



Tantrikus csók Hvari tábor 2014.

Összeállította: Sz. Mikus Edit
szexológus

Először a kezek ismerkednek

A kézfej finom símogatása



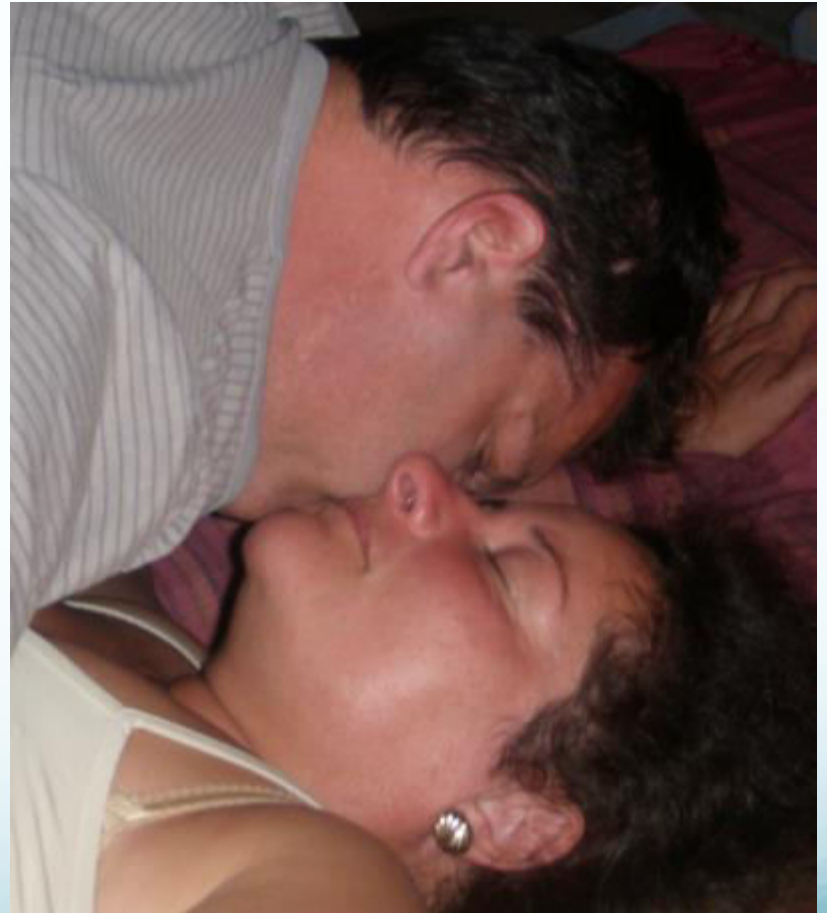
Mondj el minden kézzel!



Símogassátok egymás arcát finoman a kezetekkel!



