

EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

Session 4



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

SHAMBALA YANTRA

Das Shamabala Yantra anzusehen, bewirkt ein Aufsteigen der Energie und unterstützt dich auf eine sanfte stetige Art und Weise, bei dieser Atmung



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



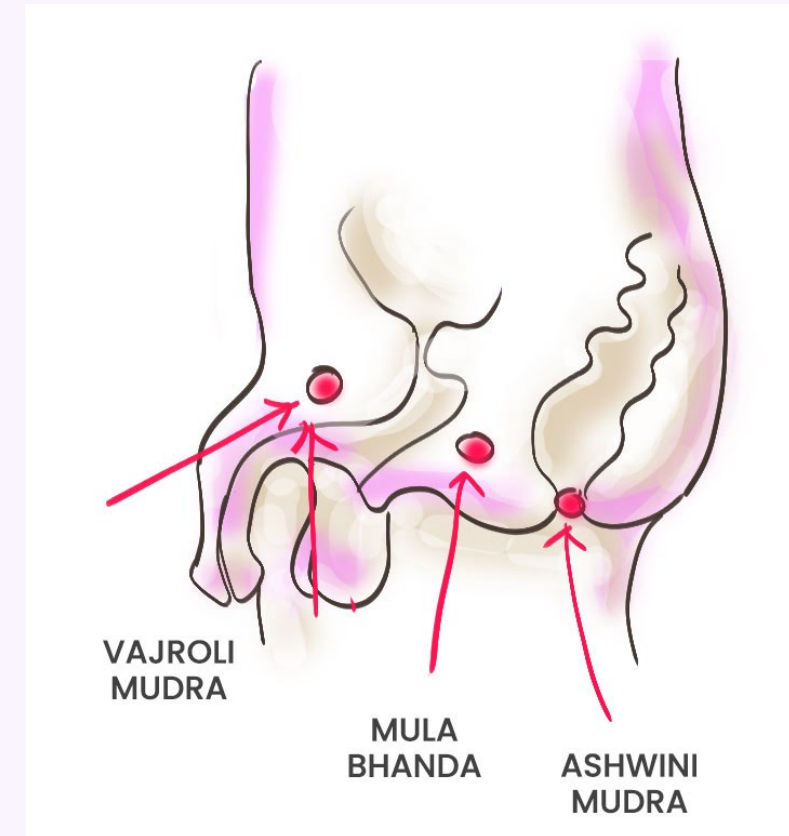
ASHVINI MUDRA

Im Sanskrit heißt „ashvini“ so viel wie „pferdeähnlich“. Deshalb wird diese Technik als „Geste des Pferdes“ bezeichnet. Der Name kommt daher, dass das Pferd nach dem Koten seinen Anus mehrmals kräftig zusammenzieht und wieder entspannt.

Ashvini Mudra macht diese Geste nach und zwingt die Muskeln den Rektums, sich auf ähnliche Weise zusammenzuziehen und zu entspannen.

Es sorgt für ein Bewusstsein und eine Stärkung der Muskeln in diesem Bereich.
Stell dir einfach das gleiche Gefühl vor, das du hättest, wenn du einem starken Stuhldrang widerstehen würdest.

Das Ashvini Mudra kannst du während dem Tag immer wieder machen. Es wird unmittelbar deine Energie nach oben lenken. **Du hörst auf Energie zu verschwenden, die du nach unten verlieren würdest und fängst an die oberen Chakren mit Energie zu versorgen.** Du wirst merken, daß du natürlich auch die Bauchmuskeln dabei an. So vermischt sich die Energie des ersten mit dem dritten Chakra.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



Die Technik besteht aus zwei unterschiedlichen Anstrengungen:

Zuerst ziehst du den Analmuskel kräftig zusammen und ziehst die umliegenden Muskeln nach innen und oben. Danach entspannst du die Muskeln des Analmuskels und drückst sie bewusst nach unten und leicht nach aussen.

Die beste Position, um dieses Mudra zu lernen, ist auf dem Rücken liegend, mit angewinkelten Knien und flach auf dem Boden stehenden Füßen

Beginne die Übung mit jeweils fünf Wiederholungen (Anspannungen und Entspannungen) und erhöhe die Anzahl und Dauer, wenn du in der Übung Fortschritte machst

In dieser Position führst du eine rhythmische Kontraktion und Entspannung des Anus und der umgebenden Muskeln des Beckenbodens in ununterbrochener Abfolge durch, wobei die Kontraktions- und Entspannungsphase jeweils mindestens drei Sekunden dauern sollte.

METHODE 1: Du kannst dabei stehen oder sitzen. Entspanne dich und schließe deine Augen. Atme normal weiter, während du schnell und rhythmisch deinen Anus anspannst und wieder entspannst. Es ist normal, dass anderen Beckenmuskeln sich etwas mitanspannen. Mache 20 Wiederholungen.

METHODE 2: In dieser Variation spannst du den Anus an, wenn du einatmest. Nach dem Einatmen hältst du den Atmen an, während du den Anus anspannst. Spanne sie so fest wie möglich an. Entspanne die Anusmuskeln, wenn du ausatmest. Wiederhole es so oft, wie es für dich angenehm ist



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



Um Mula Bandha auszuführen, hilft dir Ashvini Mudra. Im Taoismus wird es auch die Hirschübung genannt. Durch Ashvini Mudra kannst du die Energie immer besser und mehr im Wurzelchakra halten. Ashvini Mudra beugt Verstopfung und Hämorrhiden vor, hilft Inkontinenz vorzubeugen oder auch zu heilen, beugt Krankheiten der Prostata vor und erhält die männliche Potenz.

Kombiniere das Ashvini Mudra mit dem Pran Mudra und dem Mantra LAM in deiner Meditation. Danach blicke auf das Mandala das für das Wurzelchakra steht.

Sobald du ein Bewusstsein für die beteiligten Muskeln entwickelt hast, versuchst du, dies in einer sitzenden Position wie Vajra Asana oder dem einfachen Sukha Asana mit gekreuzten Beinen zu üben.

Diese Technik wird häufiger als Mula Bandha, „die Wurzelverriegelung“, bezeichnet, die zusammen mit Jalandhara Bandha Teil des Bandha Trayam (der drei Verriegelungen) ist.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



KHECHARI MUDRA

Die Hatha Pradipika beschreibt Khechari wie folgt:

कपालकुहरे जिह्वा प्रविष्टा विपरीतगा। भ्रुवोरन्तर्गता दृष्टिर्मुद्रा भवति खेचरी ॥३२॥

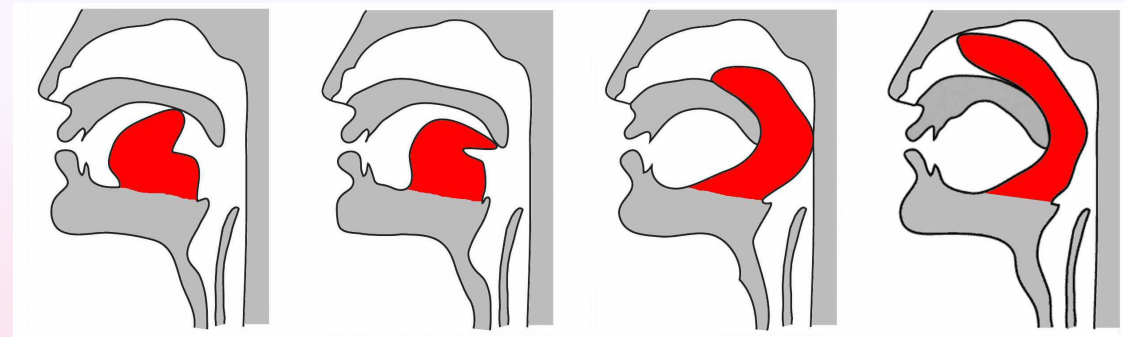
Kapālakuharejihvāpravistāviparītagā| Bhruvorantargatādśtirmudrābhavatikhecarī||32||

Khechari bedeutet wörtlich „sich im Raum bewegen“ und Mudra bedeutet „Siegel“. Bei Khechari Mudra bewegt sich die Zunge also im leeren Raum des Nasenrachenraums. Anatomisch gesehen ist es unmöglich, sich vorzustellen, dass die Zunge überhaupt in den Nasenrachenraum gelangen kann, aber durch bestimmte yogische Techniken erreichen Yogis diese Fähigkeit. Wenn die Zunge drinnen ist, kann ein Yogi, außer der hinteren Wand, leicht alle Wände des Nasenrachenraums und die damit verbundenen Strukturen berühren und sogar ein Nasenloch von hinten blockieren, sodass die Luft durch das andere Nasenloch strömen kann.

Wenn du die Zunge nach oben an den Gaumen legst, soweit wie möglich nach hinten, in die Nasen-Rachen-Höhle steckst, während du deinen Blick auf die Mitte der Augenbrauen richtest, wird das zum Khechari Mudra.

