ארז בטאט



סודות המיניות הגברית

שיעור 03 | מנח הגוף באורגזמה, וטכניקות לפענוח מקור ה"זינג"



הפרינאום נועל,
הנשימה מניעה,
מכוונת ומתזמנת

מנח הגוף משפיע

האנרגיה מתקשה לעלות בשכיבה

הזדקפות לפני האורגזמה בנעילה תסייע מאוד

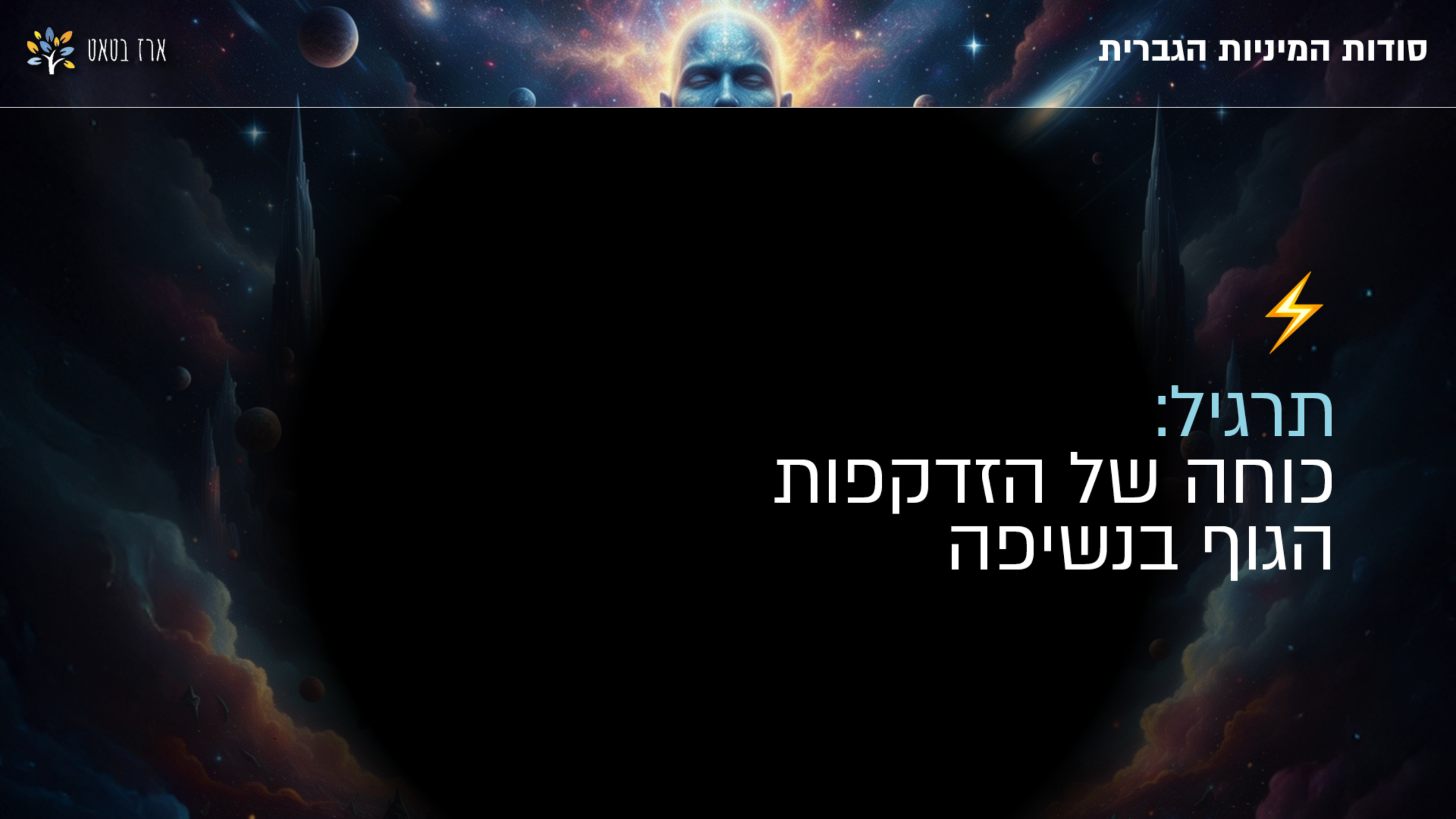
יש לתזמן את ההזדקפות עם הנשימה

תְקְשרו עם בת הזוג

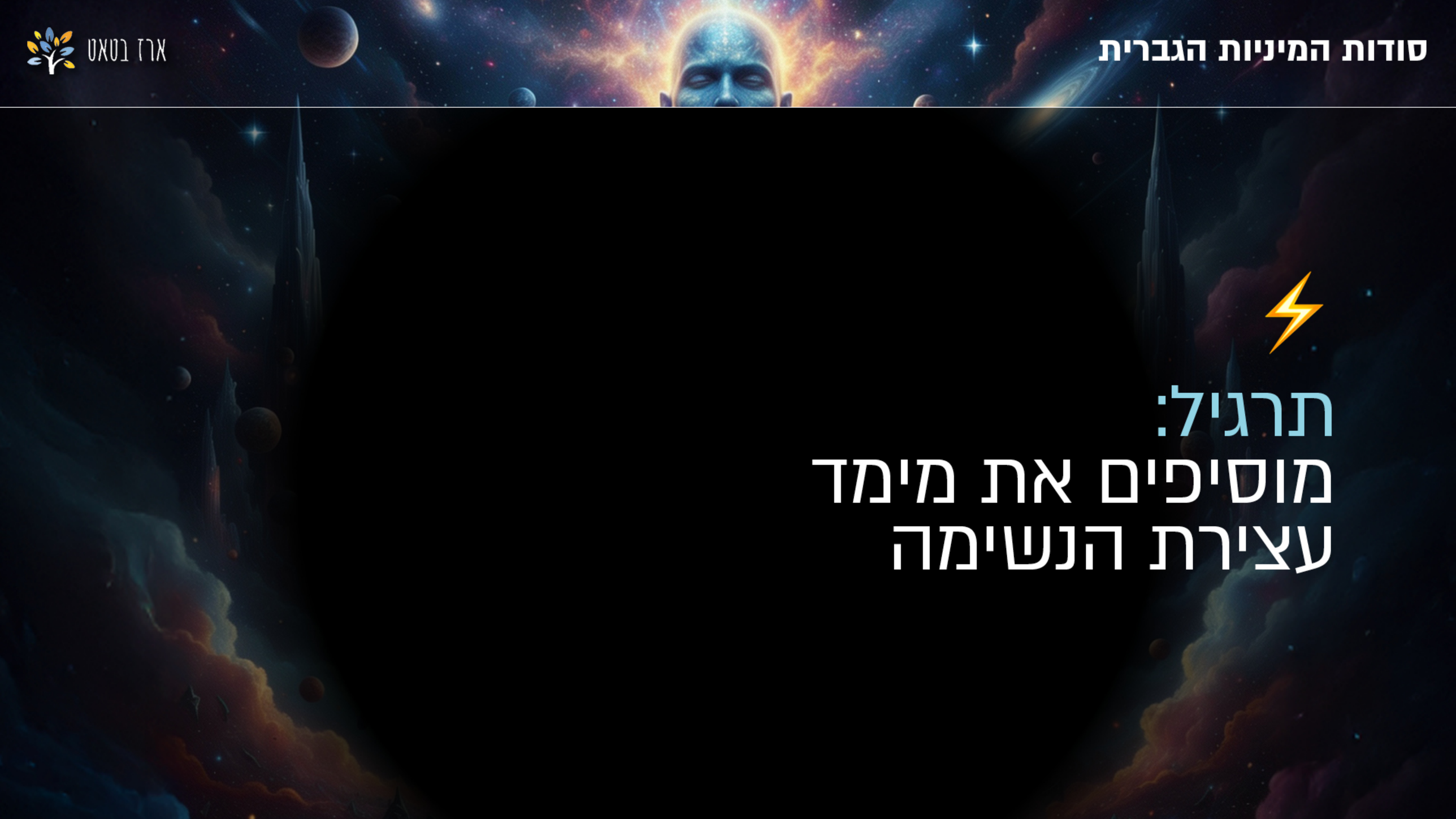
הזדקפות פתאומית יכולה להתפרש כהתרחקות

יכול להתפרש כמשהו מוזר או אפילו מאיים

עליה לדעת שזהו זמן שלך, ואתה בריכוז מדיטטיבי



תרגיל:
כוחה של הזדקפות הגוף בנשיפה



תרגיל:
מוסיפים את מימד עצירת הנשימה

על חשיבות האוננות

האוננות מתוייגת בחברה שלנו ככשלון, כחטא,
כמעשה מגונה.

בתנועת הניו אייג' האוננות לעיתים קרובות
נחשבת פרקטיקה של הנחשלים רוחנית.

האמת לא יכולה להיות רחוקה יותר מהמציאות!