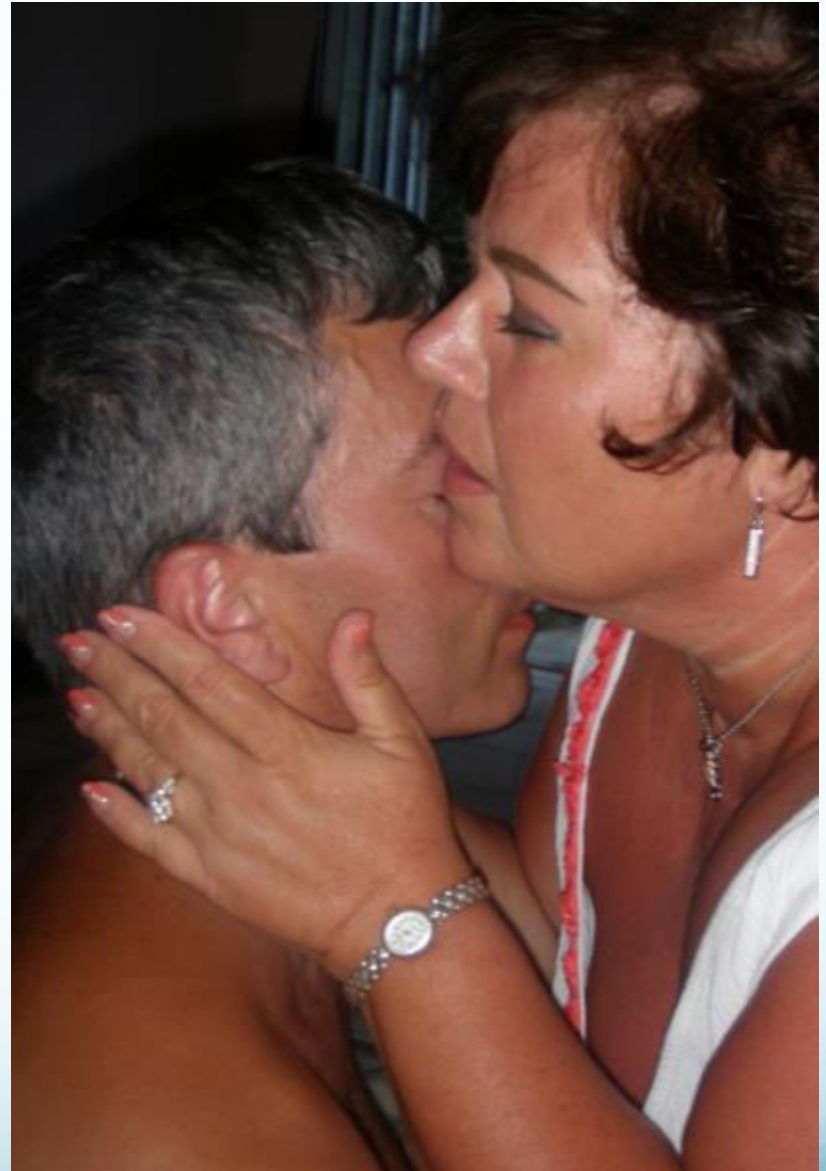
Ajakkal símogatás



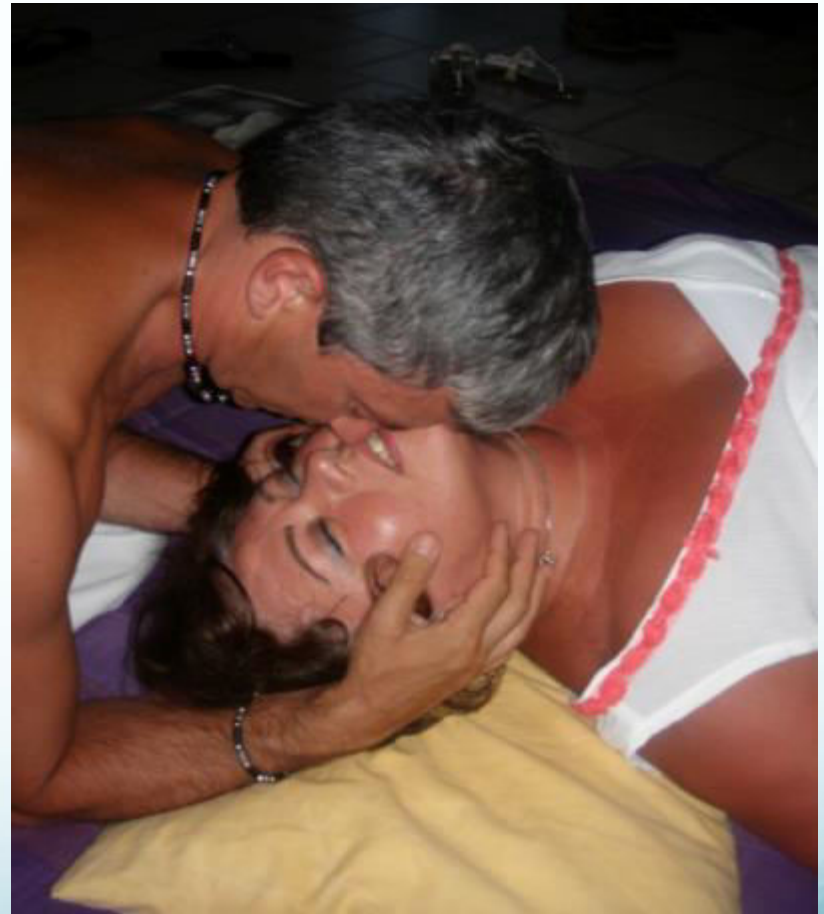
Ajakkal símogtás

Nagyon finoman, lehelletnyi érintésekkel símogatjuk a partner arcát, nyakát, hagyjuk, hogy ajkunk belebizseregjen az érintésbe.