Wenn man die Zunge über den Rachen hinausstreckt, spürt man ein komisches Gefühl von Leere im Mund. Darauf sollte man sich konzentrieren. Das ist der Ort einer Drüse, und wenn man diese Drüse anregt, kann man die Energiekanäle ausgleichen. Durch Druck werden Hormone freigesetzt, die verschiedene körperliche Funktionen regulieren.

Es heißt, dass in den ersten Phasen der Ausübung von Khechari Mudra, wenn der Praktizierende das Sekret berührt, der Geschmack bitter ist. Dies deutet auf eine körperliche Entgiftung hin. Bei konsequenter Praxis verwandelt sich der bittere Geschmack jedoch in einen süßen Geschmack wie Honig, der als Amrita bezeichnet wird. Hatha Pradipika nennt dies die Glückseligkeit des Nektars.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



Khechari Mudra hat mehrere körperliche Vorteile:

Hilft bei der Behandlung von Migräne und Bluthochdruck.

Regt die Hypophyse zur Ausschüttung von Wachstumshormonen an und verlangsamt so den Alterungsprozess.

Öffnet verstopfte Speicheldrüsen und lindert Schmerzen aufgrund von Drüsenstörungen.

Hilft durch Aktivierung des Vagusnervs, Ängste abzubauen.

Reduziert das Problem des Stotterns erheblich.

Es beeinflusst die Schilddrüse und reguliert den Stoffwechsel, das Gewicht und das Wachstum.

Es bewirkt die Ausschüttung von Dopamin, was eine beruhigende Wirkung hat.

Es hilft bei der Aktivierung der Zirbeldrüse, um Melatonin, Serotonin und Beta-Endorphine auszuschütten, was den Schlaf, den Appetit und das Wohlbefinden weiter reguliert.

Es reinigt den Körper und hilft bei Mundgeruch.

Spirituelle Vorteile von Khechari Mudra:

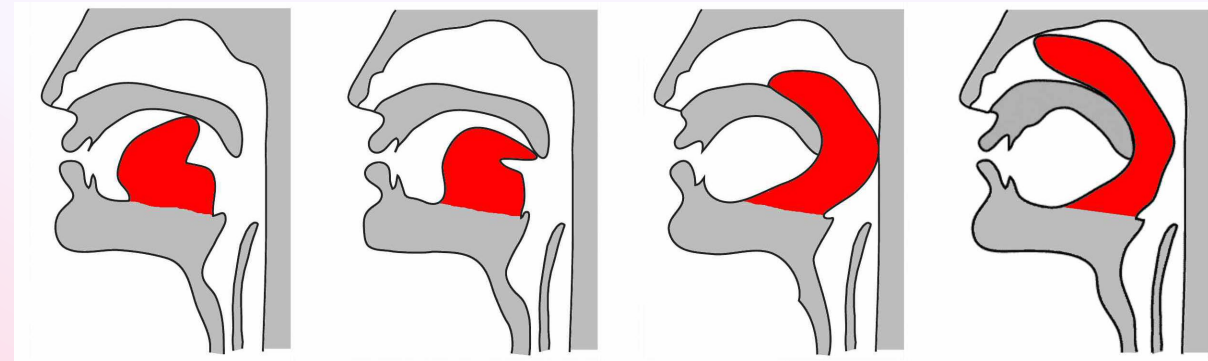
Weder Hunger noch Durst stören den Yogi, was zu innerer Ruhe führt.

Der Geist wird ausgeglichen und stabil.

Hilft bei der Entwicklung übersinnlicher Wahrnehmung, was zu psychischen Fähigkeiten und intuitiven Kräften führt.

Weckt das dritte Auge-Chakra.

Unterstützt die Praxis der Meditation.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



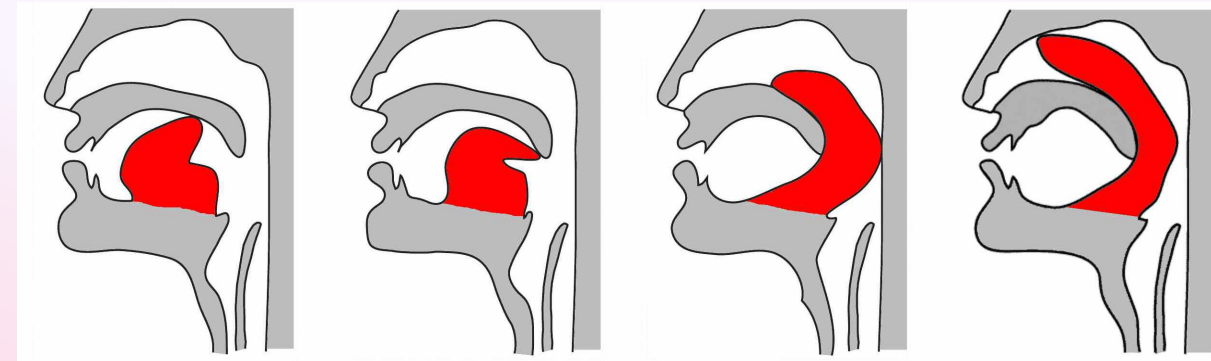
Warum sollte man die Zunge in den Nasenrachenraum geben, nur um jahrelang ohne Nahrung auszukommen?

Laut yogischen Texten beginnt, wenn ein Yogi verschiedene Asanas, Pranayamas, Bandhas und Mudras praktiziert, während seine Zunge in Khechari Mudra verriegelt ist, eine mysteriöse Flüssigkeit auf seine Zunge zu tropfen, die als Amrita bezeichnet wird und über die ventrale Oberfläche der Zunge und direkt zum Herzen gelangt.

Im Samadhi geht der Körper des Yogi in eine Art Winterschlaf über. Durch die Praxis von „Kevala Kumbhaka“ halten sie den Atem an, glätten ihre Gehirnwellen durch verschiedene Mudras und stoppen ihren Herzschlag durch „Thokar Kriyas“. Selbst wenn das Herz nicht schlägt, bleibt eine Art Druck im Herzen bestehen, und das ist der einzige Prozess, der während des Samadhi eine beträchtliche Menge an Energie erfordert. Dieser und andere subtile Energiebedarf werden durch Amrita gedeckt.

Durch die erfolgreiche Praxis dieses kraftvollen Mudras erlangt der Yogi die Fähigkeit, in den Zustand des Scheintodes zu gelangen. Dies erfordert eine sorgfältige Vorbereitung des Körpers auf diese Erfahrung unter der Anleitung eines wahren Gurus, da diese Erfahrung todesähnliche Umstände schafft.

In diesem Zustand, braucht der Yogi keine Nahrung und kein Wasser mehr, um zu überleben. Deshalb wird Khechari in yogischen Texten immer wieder als das beste aller Mudras gepriesen und auch als das Lieblingsmudra von Lord Shiva, dem Geber des Yoga, bezeichnet. Es heißt, dass selbst wenn der Yogi nicht in der Lage ist, es mit der hohen Intensität zu praktizieren, die ihn zum Samadhi führen würde, die Praxis dieses Mudras den Alterungsprozess sehr verlangsamt und er nach einigen Jahren der Praxis viel jünger aussieht als seine Altersgenossen.





EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

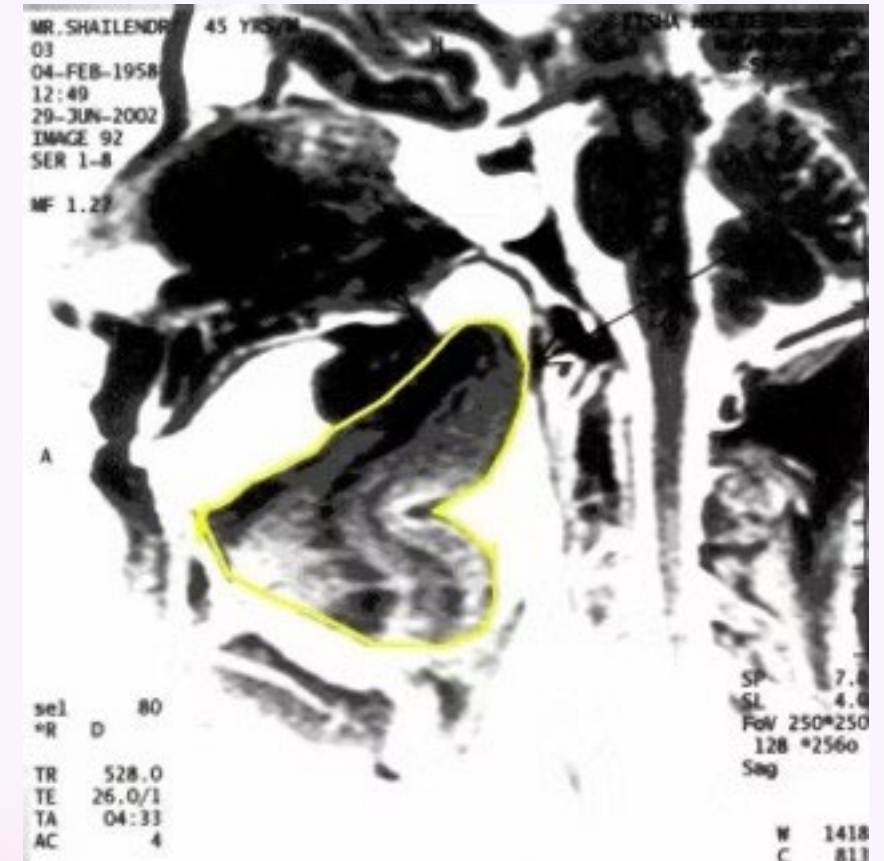
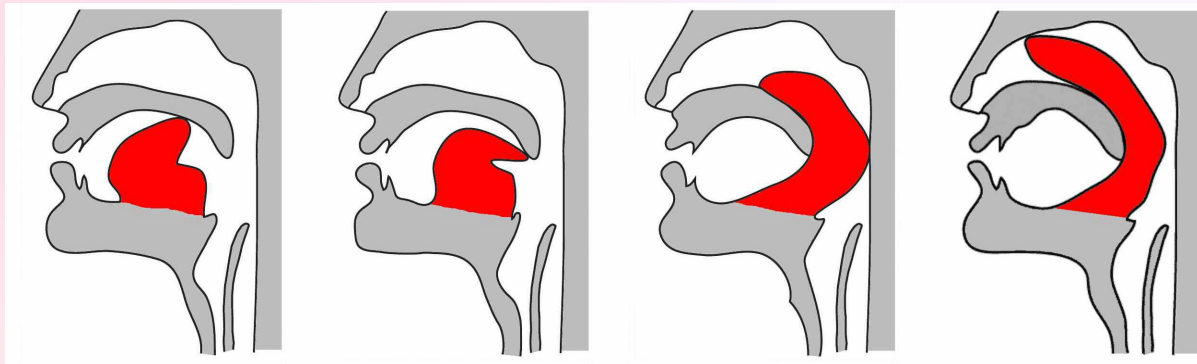
Shri Shailendra Sharma ist Schüler von Mahavatar Babaji, dem unsterblichen Yogi, der in dem berühmten Buch von Paramhansa Yogananda, der „Autobiographie eines Yogi“, erwähnt wird.

Er lebt auf dem königlichen Verbrennungsplatz von Bharatpur Rajas, auch Chattris genannt, in Goverdhan.

Er hat den Ärzten erlaubt, eine MRT-Untersuchung seines Kopfes in Khechari durchzuführen, damit die Welt sehen kann, wie es von innen aussieht.

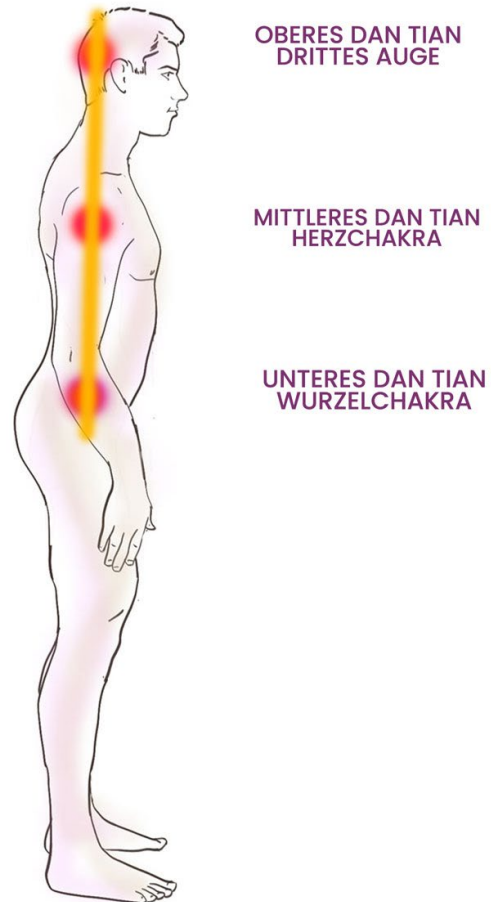
Du kannst hier sehen, dass der gelb markierte Bereich in der unteren Hälfte die Zunge ist. Die Zunge drückt den weichen Gaumen nach unten und nach vorne. Die Zunge ist in dieser Position fixiert, aber die Spitze kann sich im Nasenrachenraum frei bewegen, daher der Begriff Khechari.

Das ist genau die Position der Zunge, in der Yogis Samadhi erreichen.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

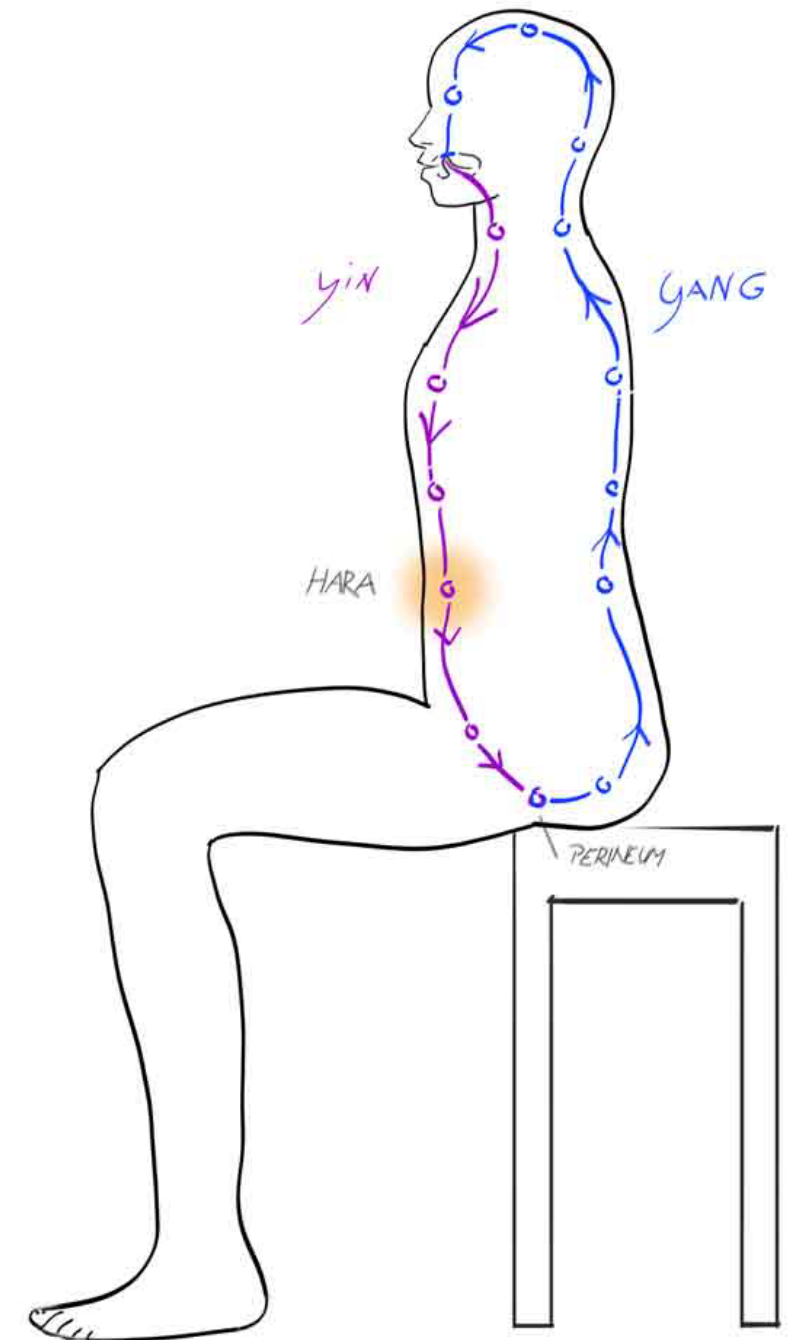
DER TANTRISCHE ENERGIEKREISLAUF



Die Taoisten nutzen diese Praxis, um sich mit ihrem inneren Licht und ihrer inneren Kraft zu verbinden und göttliche Weisheit zu erlangen. Wenn du den Energie-Kreislauf in dir zirkulieren lässt, tust du etwas in deinem Körper, das im Universum passiert. Wie oben, so unten. Wie der Makrokosmos, wie die universelle Energie, so ist auch der Mikrokosmos, unsere innere Energie.