על חשיבות האוננות

האוננות היא הכלי העיקרי העומד לרשותכם לאיזון מרכזי האנרגיה הכתום והצהוב, ולחקר המיניות הרוחנית.

האנרגיה המינית היא שלכם ובאחריותכם! האוננות היא דרך לווסת אותה, לאזן אותה, וללמוד לשלוט בה



על פורנוגרפיה

פורנוגרפיה היא כלי עוצמתי אך גם מסוכן.

אם אתם בוחרים להשתמש בו, עשו זאת בכוונה להטיב ולהתפתח, וממקום של שלמות רוחנית והודייה לנותני השירות

הזינג "נדלק" גם בהוראת מרכזי האנרגיה האחרים

סודות המיניות הגברית

ארז בטאט

כתומה

הזהות האישית (אגו) אל מול עצמנו והסביבה הקרובה אלינו. אנרגיה מינית תלויית זהות עצמית ומשפחתית. רצון לשליטה ו/או בעלות, פחד משליטה ו/או בעלות



לדוגמא: משיכה לתכונות דומות לאם, צורך להיות מושפל או לחוש עליונות, פנטזיית האם החורגת, פנזיית המדריך וכו'

סודות המיניות הגברית



צהובה

הזהות האישית (אגו) אל מול החברה והסביבה.
אנרגיה מינית תלויית זהות קולקטיבית חברתית.
רצון לשליטה ו/או בעלות, פחד משליטה ו/או בעלות.

לדוגמא: משיכה לנשים בעלות כוח והשפעה, תאווה לכיבוש, משיכה לצבע עור, פטיש חייזרים, פנטזיית איש השירות וכו'

סודות המיניות הגברית



ירוקה

היכולת להביע אהבה. קרש הקפיצה להנעת האנרגיה השכלית והרוחנית. משיכה מינית רגשית, ממוקדת אהבה.

תחושה של אהבה ופתיחות עזה לבת הזוג או אפילו למישהי שאנחנו לא מכירים

ניתן לדייק את מקור הזינג ולהעצימו

דרכים להעצמת הזינג

דיוק הנרטיב: מה בדיוק מגרה אותי בפנטזיה?

לאיזה פורנוגרפיה אני נמשך?

לאיזה נשים אני נמשך?

איזה סיטואציות מגרות אותי?

ככל שהסיטואציה תהיה יותר אפשרית, הזינג יתעצם

המבחן הדיכטומי (אין באמצע!):

מבוגרת ממני או צעירה ממני?

שמנה או רזה?

כנועה או שתלטנית?