Finoman használhatjuk a nyelvünket is, de még tilos a csók, ez még mindig csak az igazi csók előkészítése!



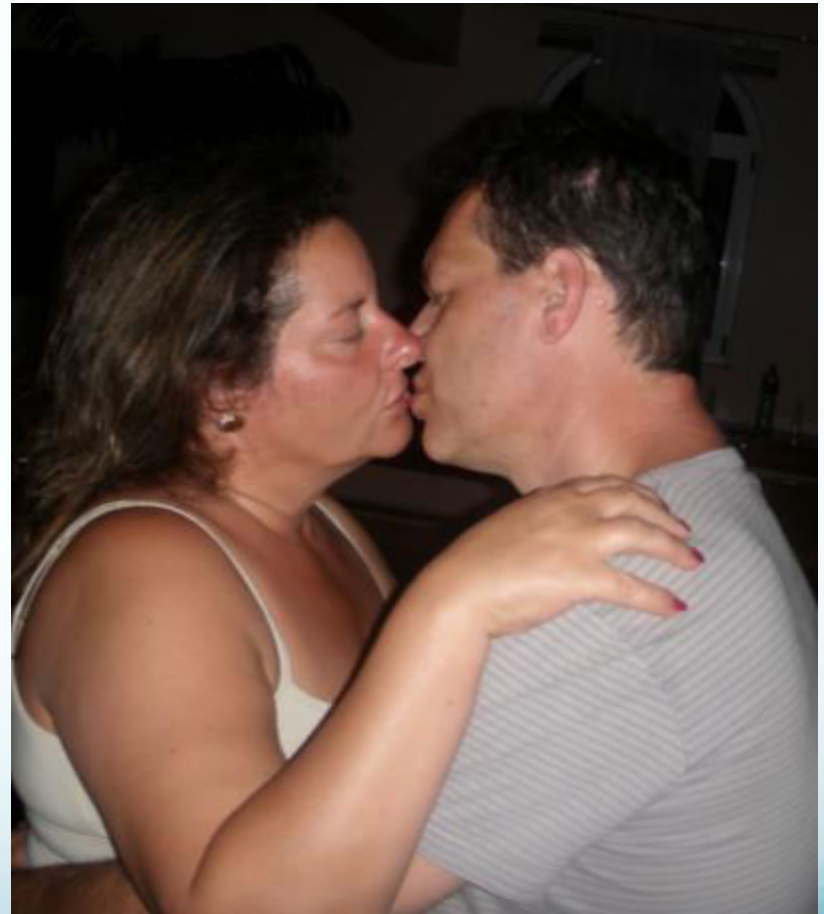
Érzékiség...



Keltsük életre a belső tüzet!



Tűzlégzés szájon át



A tűzlégzés technikája

A szájon át történő tűzlégzés az alábbi módon történik:

- Hasi légzéssel veszünk levegőt.
- A partner a másik kilélegzett széndioxidját lélegzi be, tehát figyelni kell a kilégzésre, és arra, hogy ki kezd.
 - A széndioxid belélegzése miatt transz állapot felé haladunk, ami megközelíti már az orgazmus érzését.
 - A légzés tempóját folyamatosan gyorsítjuk.
- Közben vizualizáljuk mindketten, hogy a szexuális energiát folyamatosan felhúzzuk a gerincben a korona csakra felé.
 - A fejbe érve a ki-belégzés ritmusát annyira felgyorsítjuk, hogy létrejöhessen a transz, ami a felhúzott szexuális energiával már orgazmus élményt okoz.

Az ajkáról

Ajkunkon a bőr nagyon vékony, ezért is pirosabb a többi bőrnél. Vérrel telt, érzékeny, érző idegekkel teli.

Ajkainkon jónéhány belső szervünk akupresszúrás pontja is megtalálható.

Például a felső ajkunk középső kis gödre a szív akupresszúrás pontja.



A csókról

A csók már szex!

A csók a közösülés lekicsinyített mása, itt már test a testbe hatol, az ajkak és nyelvek mímelik a nemi szervek egymáshoz való viszonyát.

A csók nem jár mindenkinek!