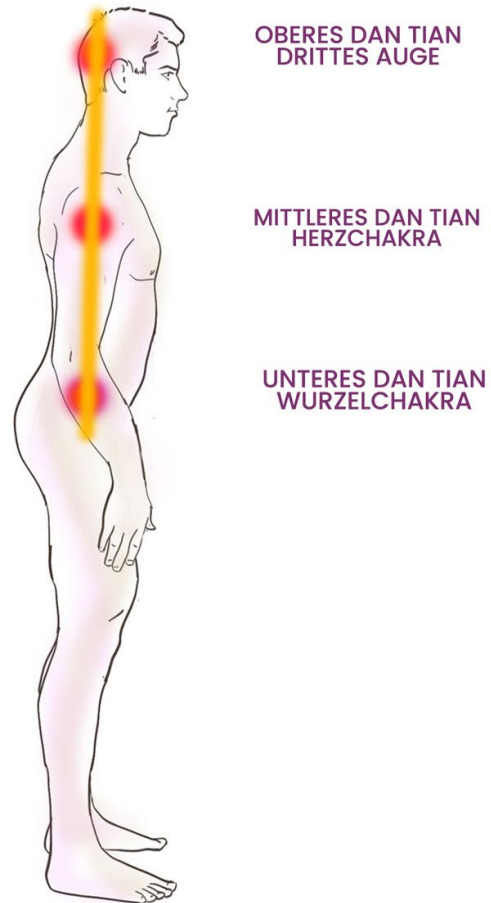
Diese Anleitung ist auch während dem Geschlechtsverkehr durchzuführen. Sobald du richtig heiß und in Bewegung ist, geht es vor allem darum, deine sexuelle Energie und/oder Orgasmen aktiv in Geist und später in Leere umzuwandeln. Sobald du in der Lage bist, mit den immer feineren Ebenen der Leere zu arbeiten, ermöglicht dir die Umwandlung deiner sexuellen Energie über deinen Körper in die Leere, über die Grenzen von Zeit und Raum, und sogar über die Grenzen von Leben und Tod hinaus, Erfahrungen besonderer Art.

Das ist das ultimative Ziel der sexuellen Meditation - den Zugang zu diesen grenzenlosen Räumen zu bekommen.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

DER TANTRISCHE ENERGIEKREISLAUF



Dein Zentralkanal enthält die psychischen und karmischen Inhalte, die du von einem Leben ins nächste trägst. Indem du dich von allen gebundenen Energien im zentralen Kanal befreist, kannst du deinen Geist von den tiefsten, subtilsten Spannungen befreien.

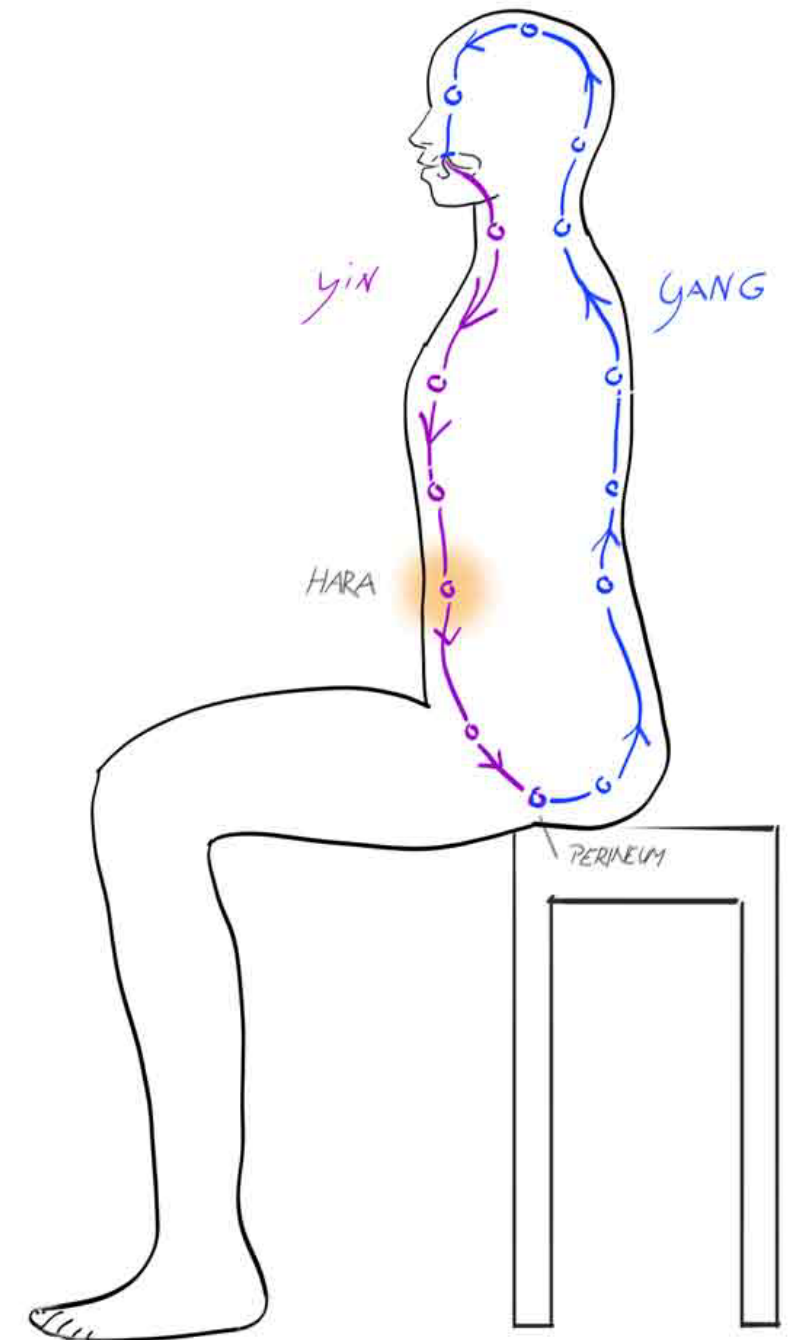
Der zentrale Kanal beginnt in der Mitte des Perineums und setzt sich durch die Mitte des Rumpfes, den Hals und das Gehirn fort und endet oben in der Mitte auf dem Scheitel des Kopfes. Der zentrale Kanal und die Wirbelsäule sind nicht ein und dasselbe.

Beginne mit dem Energiekreislauf und lasse die goldene Energie im Kreis fließen.

Du nimmst deine Hände mit. Die Handflächen sind einander zugewandt und lenken deine Energie.

Du ziehst die Hände nach hinten entlang der Wirbelsäule hoch, kommst durch das Kreuzbein, die Wirbelsäule und den Kopf nach oben und bewegst die Energie bis zur Mitte des Auges, indem du die Hände nach vorne bewegst.

Wenn du die Hände nach vorne bewegst, bedeutet das, dass die Energie zur Stirn kommt.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

DER TANTRISCHE ENERGIEKREISLAUF



OBERES DAN TIAN
DRITTES AUGE

MITTLERES DAN TIAN
HERZCHAKRA

UNTERES DAN TIAN
WURZELCHAKRA

Wenn die Hände nach unten kommen, befindet sich die Energie in der Kehle, im Herzen, im Sonnengeflecht, im Bauch und im Beckenboden

Beim Einatmen durch die Nase fließt die Energie vom Perineum am Rücken nach oben.

Mit der Einatmung spanne den PC-Muskel an.

Kechari Mudra, Zunge an den Gaumen

Beim ganz langsamen Ausatmen durch die Nase fließt die Energie vorne nach unten und du entspannt den Beckenboden.

Wisse, dass dieser Energie-Kreislauf bereits in dir ist und von selbst zirkuliert.