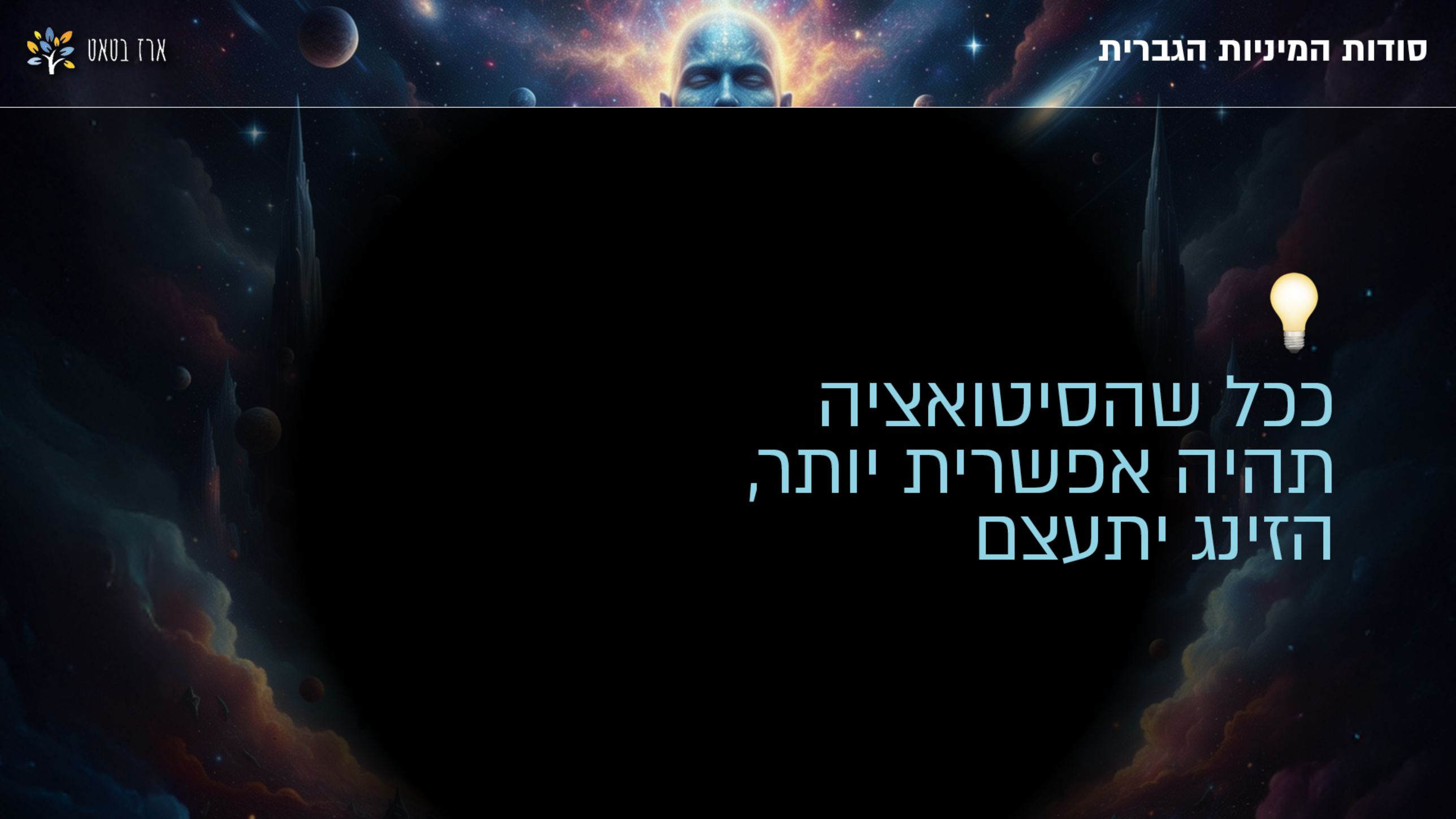
היא מלמדת אותי או אני אותה?

יש סיטואציה אחת. איך היא נראית?

(וכו' וכו'... צבע עור, גודל שדיים, מוצא, צבע עיניים, מדברת או שקטה, אוהבת כאב או רוצה עדינות, היא משדלת או אתם, ועוד ועוד)



חקר דוגמא:
זיקוק התשוקה למין אוראלי



ככל שהסיטואציה תהיה אפשרית יותר, הזינג יתעצם



חקר מקרה:
על זו שנמשכה לנשים עוצמתיות



חקר דוגמא:
מזנגג אותי שהיא מתפעלת ממני





חקר דוגמא:
מפנטז על שלישיה

תרגול שבועי:

- שחקו עם הנעילה, הנשימה, ההזדקפות
- העמקת חקר הזינג



דיון:
שאלות
רשמים