

## Kundalini és a mennyei gyönyör

A Kundalíniról, mint rejtett energiánkról több kötetet is teleírtak az évezredek során a spirituális gondolkodók, jógik, guruk, természetgyógyászok. Nem titok, hogy egyik számottevő hatása éppen a szexualitásra van.

Évekkel ezelőtt egy hölgy írt, nevét is elárulta, és nagyon megdöbbentő dologról számolt be. Nevezetesen arról, hogy részt vett egy bioenergetikus, pszichés előadásán, aki a teremben, mindenki előtt, anélkül hogy megérintette volna őt, olyan forróságot okozott a testében, méghozzá az altestében, hogy attól tartott, menten orgazmusa lesz és megszegyenül mindenki előtt. Szerencsére az előadó nem akarta megszegyeníteni, és még idejében abbahagyta a "varázslást".

### Kundalini, pöccintésre

A levél kapcsán ellátogattam a megnevezett bioenergetikushoz, mit mondjak, meglehetősen szkeptikusan. El sem tudtam képzelni, hogy az levélben igazat írtak, vagyis hogy létezik olyasmi, hogy érintés nélkül ilyesmi érzések keljenek életre az emberben.

A bioenergetikus csak mosolygott, amikor a levélről beszámoltam, és egyben közöltem vele, ne reménykedjen, én úgysem dőlök be az ilyesmink.

Ekkor megkért, feküdjek le a vizsgálószékbe. Tényerét a méhem fölé tartotta. Nem telt el tíz másodperc, és hirtelen forróság öntött el, úgy is mondhatnám, nemi izgalmat éreztem, pedig hozzám sem ért. Az a forróság mégis jól körülírhatóan jelen volt, és mivel előzőleg elhatároztam, még véletlenül sem dőlök be semmi humbugnak, kifejezetten meglepődtem azon, amit éreztem.

- Mi ez? - szisszentem fel, és kezdtem nagyon kínosan érezni magam.

- Egy picikét működésre serkentettem a kundalini energiáját - felelte a bioenergetikus, majd elnézést kért, amiért zavarba hozott. Arra hivatkozott, hogy ha csak mesélt volna róla, nem hittem volna neki, és ami még fontosabb, nem is értettem volna, miről van szó. - A kundalini a legfőbb energiaforrásunk, ott szunnyad a gerincoszlopunk legalján, és várja, hogy egyszer csak előtörhessen - magyarázta. - Az általam adott energia egy kicsit fellobbantotta. Olyan ez, mint amikor óvatosan belefújunk a pislákoló lángba, és az egy pillanatra fellobban.

### Gésák titkai

A keleti szexualitás mindig sokkal nyitottabb volt, mint a prúd nyugati. A keleti világban sokkal több időt szánnak egymásra a szerelmesek, és sokkal fontosabbnak tartják a másiknak való örömszerzést, a másik érzékeinek végtelenségig való felcsigázását, a másik legapróbb porcikáinak ismeretét. A szex lényegének nem az orgazmust, hanem az orgazmushoz vezető utat tartják, így mindent elkövetnek, hogy ezt az utat a lehető leghosszabbra nyújtsák.

A kínai nők a végbélnyílás és a herezacskó közötti részt a Millió Arany pontjának hívják. Itt húzódik ugyanis az ondóvezeték egyik külső szakasza, amely merevedéskor könnyen kitapintható. Ha az orgazmus előtt erősen megnyomjuk ezt a pontot, a magömlés késleltethető. Ha uralni tudjuk ezt a pontot, kedvünk szerint húzhatjuk el az orgazmust. Ugyanakkor a kundalini energiát is serkentjük vele.

### A Kundalini pont

A Tantrában a szexuális energia szimbóluma az összetekeredett kígyó. A kígyó ott szunnyad minden

férfiben és nőben a gerincoszlop végénél. Amíg a kígyó alszik, nem csak a szexuális, hanem minden egyéb érzelmi képesség is alszik. A gerincoszlop vége kifejezetten érzékeny a hőhatásokra. Érdemes ezt a területet forró és hideg hatásoknak kitenni, felváltva. (Meleg víz és jégkocka?) Nem kell attól félni, hogy kitör a kundalini, elég, ha épp csak egy picit feléled, és soha nem érzékelt szenvedélyben lesz részünk.

A meleg-hideg hatást egyébként érdemes alkalmazni partnerünk keblein is, a mellbimbók körül.

