang von der kausalen Ebene (Erfahrungen aus diesem und vorherigen Leben) zur Ebene von Brahman beziehungsweise von Shiva, dem reinen, unmanifesten Bewusstsein. Er steht auch für den Übergang von der persönlichen Gotteserfahrung zum vollständigen Verschmelzen.

Bitte glaube nicht, dass du den Weg nach „oben“ abkürzen kannst. Auch wenn du kurzfristig Zustände erreichen kannst, spülen genau diese dann, deine größten Hindernisse hoch. Am Besten ist immer Basisarbeit und ein langsames, aber stetiges Vorgehen mittels Blockaden lösen, Yoga, Atemübungen und einer ausbalancierten Ernährung.

Die drei Lingas des Shaivismus

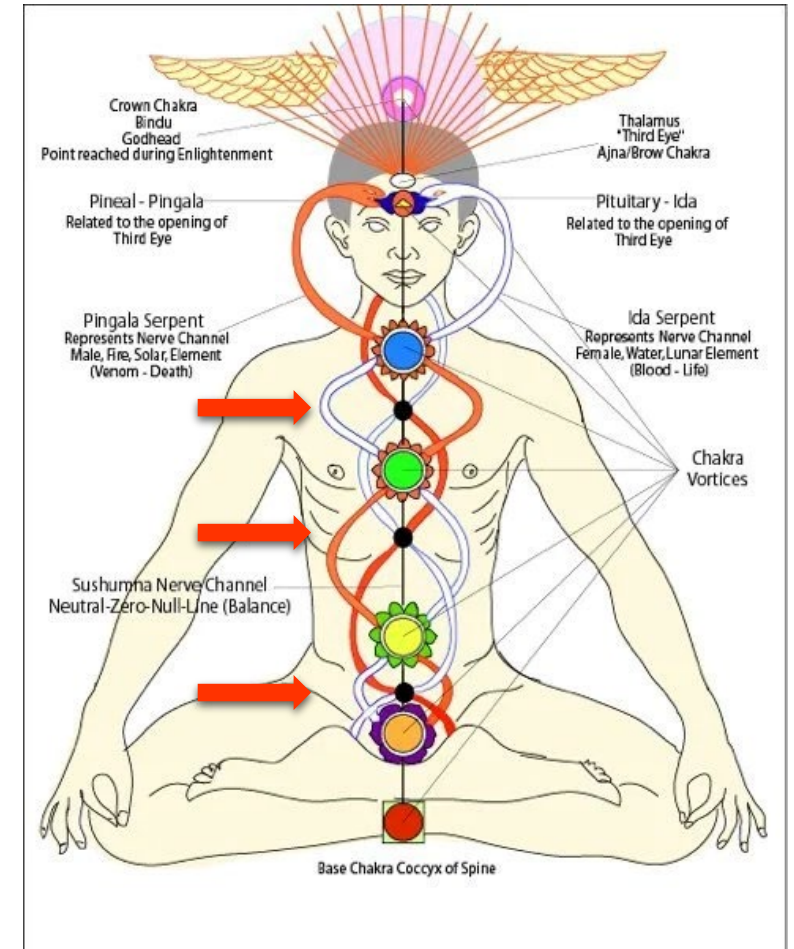
Die drei Lingas - Swayambhu, Bana, Itara - in den tantrischen Traditionen des Yoga entsprechen den drei Knoten/Granthis im Hatha Yoga.

Swayambhu Linga - befindet sich im Muladhara Chakra

Bana Linga - befindet sich im Anahata Chakra

Itara Linga - befindet sich am Ajna Chakra

Genau wie die Chakras sind auch die Lingas nicht physisch oder physiologisch. Sie befinden sich im Astralkörper und sind eine esoterische Darstellung in der Kundalini-Theorie.



