

A visszafojtott gyönyörrel

Sajnos egyre gyakoribb, hogy látszólag stabil kapcsolatok mennek tönkre, aminek a miértjét kívülről nem is sejtjük, hiszen az ismerős pár jól kijött egymással. Nem veszekedtek, nem csapongtak, de valamiért mégis hirtelen vége lett ígéretes kapcsolataknak. A szerencsésebbek nem ismerik az érzést és környezetükben sem találtak vele, de meglepőd-nénk, ha kikérdeznénk ismerőseinket szexuális vágyaikról.

A szex nem összeillő embereket tud összetartani, de ha nem működik, akkor összeillő embereket tud szétszedni. Hiányában eltűnik a tűz, a vágy, melynek eredménye az elhidegülés. A kapcsolat elejére jellemző minden este „gyűrött lepedő” felváltja a gyakori „fejfájás”, vagy „fáradt vagyok” érzés.

A legtöbb esetben nem is arról van szó, hogy ne élveznék az együttélést, egyszerűen a készletük tűnt el az életükből. Például egy angol kutatócsoport felméréséből kiderült, hogy a férfiak körében 40%-os emelkedést mutat a nem élet utáni érdektelenség. Képesek lennének rá, mert fizikai akadály nincs, de az akarás hiányzik belőlük. Elképesztő, hogy a nők esetében a százalék száma még magasabbra kúszik, ezért igenis foglalkozni kell a kérdéssel és nem szabad beletörődni.

A probléma forrását nehéz lenne felsorolni, mert számtalan dolog lehet, de azt kijelenthetjük, hogy ennek a legtöbbször lelki okai vannak. A munkahelyi problémák, a gyermeknevelés, egy korábbi ki nem hevert lelki stressz – válás, családi dráma -, testünk el nem fogadása, mind hozzájárulhatnak a nemi vágyunk csökkenéséhez, és a párunktól való eltávolodáshoz.

Sokat segít a probléma megoldásában, ha végzünk egy kis önvizsgálatot és megpróbálunk a hozzáállásunkon is változtatni. Legyünk figyelmesebbek, kedvesebbek a párunkkal, és a megértés meghozza gyümölcsét. Az agyunk és testünk képes az öngyógyításra, és a különböző készítmények is a segítségünkre lehetnek. A homeopátiás készítmények épp ezt a folyamatot segítik, mellékhatások nélkül.

(Forrás: *cosmopolitan*)

13 vágyfokozó növény - avagy afrodisziákumot a zöldségestől

Intim területeket csalánnal csapkodni, édesburgonyával degeszre enni vagy rozsmaringgal túludagolni magát senki nem fogja azért, hogy szexuális vágyát felkorbácsolja! Manapság az afrodisziákumok inkább izgalmas mítoszok, semmint komolyan vehető receptúrák. Összeszedtük azokat, amiket egy kicsit felkészültebb zöldségesnél be lehet szerezni.

A növények gazdag összetevőinek, azok szerkezete gyakorolt jótékony hatásainak ismeretében talán már nem is hiszünk bennük. Ám a misztikus vágykeltőkre időtlen-idők óta szüksége van az emberiségnek: míg a rég letűnt kultúrákban a termékenység rítusok szükséges velejárói voltak a vágyfokozó növények, addig a modern ember életében a misztikus receptúrák titka inkább a közös kísérletezgetésben, új erotikus kalandok felfedezésében rejlik.

Avokádó

– Bár az egzotikus, körte alakú, zöld, zsíros húsú növény tipikusan a trópusi területeken terem, itthon is jól ismert importtermék. Az avokádót elsősorban húsa miatt vásárolják, annak héja, magja, az avokádófa kérge, levelei a népi gyógyászatban előszeretettel használt alapanyagok. Nemi vágyébredéstől a növény húsát nyersen fogyasztják, magját lereszelik, és teát készítenek belőle.

Napraforgó

– A napraforgót 3000 éves múltú növény, Mexikó északi részén, az indiánok által termesztett növény volt, Európába a 16. századba jutott el. Magjainak belét, a szotyolát számtalan formában – nyersen, sütvé, pirítva – fogyasztják, sajtolással pedig olajat nyernek belőle. A mag B1- és B2-vitaminokat, vasat, foszfort, káliumot és növényi zsírokat, fehérjét tartalmaz. Virágának rügyei fogyasztásra szintén alkalmasak, párolva vagy nyersen használják. A virág szirmaiból nyert készítmények reumatikus megbetegedések és gyomorpanaszok kezelésére kiváló, afrodisziákumként pedig izgató hatású. Akik ez utóbbi hatása miatt isszák, virágszirmaiból főznek teát.

Csalán

– A jól ismert gyom- és gyógynövény csak kevesekben ébreszt kellemes emlékeket, hiszen csallán-szörjei által okozott támadását saját bőrén tapasztalta mindenki, a csallán-szörőkben található mérget azonban már az ókor embere saját hasznára fordította, nemi serkentőszerként használta. A partner meztelen testét, az intim tájakat addig verték csalánnal, amíg a hímvesző merevedését, illetve a szeméremajkak duzzadását elérték. A ma embere afrodisziákumként inkább teát készít a magvaiból.