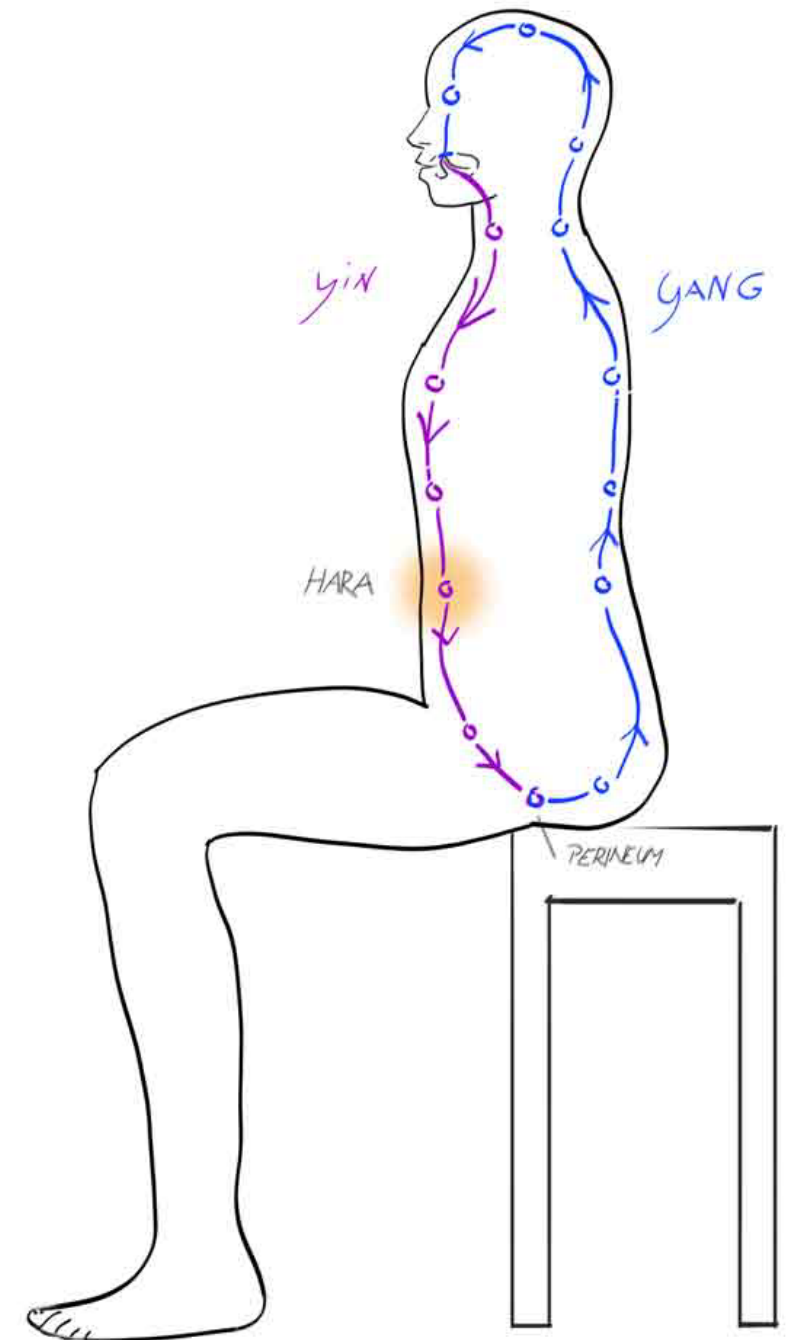
Genauso wie dein Herz weiterschlägt, ist deine Energie immer in Bewegung.

Aber du kannst diese Zirkulation durch Bewegung verbessern und indem du bewusst deine Lebensenergie bewegst.

Die Energie steigt auf und erleuchtet deinen Geist. Die

Energie steigt ab und gleicht deine Gefühle aus.

Praktiziere dies für 5 Minuten.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

DER TANTRISCHE ENERGIEKREISLAUF



OBERES DAN TIAN
DRITTES AUGE

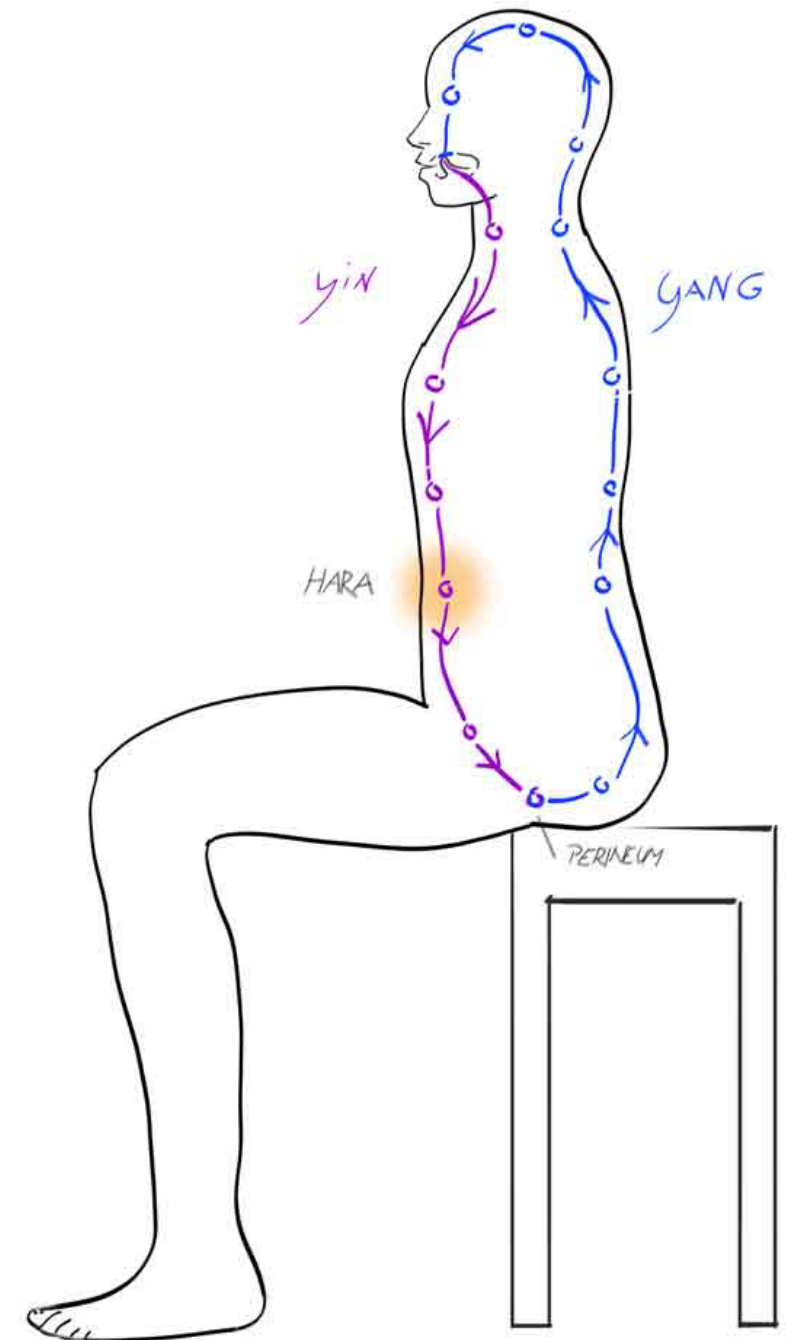
MITTLERES DAN TIAN
HERZCHAKRA

UNTERES DAN TIAN
WURZELCHAKRA

ABSCHLUSS:

Schließe deine Augen für ein oder zwei tiefe Atemzüge. Spüre die Lebensenergie, die du kultiviert hast.

Lege deine Hände auf deinen Bauch, atme tief ein und entspanne dich.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS



DER YOGISCHE ATEM ZUM HOCHZIEHEN DER ENERGIE / TEIL I

(Shambala Yantra, Ashvini Mudra und Kechari Mudra wirken hier noch unterstützend)
Der tantrische Energiekreislauf ist die Basis und MUSS zuvor so stark spürbar sein, dass du den Fluss der Energie im Körper nachvollziehen kannst

Egal, ob du mit einem/einer PartnerIn spielst oder dein eigenes Verlangen mit deinen eigenen Händen erkundest, mit deinem eigenen Atem und deiner eigenen Vorstellungskraft oder mit Hilfe von Spielzeugen die Lust erforscht, dieser Strom ist in dir lebendig.

Es ist nichts, dem du nachjagen musst, sondern etwas, an das du dich einfach erinnern kannst.

Und je mehr dieses Erinnern in deinem Körper entsteht, desto kraftvoller, klarer und magnetischer wirst du werden.

Wir werden heute genau erkunden, was es wirklich bedeutet, deine männlichen und weiblichen Energien in der Sexualität ins Gleichgewicht zu bringen.

Wir werden auf Masturbation oder Solo-Rituale, bewussten Sex mit einem/einer PartnerIn und orgasmische Absicht eingehen und wie du Lust als Treibstoff für dein spirituelles Erwachen zirkulieren lassen kannst.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

Wenn du das verstehst, erkennst du, dass dein Atem ein lebendiger Schlüssel ist, ein Symbol, dass du im Körper durch Absicht, Atem und subtile Bewegung erwecken kannst.

ANLEITUNG IN DER MASTURBATION

Du beginnst mit der Atmung, bevor du dich sexuell zu berühren beginnst. Wenn möglich setze oder lege dich vor einen Spiegel, sodass du dich in der Selbstberührung dann sehen kannst.

DEIN ERSTER SCHRITT

besteht darin, einen Raum zu schaffen, einen privaten, ruhigen Ort, der sich für dich sicher und zentral anfühlt.

Zünde eine Kerze an, entferne alle Ablenkungen und setze eine einfache Absicht, wie zum Beispiel: „Ich bin hier, um meine männlichen und weiblichen Energien durch den Atem und durch Lust zu vereinen.“

Denke daran, dass dein Körper ein Tempel ist, er ist der Tempel, und deine Erregung ist das Opfer, du bist sowohl der Gebende als auch der Empfangende in dieser Übung.

Beginne mit der Atmung und Visualisierung, die du vom tantrischen Energiekreislauf kennst.