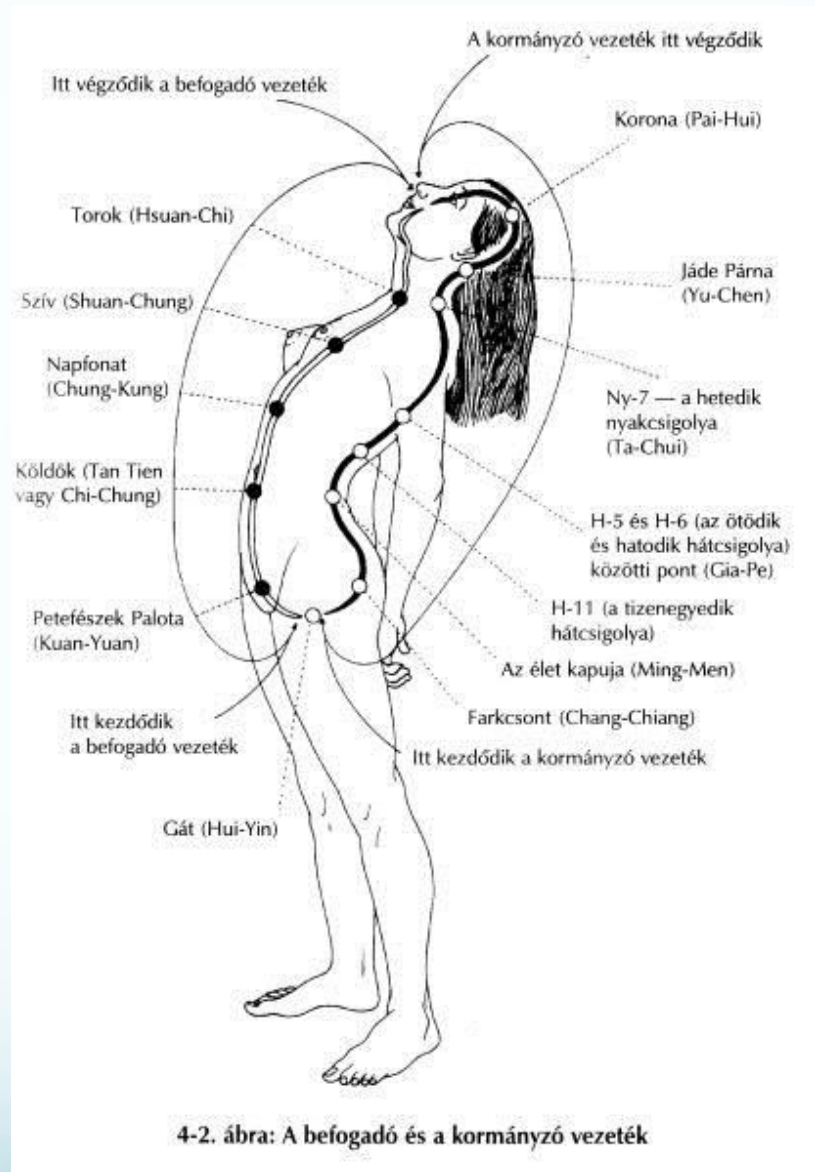
Megfelelő érzelmi mélység és intimitás esetén a csók már alkalmas orgazmus megélésére!