Frauen & Sex

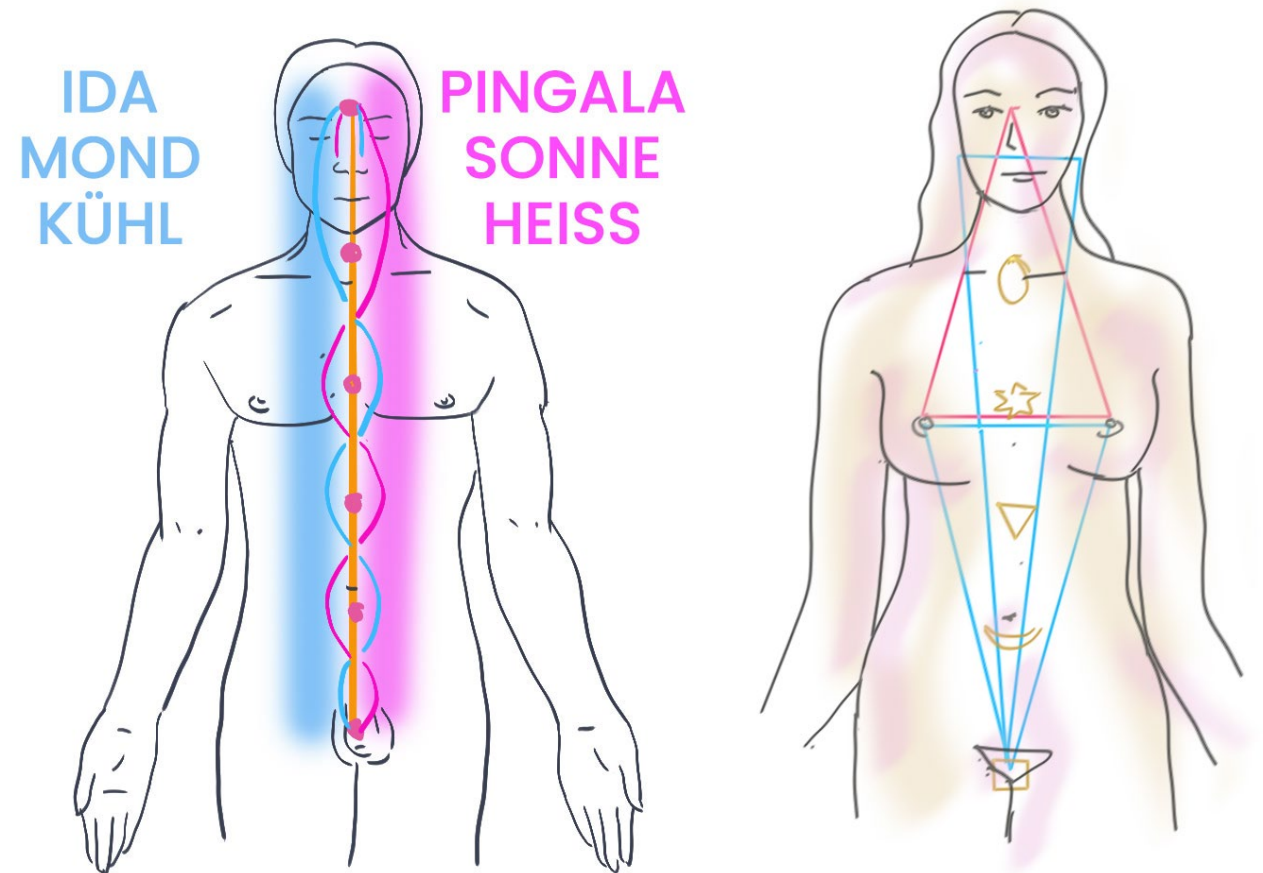
Bewusstes körperliches Vergnügen für Frauen

Der Mann steht für die Sonne und die Frau für den Mond.
Diese Symboliken könnt ihr auch beim Sex im Kopf behalten.

Der Mann kommt mit der heißen, elektrischen Erektion zur Frau, der Mondin, die kühl ist, die abwartend die Hitze des Mannes beobachtet und erst langsam von der Ebbe zur Flut wechselt.

Zeit ist für den Magnetismus ein wichtiger Faktor.

Die Nase und der Mund öffnen den Weg zur Brust und die Energie der Frau fließt von der Brust nach unten in die Yoni. Wenn die Mondin unterhalb des Bauchnabels genug Energie hat, öffnet sich die Yoni.





DER GENITALE MAGNETISMUS

Genitaler Magnetismus ist immer vorhanden. Wie stark er ist, hängt davon ab, ob deine und ihre Drüsen genährt sind, dein Energiesystem aufgeladen ist und deine Organe stark sind.