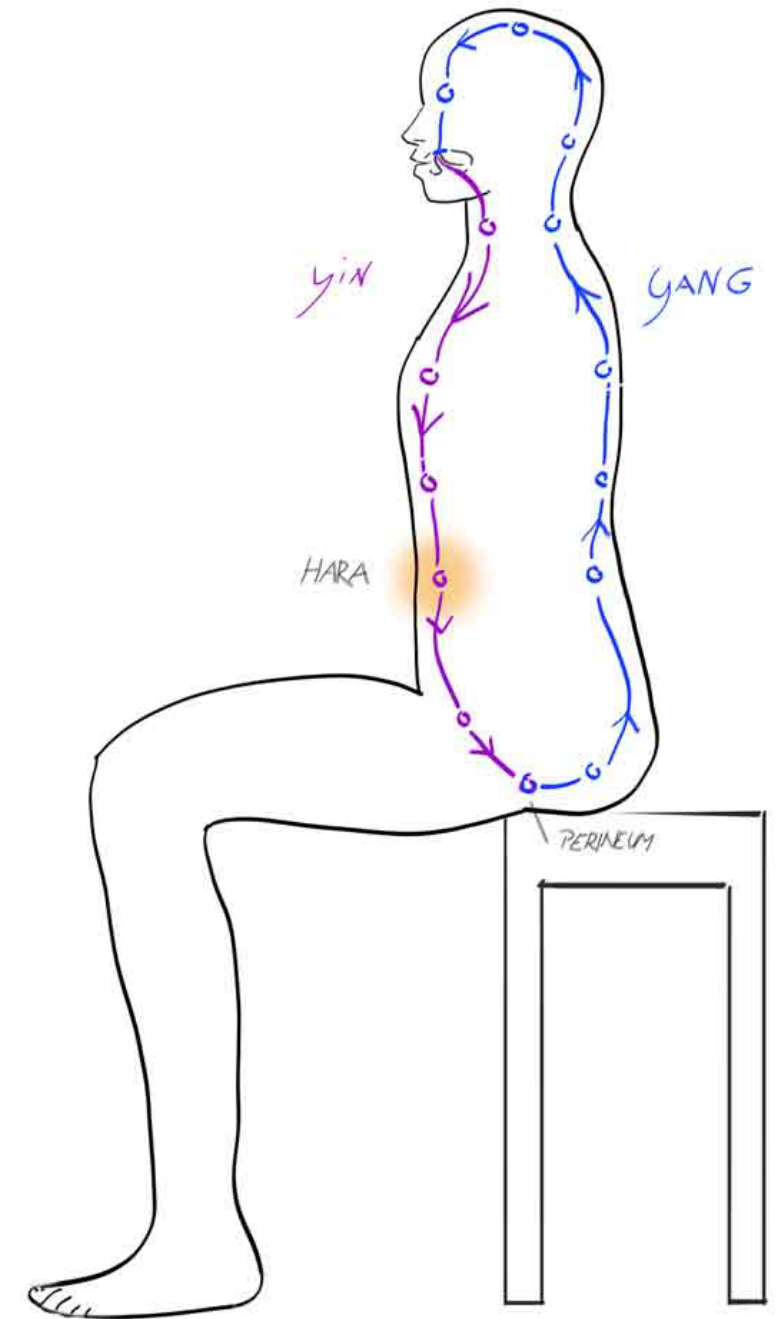
Wenn du möchtest, kannst du sanft die Augen schließen. Beginne, bewusst zu atmen.

Beim Einatmen durch die Nase fließt die Energie vom Perineum am Rücken nach oben.

Mit der Einatmung spanne den PC-Muskel an.

Kechari Mudra, Zunge an den Gaumen.

Beim ganz langsamen Ausatmen durch die Nase fließt die Energie vorne nach unten bis zum Perineum und du entspannt den Beckenboden.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

Stell dir beim Einatmen vor, wie du Energie von deiner Wurzel bis zu deiner Krone die Wirbelsäule hinaufziehst, wie die Aufwärtskurve der Neun. Während du ausatmest, lass sie an der Vorderseite deines Körpers nach unten spiralförmig fließen und kehre zur Basis zurück, dem erdenden Puls der Sechs.

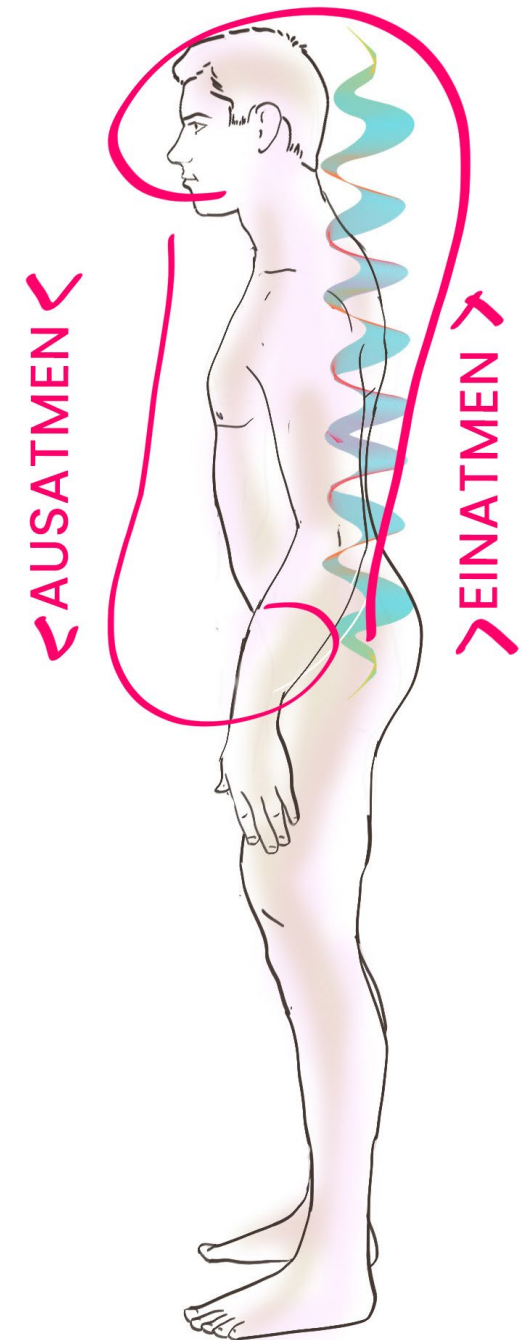
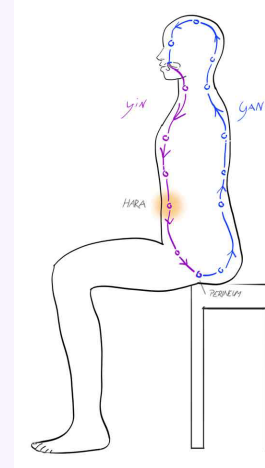
Mit jedem Atemzug beginnt sich eine Schleife zu bilden, ein heiliger Kreis aus Freude und Präsenz. Wenn du allein bist, spüre, wie sich diese Schleife in dir bewegt, subtil, elektrisch, lebendig. Wenn du mit einem Partner zusammen bist, lasst eure Atemzüge sich gemeinsam bewegen, als würden eure Körper sich in dieser heiligen Form spiegeln. Ihr müsst euch nicht bewegen. Ihr müsst euch nicht einmal berühren.

DER ZWEITE SCHRITT

Hinweis: Frauen spüren eventuell diese Atmung schneller im Becken. Wenn du ein Mann bist, lege dir am Anfang einen kleinen Ball unter das Perineum.

Beginne in einer Schleife zu atmen und ziehe bei jedem **Einatmen** Energie von der Basis deines Beckens bis zur Krone deines Kopfes nach oben (Visualisiere dies in der Mitte deines Körper oder an der Wirbelsäule) und visualisiere dabei die Form von neun Spiralen, die sich nach oben winden.

Während du dies tust, erweckst du dich selbst und wirst expansiver, beginnst dein Energiefeld auszudehnen. Dies ist der weibliche Strom, der deine Energie in die Vision und in ein höheres Bewusstsein hebt.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

Lass diesen Atem zu einem rhythmischen Atem werden, der kreisförmig ist und den du auch ohne körperliche Berührung spüren kannst.