A szexuális energia

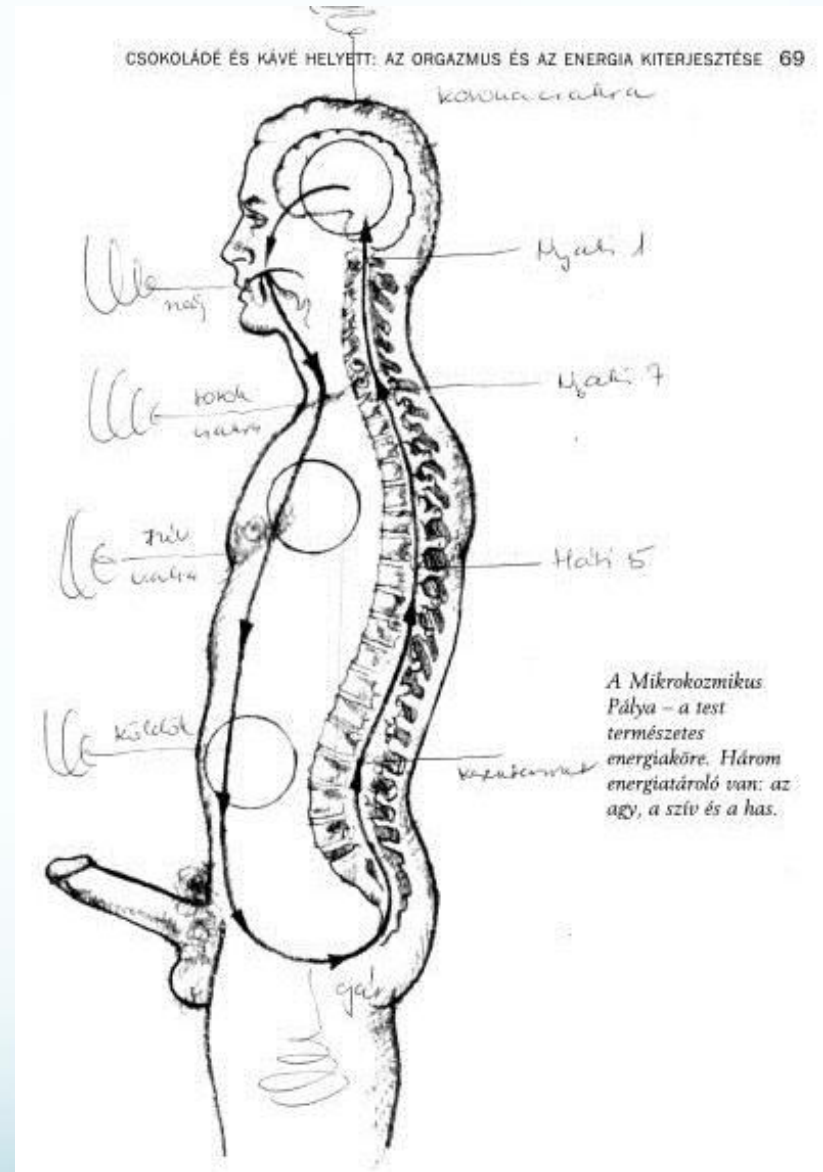
A tao tanítása szerint létezik egy belső szexuális energia körünk, ami a farokcsont utolsó csigolyájától indul, felfelé halad a gerincoszlopban egészen a korona csakráig, majd ott megfordulva a test első felező vonalán haladva lefelé – érintve a csakrákat – a gátnál zárul.

A szexuális energiát légzéssel képesek vagyunk szabályozni.