Der Körper gleicht fehlende Energie aus und wenn du ein Organ oder Drüsen hast, die unterversorgt sind, wird in der sexuellen Energie oder beim Magnetismus weniger zu spüren sein.

DIE NIEREN REINIGEN

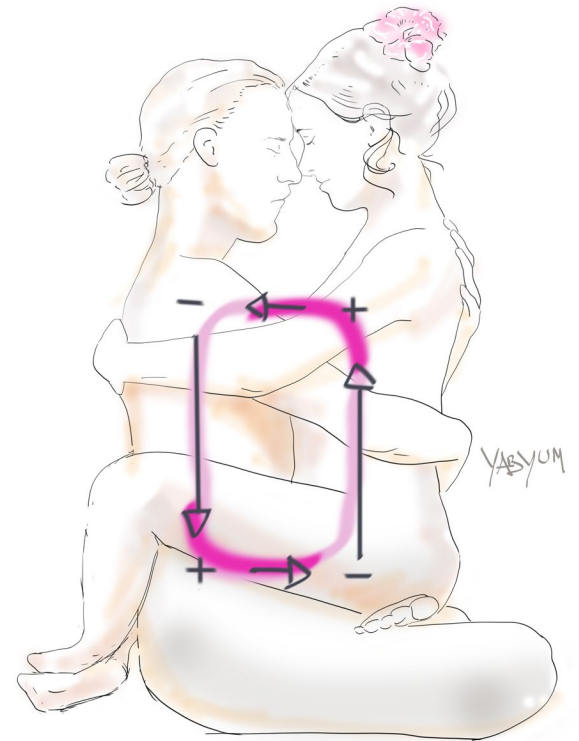
Es ist sehr einfach die Nieren zu reinigen und du solltest es alle 3 Monate tun.

Du nimmst ein heißes Bad, und nimmst dir 2 alkoholische Bierchen mit. Alternativ geht auch 1 Liter Zinnkraut Tee.

Du lässt dir das Bad ein, legst dich hinein und trinkst das Bier. Du verhältst dir das Urinieren, bis du wirklich viel Druck auf der Blase hast. Dein Kreislauf beginne zu pumpen, wegen der Hitze und dem Alkohol und dann wenn du es nicht mehr aushältst, lässt du den ganzen Urin mit Druck raus.

Wenn du das Bad mit Zinnkraut-Tee machst, ist es gut auch 2 Liter Tee in das Badewasser zu geben.

Bier und Zinnkraut aber bitte nicht mischen.





DIE NIEREN REINIGEN NACH DR. HULDA CLARK -Befreiung der Nieren von Ablagerungen, Auflösung von Nierenkristallen und -steinen.
Von Heidemarie wolf - Wien

Herstellung:

60 ml getrocknete Wurzel von Hydrangea arborescens (Baumartige Hortensie)
60 ml Roter Wasserhanf (Eupatorium purpureum)
60 mg Eibischwurzel (Althaea officinalis)
4 Zweiglein frische Petersilie
Goldrutentinktur (gegebenenfalls weglassen, wenn eine Allergie hiergegen besteht)
Ingwerkapseln
Bärentraubenkapseln
Pflanzliches Glyzerin
Schwarzkirschenkonzentrat
Vitamin B6, 250 mg
Magnesiumoxidtabletten, 300 mg

Messen Sie die Wurzeldrogen ab, und setzten Sie diese mit 2,5 Litern kaltem Leitungswasser zugedeckt (Teller genügen) in einem Behälter (nicht aus Metall) auf.

Fügen Sie nach 4 Stunden (oder am nächsten Morgen) das Schwarzkirschenkonzentrat hinzu, und bringen Sie dies zum Kochen. Zwanzig Minuten köcheln lassen.

Trinken sie hiervon 60 ml, sobald die Flüssigkeit genügend abgekühlt ist.

Geben Sie den Rest durch ein Sieb in ein steriles Glas von einem halben Liter Inhalt und in mehrere gefriergeeignete Behälter. Stellen Sie das Glas in den Kühlschrank.