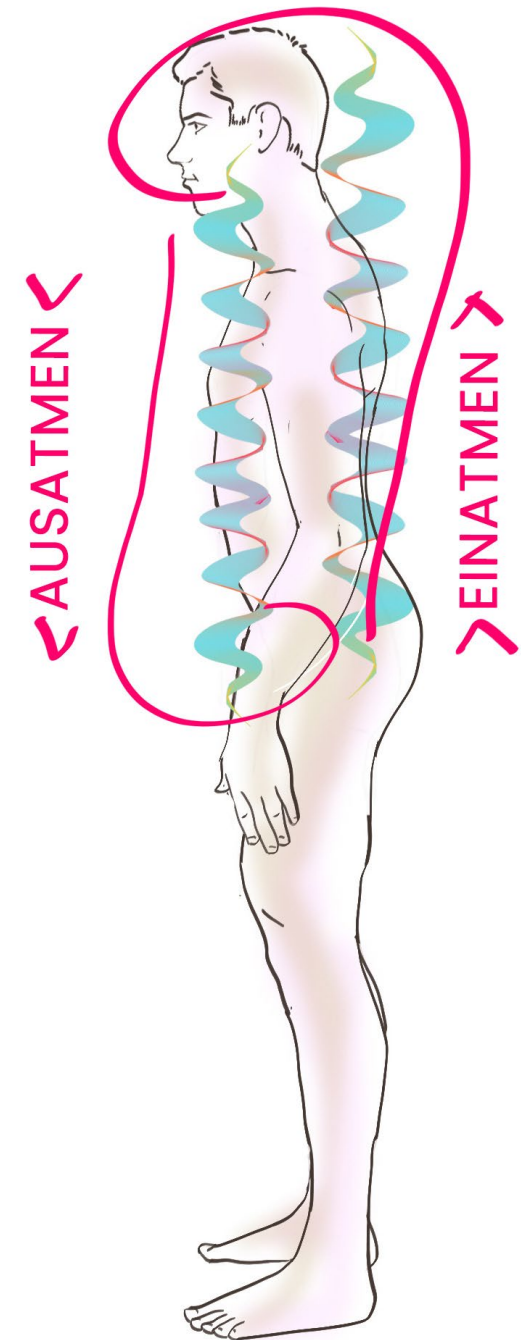
Du aktivierst bereits deinen inneren Strom durch diese Atmung, durch diesen Prozess.

HINWEIS:

Am Anfang ist es einfacher, die Spirale nur beim Einatmen aufsteigen zu lassen.

Wenn du dich daran gewöhnt hast, lässt du die eine Spirale beim Ausatmen nach unten sinken ins Perineum

Im letzten Schritt lässt du die Spirale bei der Einatmung sich ausdehnen und die in der Ausatmung sinkt die Spirale in dir nach unten. Dieser letzte Schritt entsteht (fast) wie von selbst. Lass den Kopf weg.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

DEIN DRITTER SCHRITT IST, bewusst zu beginnen deine Hände in das Ritual einzubeziehen.

Beginne, deinen Körper langsam und ehrfürchtig zu berühren, ohne ein Ziel zu verfolgen und ohne Druck auszuüben.

Lass deine Hände deinen Körper intuitiv berühren und lausche auf die Antwort deines Körpers.

Lass eine Hand das Männliche sein und die andere das Weiblich, dass die Empfindungen empfängt. Lass sie sich gemeinsam in Einheit bewegen.

DEIN VIERTER SCHRITT IST,

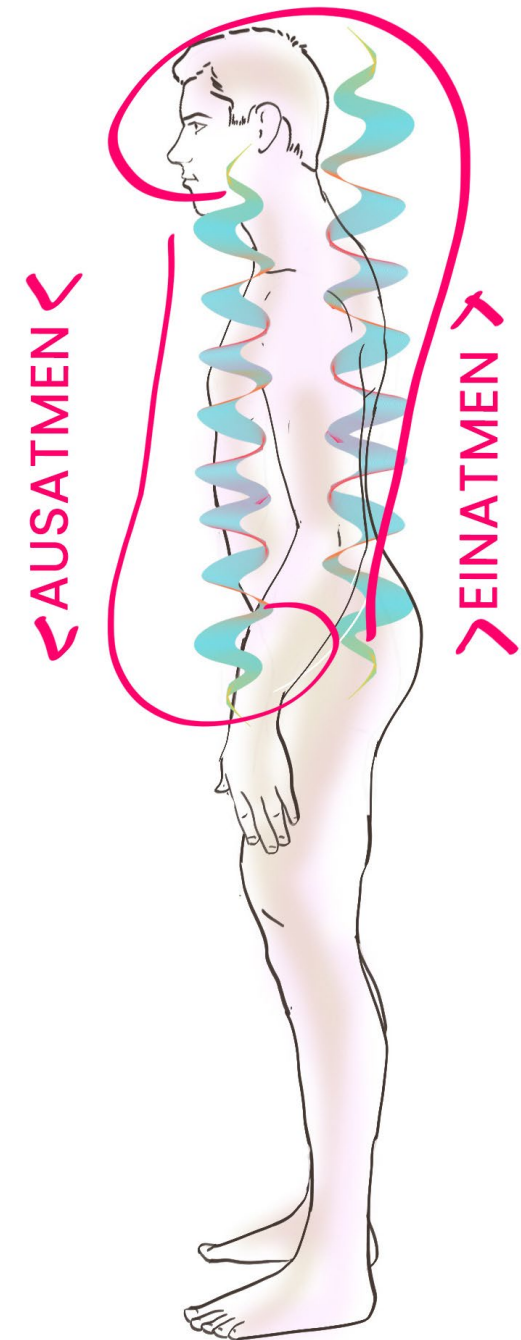
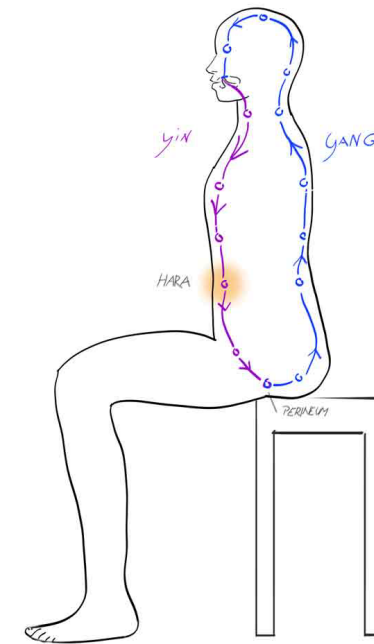
Erregung innerhalb dieser Spirale aufzubauen,.

Wenn die Erregung zu wachsen beginnt, halte deine Genitalien mit deinen Fingern oder mit deinen Handflächen, atme weiter, während sich die Lust aufbaut.

Halte deinen Atem in der Spirale in Bewegung, atme spiralförmig die Wirbelsäule hinauf und dann vorne wieder aus.

Wenn du deine Genitalien mit den Fingern, einem Spielzeug oder deinem Atem stimulierst, tue dies, während du diesen energetischen Rhythmus beibehältst. Denke daran, dass es nicht darum geht, zum Orgasmus zu eilen, sondern darum, deine sexuelle Energie zirkulieren zu lassen, sie sich ausdehnen zu lassen und sie durch die Schleife steigen und wieder fallen zu lassen. Immer und immer wieder.

DIES IST DER BEGINN VON ETWAS TIEFEREM, EINER AKTIVIERUNG DEINES INNEREN STROMS, WO DAS EINATMEN ZUR ANRUFUNG UND DAS AUSATMEN ZUM OPFER WIRD, WO SEX ZU ENERGIE UND ENERGIE ZU BEWUSSTSEIN WIRD.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

DEIN FÜNFTER SCHRITT ist dein Orgasmus als Opfergabe.

Wenn der Orgasmus kommt, belege ihn mit einer Absicht vor dem Höhepunkt. Bring ein einzelnes Wort, ein einzelnes Gefühl oder einen einzelnen Wunsch in dein Bewusstsein, etwas, das du zurückgewinnen oder erschaffen möchtest.

Dann lass diesen Orgasmus durch die Spirale fließen, nicht einfach nach außen explodierend, sondern durch dein Feld zirkulierend.

Denk daran, dass es hier nicht um Kontrolle geht, sondern um Zirkulation.

Es geht darum, deinem Körper zu erlauben, sich daran zu erinnern, wie man das Vergnügen aufrechterhält. und wie du diese Lust dann in eine Spirale verwandeln und schließlich der Schöpfung schenken kannst.

Stell dir deinen Orgasmus nicht als Ende vor, sondern als einen Kraftschub, der etwas Verlorenes zurückgewinnt: deine Stimme, deine Vision, deine Vitalität.

Lass die Energie beim Höhepunkt durch deine Wirbelsäule aufsteigen.