A szexuális energia kör tudatos áramoltatása

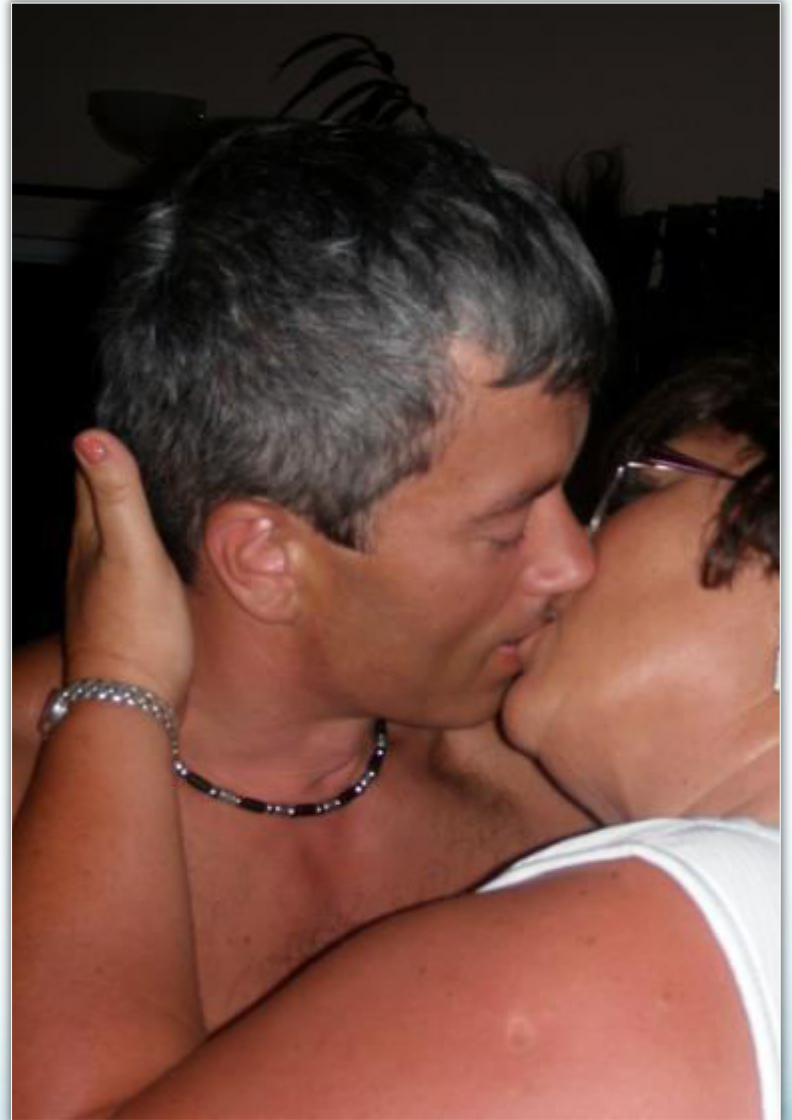
1. Az első körben feltöltjük a csatornát.
2. Egy légzéssel felhúzzuk az energiát a gáttól a keresztcsontig.
3. Majd a keresztcsonttól a hátközépig.
4. Hátközéptől nyaki 7. csigolyáig.
 5. Nyaki 7-től nyaki 1-ig.
 6. Nyaki 1-től korona csakráig
 7. Korona csakrától szájig
 8. Szájtól torok csakráig
 9. Torok csakrától szív csakráig
 10. Szív csakrától köldökig
 11. Köldöktől (lassan) gátig
12. A következő körtől már a megtelt energia folyamatot áramoltatjuk tovább.



Jöhet a csók!

A jó csóknál az ajkak összetapadnak, a nyelvek finoman érintkeznek, enyhe szívással lehet ezt biztosítani.

Természetesen kinek milyen csók a jó, az egyéni ízlés kérdése, lehet finomabb, lehet erősebb, akár a finom harapás is belefér, de a tantrikus csóknál NEM!