Waschen Sie die frische Petersilie, und kochen Sie diese drei Minuten in einem Liter Wasser. Trinken Sie hiervon 60 ml, sobald es genügend abgekühlt ist. Stellen Sie einen halben Liter in den Kühlschrank, und gefrieren Sie einen halben Liter ein. Werfen Sie die Petersilie weg.

Bewahren sie die Wurzel nach dem ersten Abkochen in der Tiefkühltruhe auf. Wenn Ihr Vorrat zur Neige geht, kochen Sie diese ein zweites Mal auf, wobei Sie diesmal nur 1,5 Liter Wasser hinzugeben und nur zehn Minuten köcheln lassen. Sie können die Wurzel noch ein drittes Mal abkochen, doch verliert das Rezept dann an Wirksamkeit.

Wenn Sie schwerer erkrankt sind, sollten Sie diese nur zweimal verwenden.



ANWENDUNG

Am Morgen 180 ml des Wurzelsuds und 125 ml Petersilienwasser in eine große Tasse gießen. Zwanzig Tropfen Goldrutentinktur und eine Teelöffel Glyzerin hinzufügen. Trinken Sie diese Mischung in mehreren Dosen über den Tag verteilt. Kühl aufbewahren. Trinken Sie nicht alles auf einmal, da Sie sonst Magenschmerzen und Druck auf die Blase bekommen können. Bei sehr empfindlichen Magen beginnen Sie mit der halben Dosis.

Nehmen Sie weiterhin folgendes ein:

- Ingwerkapseln: eine Dosis zu den Mahlzeiten (drei Stück täglich)
- Bärentraubenkapseln: eine zum Frühstück, zwei zum Abendessen.
- Vitamin B6 (250 mg): eine Dosis täglich.
- Magnesiumoxyd (300 mg) eine Dosis täglich.

Nehmen Sie diese Ergänzungsmittel vor den Mahlzeiten ein, damit Sie nicht aufstoßen müssen.

ANMERKUNG

Dieser Kräutertee wie auch die Petersilienabkochung ist leicht verderblich. Erhitzen Sie beides jeden 4. Tag erneut, auch wenn Sie diese im Kühlschrank aufbewahren, um die Tees wieder zu sterilisieren. Wenn Sie den Tagesbedarf am Morgen sterilisieren, können Sie diese Menge in einem Glas mit in die Arbeit nehmen, ohne es kühl stellen zu müssen.

Sollten Sie nicht alle im Rezept genannte Kräuter bekommen können, bereiten Sie den Tee trotzdem zu. Beachten Sie, dass die tägliche Einnahme von Vitamin B6 und Magnesium der Bildung von Oxalatsteinen vorbeugen kann. Sie müssen hier allerdings auf Schwarztee verzichten. Stellen Sie auf Kräutertee um. Auch Kakao und Schokolade haben viel Oxalsäure, so dass man besser darauf verzichten sollte. Bedenken Sie auch, dass eine Ernährung mit einem zu hohen Phosphatanteil zur Bildung von Phosphatkristallen führt. Führen sie wenigstens zwei Mal jährlich eine Nierenreinigung durch.

DER GENITALE MAGNETISMUS

Bei den Männer ist der Plus-Pol im Lingam, der Minus-Pol im Herz.

Bei den Frauen ist es genau umgekehrt.

Um vor dem Liebesspiel Energie aufzubauen, gibt es mehrere Möglichkeiten:

Der Mann atmet nach unten aus, die Frau atmet von unten nach ein.

Man stellt sich dabei einfach vor das die Energie mit dem Atem nach unten fließt.

Wenn man den tantrischen Energiekreislauf gemeinsam praktiziert, kann man mittels Ein- und Ausatmung im Becken, im Herz und am Dritten Auge, die Energie zusätzlich kreisen lassen.

Eine andere schöne Möglichkeit ist ein gemeinsames Chakren atmen.

Chakren sind wie Energiebälle, die sich mit der Ein- und Ausatmung ausdehnen und auch wieder kleiner werden.

Beginnt gemeinsam in das Wurzelchakra zu atmen.

Bei der Einatmung wird die Lichtkugel im Wurzelchakra größer, bei der Ausatmung kleinere. Findet gemeinsam einen Rhythmus. Dann geht ihr immer ein Chakra höher bis zum Kronenchakra. >> Meditation: Vereinigte Chakren