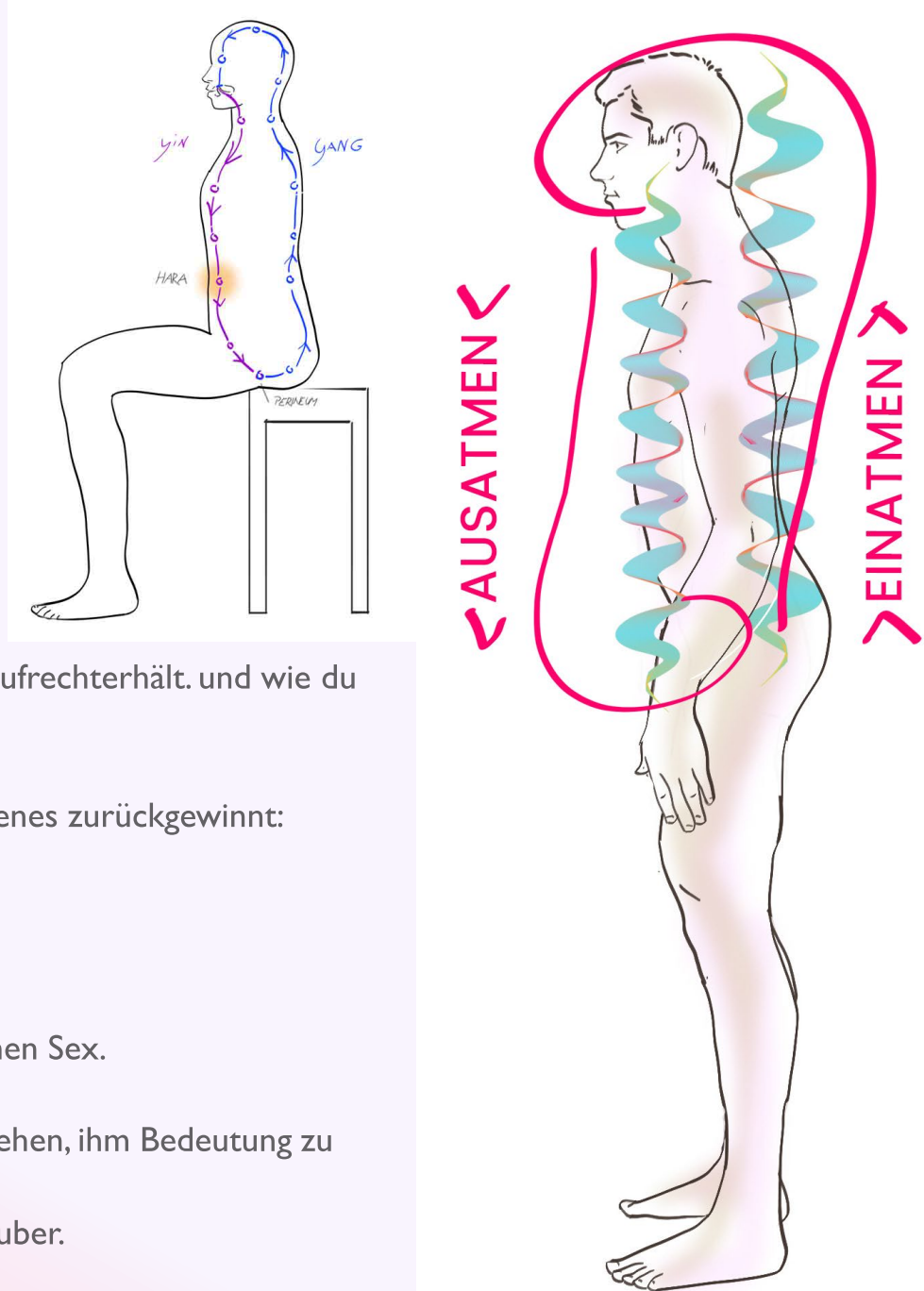
Lass sie aus deinem Kopf oder in dein Herz fließen.

Du bist Isis, du bist die Magierin, du bist die Auferstehung.

Dieser Strom ist aus dieser Perspektive der Weg der energetischen Auferstehung durch deinen Sex.

Es geht nicht um die Jagd nach Vergnügen, sondern um die Kunst, es einzufangen, es zu verdrehen, ihm Bedeutung zu geben.

Du wirst zum Tempel, zur Liebhaberin, zur Initiatorin, und der Orgasmus wird zu deinem Zauber.

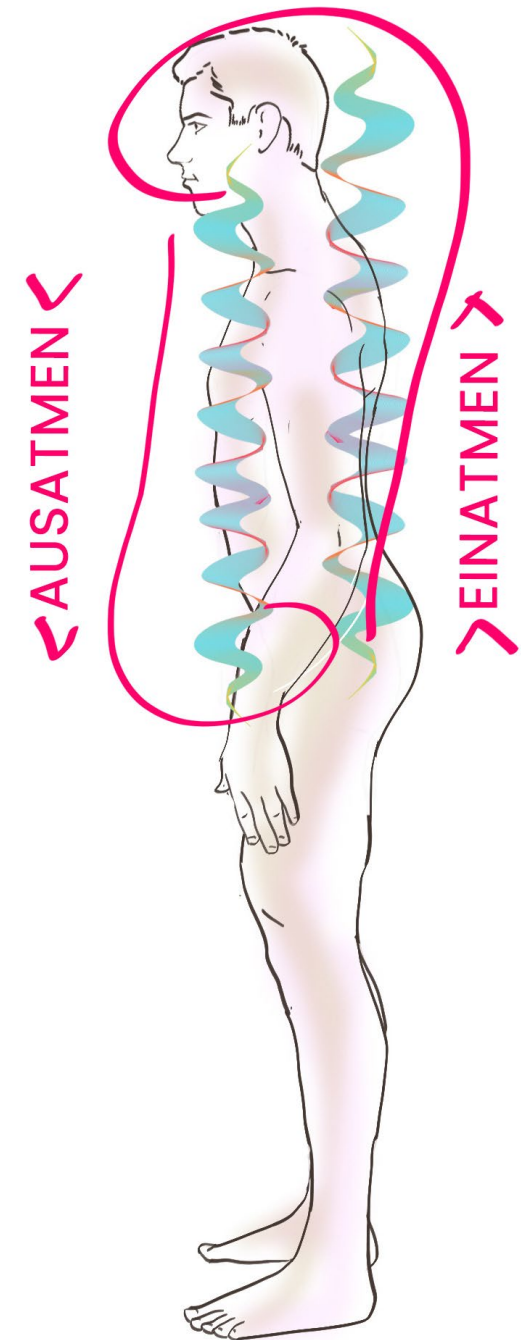
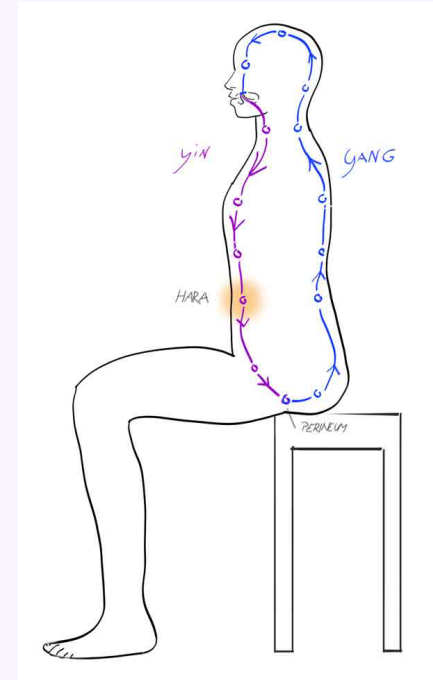
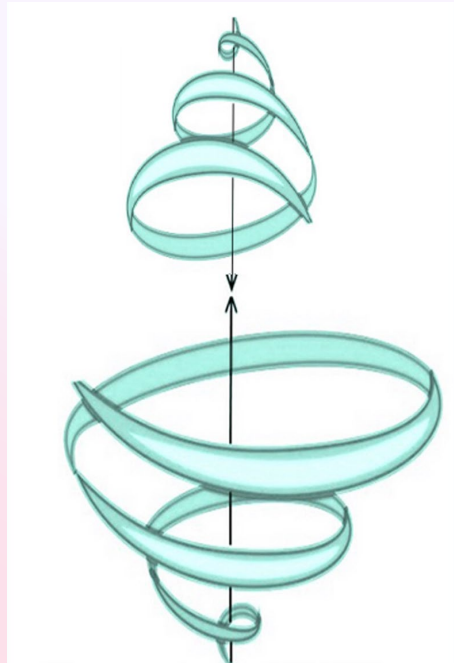


EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS

Das ist nicht nur Sex, das ist Erinnerung.

Wenn du so masturbierst, masturbierst du nicht einfach nur, du bringst deine Polaritäten ins Gleichgewicht, du baust einen Kraftkreis auf, du aktivierst deinen inneren Strom nicht zwischen zwei Menschen, sondern ZUERST in dir selbst und DANN gemeinsam mit deinem/deiner PartnerIn.

Dies ist eine sehr heilige, sehr tiefgründige und außergewöhnlich kraftvolle Praxis.



EO-FLOW - DER ENERGIE ORGASMUS – SESSION 4 – Heart De-Armoring



Verbringe nun einige Momente mit deiner Merkaba, es ist eine gute Zeit um an Menschen zu denken und ihnen Licht und Liebe zu schicken, kraftvolle Gedanken für die Zukunft zu entwickeln.

Möge deine Merkaba ein Segen für dich sein.



EO-FLOW
DER ENERGIE ORGASMUS