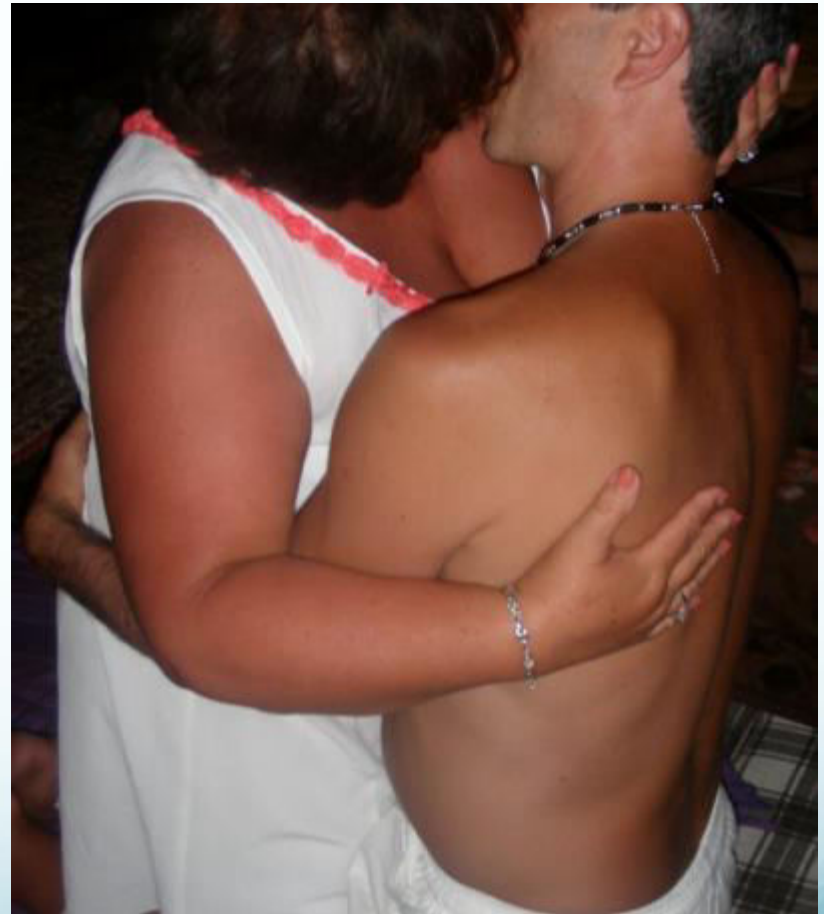


A tantrikus csók

SZERETKEZÉS SZELLEMI SZINTEN 169



A lélek-társulás lehetővé teszi a partnerek szexuális energiájának cseréjét.



A tantrikus csók kéje

A tantrikus csóknál az előbb említett szexuális energiát mindketten áramoltatják, de a légzés orron át történik, hogy ne zavarja az összetapadó csókot.

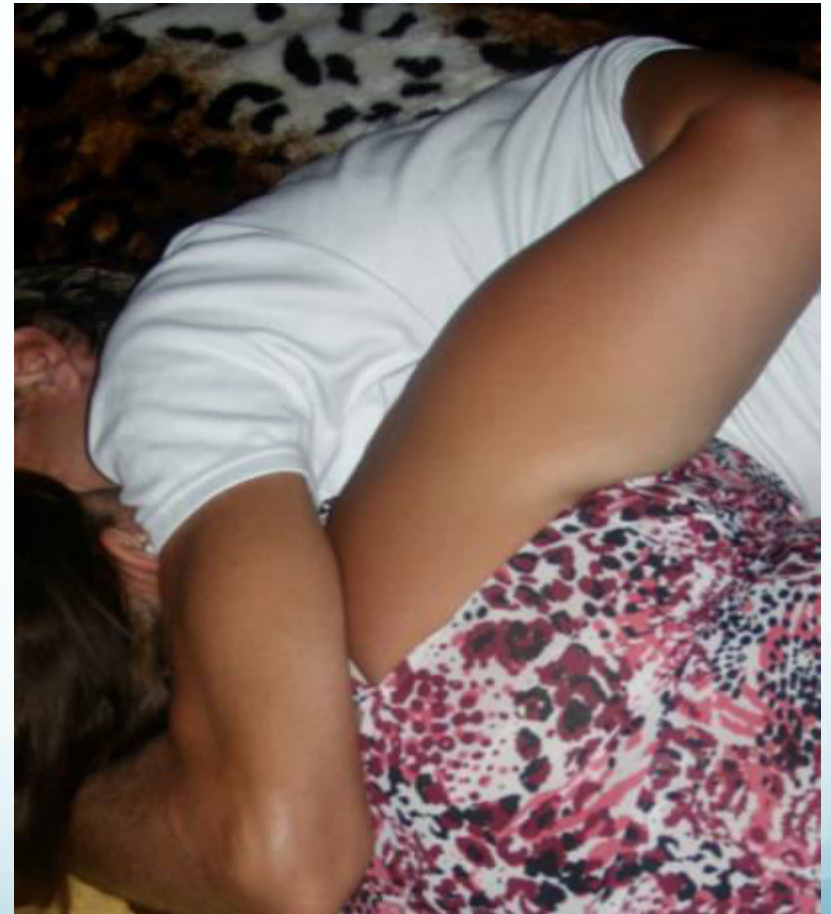
Egyszerre kezdik áramoltatni az energiát a gáttól felfelé, és amikor mindketten a szájhoz érnek, akkor a saját energiájukat a másik testébe, torok csakrájába áramoltatják.

A második körnél visszatér az energia a saját testbe, de már feltöltődött a partner energiájával is, és ez ad különös töltetet az egésznek.

A tantrikus csók energia áramlása a végtelen jelhez hasonló.

Fokozni lehet a kéjt - időnként megszakítva az áramoltatást- tűzlégzéssel!

Más élvezetet ad!



Tantra tábor

- A tantrikus csók titkát 2014. júliusában Hvaron, a Solymári György (Tantra Sziget) vezette tantra táborban tartottuk, egy estés foglalkozás volt csupán.
- A fotók a résztvevők beleegyezésével készültek.
- Az illusztrációk Mantak Chia: Multiorgazmusos pár c. könyvéből valók.