### Egy kis tantraszex

A masszázs kiválóan alkalmas arra, hogy a szerelmesek megismerjék egymás aktív és passzív részeit. A kellemes masszázs titka a finom, izgató illatú olaj. Olajozd be a kezeidet és dörzsöld össze őket, amíg az olaj fel nem melegszik. Kezdd gyengéden masszírozni a fülcimpákat, majd a nyakat a tarkó felé haladva. Ha a párod teljesen ellazult, masszírozd a nyakcsigolyák legfelső pontját. Ezután nagyon lassan haladj egyre lejjebb a gerincoszlopon, csigolyáról csigolyára. At kell gyúrni a test minden egyes részét, változtatva az erős és a gyengéd érintéseket. A különlegesen érzéki pontokon a lehelet-érintést és az ujjbegyeket szabad csak használni, máshol az erőteljesebb nyomások vezetnek célra. Semmit nem szabad kihagyni! Különösen izgalmas a térd és könyök hajlatok simogató érintése.

A Tantra szerint az orális szex különösen alkalmas arra, hogy két ember egybeforrjon. Próbáljuk meg egyszer nagyon lassan eljuttatni egymást az orgazmusig. A törődés, a finom csókok és érintések a legjobb módszerei a jang feltámasztásának és a jin érzékiségének felébresztésére.

### A szex megszállottai

A kundalini, ha idő előtt felébred, amikor a személy még nem érett erre sem spirituálisan, sem képzettségben, nagy bajokat tud okozni. Az idő előtti

károkat okozzon a testben, és az illető kiszemelt áldozataiban is.

Forrás:

[www.amnezia.hu](http://www.amnezia.hu)

[www.kundalini.hu](http://www.kundalini.hu)

[www.asztralis-test.szeretni.hu](http://www.asztralis-test.szeretni.hu)

## Szexualitás az iszlámban

Egy olyan társadalomban, amelyben a szex az egyik legfőbb tabu, Heba Kotb doktornő a nemi életre vonatkozó tanácsokkal látja el az egész arab világot tévéműsorában, valamint személyes és internetes konzultációin - szigorúan az iszlám vallás előírásai alapján.

Az egyiptomi szexológus megmondja, hogy mi az, ami haramnak, azaz bűnnek, és mi az, ami halálnak, azaz megengedettnek tekinthető a különböző nemi praktikák közül, amelyek az iszlám hagyomány szerint csak házastársak között törvényesek.

Így például iszlám szempontból elfogadható az orális szex mind a férfi, mind a nő részéről, ugyanakkor abszolút haram az anális szex és a homoszexualitás is - magyarázza az orvos. Ugyanakkor a maszturbáció bizonyos korlátok között nem számít bűnnek, de nem helyettesítheti a házasséleket, és nem mutathatják be az önkielégítést a pornófilmek sem. Ez utóbbiak nézését a szakember erőteljesen ellenzi.

Ilyen és hasonló tanácsokat ad Heba Kotb az al-Mehvar műholdas csatornán futó programjában, amelyet 2006 óta több millióan néznek az arab világban minden szombat éjjel. A szakértő a Korántól, Mohamed próféta gondolataitól és mondásaitól ihletve ad választ a nézők kérdéseire és problémáira. És Kotb hangsúlyozza: a Korán szerint az asszony szexuális kielégülése alapvető fontosságú a házasságban, és a férj nem tartózkodhat túlságosan sokáig a feleségével való szexuális kapcsolattól, mert a bőség is fontos az iszlám számára.

Nemcsak az együttlétek minőségére, hanem a mennyiségére is gondot kell fordítani, és fontos szerepet kell juttatni a szexuális előjátékoknak is.

Heba Kotb kairói rendezésében is folytat tanácsadást, hosszú nála a családterápiára várakozók listája, és interneten is lehet hozzá fordulni. Külön szexuális nevelési tanfolyamokat tart leendő házasságok és kamaszoknak: megtanítja nekik, miként éljék meg szexualitásukat a házasságban és miként tegyék kedvükre valóvá a családon belüli kapcsolatokat.

Kotb úgy véli, hogy a szüzesség megőrzése a házasságig garantálja a házaspár boldogságát, miközben százak kérnek tőle tanácsot arra vonatkozóan, hogyan készüljenek fel a nászéjszakára. Az egyik legfontosabb tanácsa, hogy a "nagy éjszaka" előtt ne egyenek túl sokat, és mindenképpen őrizték meg nyugalmukat.

Tapasztalata szerint a világon mindenütt ugyanazokkal a szexuális problémákkal küzdenek az emberek. A hozzá érkező leggyakoribb kérdések a korai magömlésre, az erekciós problémákra és a női orgazmusra vonatkoznak. Az orvos szerint - akinek sok rajongója mellett számos bírálója is akad, elsősorban konzervatív körökben - az arab és muzulmán társadalmakban ezek a problémák még komolyabbak, az információ és a képzés hiánya miatt. Ő azonban a szexualitást "Isten ajándékának" tekinti, amelyet mindenkinek élveznie kell.

Forrás: MTI

