

סודות המיניות הגברית

שיעור 05 | טכניקות למיקוד שכלי בזמן האורגזמה



כוחה של אינטגרציה קוגנטיבית-אמוציונאלית

הרעיון הוא שהחיבור בין ההבנה האינטלקטואלית לרגש (זיווג חכמה עם בינה) יוצר ירידה בעוררות רגשית ושינוי בדפוסים קוגנטיביים, רגשיים ותחושתיים.

בגלל המידור באקדמיה, המדע מתחיל לדבר על הערך של הבנת המשמעות במקביל לעיבוד רגש רק בעשורים האחרונים.

אותו הדבר קורה עם מיניות - נתינה של משמעות מילולית לתבנית שמאחורי התשוקה גורמת לשיחרור הרגש שמניע אותה.



עצם ההבנה של הנטייה
הפסיכולוגית שיצרה את
התשוקה בשילוב עם
עיבוד חושי - ישחרר אותה



לרוב, ככל שהסיטואציה
תהיה אפשרית יותר,
הזינג יתעצם. לדוגמא:
סיפור סדנת הריקוד

דוגמא: משיכה ללסביות

האם תנוחות ספציפיות מגרות?

האם יש חדירה בעזרת עזרים? איזה?

מה אנחנו מרגישים כשאנחנו רואים פורנו עם איבר מין זכרי?

האם המשיכה היא מעצם הצפייה בבחורות ש"עושות את זה" או האם

אנחנו מדמיינים את עצמנו בסיטואציה?



חקר דוגמא: מפנטז על שלישייה

על חשיבות המיקוד
בזמן האורגזמה

האורגזמה היא רגע
בו נפתח צוהר לכוח
שלנו כיוצרי מציאות

סיבות להעלות את האנרגיה

- להגביר ולשמר את אנרגיית החיות שלנו
- לריפוי עצמי
- להגברת היכולת המינית
- להגברת ההשראה הרגשית והשכלית
- זרז לאיזון מרכזי האנרגיה
- לחידוד השכל וריענון תאי המוח
- לריפוי אנרגטי של בת הזוג
- להענקת אנרגיה פיזית לבת הזוג
- להעצמה אישית ואנרגטית

סיבות רוחניות להעלות את האנרגיה

- להתחברות לאינטליגנציה האינסופית של היקום: לקבל מידעים, כמו שורש הנשמה שלנו או תשובות לשאלות
- להתחבר למלווים ולאני העליון
- לחוויות רוחניות מתקדמות (כגון אורגזמות שכליות ורוחניות/קוסמיות)
- לחוש את טבע הבריאה עצמו, את החיבור הגדול ללא עיוות, את אחדות הבריאה
- לתפילה, זימון וכוונה
- להגברת הקוטביות שלנו

רגע המיקוד באורגזמה

האורגזמה היא תחושתית
המיקוד בכוונה דורש מחשבה מודעת
שני הדברים מתנגשים - אלא אם כן הם בזיווג מושלם

מסיחי דעת עיקריים בזמן האורגזמה

- איך אני נראה/נשמע, מה היא חושבת
- האם התמקדתי מספיק בכוונה או לא
- האם האנרגיה עולה?
- לא תיכננתי לשפוך אבל שינית את דעתי
- מה אני אמור להרגיש?

דוגמא: שימוש באורגזמה לריפוי מחלת ריאות

כניסה לריטואל המיני מתוך כוונה
המטרה היא למקד את האנרגיה באיזור החזה
תהליך של הרחבת בית החזה תוך נשימות עמוקות
דרוש מיקוד כוונה בזמן האורגזמה

טיפים למיקוד כוונה באורגזמה:

- לא על הדרך: לתכנן מראש
- לעשות מדיטציה לפני
- לעשות פעילות גופנית
- להכין את בת הזוג
- לעצור את הנשימה בזמן האורגזמה (לא בכוח)
- לבחור דימוי מוחשי להתמקד בו לפני האקט. לדוגמא:
הריאות בוערות באש מזככת. אפשר להתמקד במה
שיעלה בדמיון מעצמו או להעלות משהו באופן רצוני

תרגול לשבועיים הקרובים:
- מיקוד כוונה בזמן האורגזמה
- דיוק חקר הזינג ומימוש

דיון:
שאלות
רשמים