Édesburgonya (batáta)

– Az elnevezés ellenére az édesburgonya csak küllemében hasonlít a krumplihoz, rendszertanilag nem burgonya, a szulákkfélék között tartják számon. Főzve, sütvé illetve pirítva fogyasztják, íze leginkább a sütőtökére hasonlít. Béta-karotint, E-, C-, B1-, B2-, B6-vitaminokat, fehérjét és értékes ásványi anyagokat (kalcium, vas, foszfor, kálium, nátrium, magnézium, mangán, szelén, réz, cink) tartalmaz. Nem tartozik a gyógynövények közé, mértéktelen fogyasztása mégis ösztönzi a nők nemi vágyát, benne ugyanis hormonokhoz hasonló hatóanyagok találhatók.



Feketebors

– A magyar konyhában a paprika után a fekete-borsból fogy a legtöbb, ami a borsok legcsípősebbike. Szintén trópusi növény, ami egész évben virágzik, termései állandóan érnek. Maga a feketebors a cserje szemei, melyek attól lesznek feketék, hogy napon szárítják őket. A bors azért kerülhetett fel az afrodisziákumok listájára, mert piperin nevű összetevőjének köszönhetően a nyálkahártyát ingerli. Fűszerként kell fogyasztani.

Ánizs

– A jellegzetes fűszernövényt gyógy- és fűszernövényt termesztik, számtalan étel, ital (likőrök, párlatok) alapanyaga, a gyógyászatban pedig étvágyjavító, hurutoldó és idegerősítő hatása miatt használják, de

illóolajat is készítenek belőle. Az ánizs magvaiból szexuálisan ingerlő ételek, italok készíthetők.

Petrezselyem

– Orvosi célokra a petrezselymet már az ókorban ismerték és használták, az újjászületés jelképének tartották, illetve termékenységet növelő erőt tulajdonítottak neki. A gyökérből készült tea nagy adagban izgató hatású, amit a gyökérben található apiolnak tulajdonítanak. Az apiolt régen magzatelhajtásra használták, de a szülés megindításához is ezt használták, a szer enyhén pszichotrop hatású.

Ginzeng

– A ginszenggyökér Ázsiában az egyik legismertebb orvosság és afrodisziákum, az évelő növény gyökérét évszázadok óta fogyasztják, a nyugati orvoslásban azonban csak a 16. században jelent meg. Számtalan vitamin (A, E, B1, B2, B6, B12, C), és nyomelem található benne, melyeknek köszönhetően nemcsak immunerősítő, de élénkítő és erősítő hatású is. A növény gyökérből készült kivonat jótékony hatással van a nemi életre, úgy tartják, felébreszti a szexuális vágyat, erősíti a férfi nemi erőt, de hatása csak rendszeres fogyasztással érezhető.

Bazsalikom

– A jellegzetes aromájú fűszer- és gyógyhatású növény ma már idehaza is jól ismert és kedvelt alapanyaga a főzésnek. A hinduk szent növények tartják, úgy hiszik, hogy napi egy levél elfogyasztásával megőrzik egészségüket és termékenységüket. A bazsalikom vitaminokat, cserzőanyagokat és illóolajat tartalmaz. Afrodisziákumként izgató hatást tulajdonítanak neki, és teaként, illetve fűszerként fogyasztják.

Szerencsendió (muskátdió)

– A Malajziában őshonos fűszernövény a 16. század óta ismert Európában, nemcsak a magja, de a magról lehántott magköpeny (ezt hívják szerencsendió virágnak) is kedvelt fűszer. A szerencsendió örökzöld fája akár húsz méter magasságig is megnő, a mag ennek húsos termésében található. Népszerűségét különleges íze, illata és bódító, izgató hatásnak köszönheti, a növény magjában szexuális izgalmat ébresztő illóolaj található, melynek fő hatóanyaga a miriszticin. (A miriszticin egy szerves vegyület, ami a szerencsendión kívül a petrezselyemben és a kaporban is megtalálható, nagy dózisban hallucinogén hatása van.) Afrodisziákumként szárított héját illetve olaját fogyasztják.

Édesgyökér

– Gyermekkorunk jól ismert édessége, a bocskorszij és likőrök alapanyaga az édesgyökér, melynek íze és illata az ánizsra emlékeztet. A gyógyszeriparban szintén ízfokozóként használják, de a növény hatóanyaga kiváló köptető, gyulladáscsökkentő és görcsoldó. Nyomelemeket, hormonokat, illóolajat, glikozidokat, flavonidokat, flavonokat és cserzőanyagokat tartalmaz. Afrodisziákumként élénkítő hatása miatt alkalmazzák, tea vagy por alakjában fogyasztják.

Gránátalma (grenadine)

– Már az ókorban ismerték a kistermetű lombos fát, melynek kicsi, vékony levelei, vörös virágai és almaszerű termései vannak. Maga a termés kemény, benne azonban számtalan apró, lédús burok található, melyben kis magok csücsülnek. A gyümölcs Aphrodité jelképe volt, vagyis a szerelme almája volt a gránátalma - és már csak ezért is, erős afrodisztikus hatást tulajdonítottak neki. A gyümölcs C-vitamin, káliumot, kalciumot és flavonoidokat tartalmaz és erős antioxidáns hatású.

Rozsmaring

– Az örökzöld fűszer- és gyógynövény jellegzetes aromájának köszönhetően számtalan konyha alapfűszere, ugyanakkor régi gyógynövény is egyben. Javítja a vérkeringést, segíti az emésztést, idegerősítő, nagy dózisban azonban magzatelhajtó hatása van. Afrodisziákumként a fürdővízben használják, a fűszernövény fokozza a test vérellátást, ezzel pedig az érzékenységet.

(Forrás: *divany.hu/A szerelmem füveskertje - Christian Ratsch*)