

Ghidul complet pentru a deveni o zeiță a sexului

Traducere
Bogdan Chircea



Respect pentru oameni și cărți

Partea 1: Cine este sexi? Da, TU!.....	18
Eu, o zeiță a sexului?	19
Zeița sexului: Tu?	20
Hei, sexi, ești pregătită?	21
Zeițele sexului din toate timpurile și de pretutindeni.....	22
Sex = Creație.....	25
Tangoul se dansează în doi.....	26
Minimum de știut	28
2 Invocarea puterii zeiței.....	29
În compania zeițelor	30
Zeițe ale sexului din întreaga lume.....	31
<i>Zeițele africane ale sexului</i>	32
Puterea zeiței central și sud-americane	33
Sex, creație și zeițele nord-americane	34
<i>Puterea și pasiunea zeițelor egiptene</i>	35
Pentru aceste zeițe, sexul este grecesc (sau roman)...	36
Pasiunea indiană.....	37
<i>Zeițele europene ale sexului, de la nord la sud</i>	39
Ce legătură au asteroizii cu dragostea?.....	40
Propria zeiță a sexului	41
Minimum de știut	43
3 Fată, Mamă, înțeleaptă.....	45
Hei, doamnă, de ce nu te porți după cum ți-e vârsta?..	46
Fata: îmbrățișarea sau re-îmbrățișarea virginei din tin.	47
<i>Mama: transcendența eului</i>	49
Înțeleaptă: explorarea universală	52
Zeița trivalentă, ieri și astăzi	54
Unde și cine ești tu?	56
Minimum de știut	57
Partea 2: Sacrul feminin: venerează zeița trupului.....	59
4 Ciclul sacru al Lunii și menstrelor.....	60
Trupul tău și ciclul Lunar.....	61
Zeița Lumi, zeița sexului.....	64
Menstruația în lumea reală.....	67
Venerează-ți ciclul	71
Minimum de știu	72

5 Întruparea sexualității tale sacre	73
Trupul tău ca un puzzle	74
Meditația respirației de aur	77
Chakrele tale senzuale	78
<i>Prima chakră: instinctele primare</i>	80
A doua chakră: focul interior	81
<i>A treia chakră: înfruntând lumea cu pieptul înainte</i>	82
<i>A patra chakră: tot ce-ți trebuie este iubirea</i>	82
A cincea chakră: stația de comunicații	83
A șasea chakră: centrala intuiției	84
A șaptea chakră: unitatea universală	85
Poți să fii <i>prea sexi</i> ?	85
Minimum de știut	87
6 Vaginul: floarea yoni	88
Bună dimineața, ce mai face vaginul tău?	89
Izvorul personal de energie creatoare	91
Tipuri de yoni	93
Zborul solitar	94
<i>Străvechea înțelepciune a masturbării</i>	95
Cunoaște-ți trupul	98
A treia oară se sparge gheața	100
Yoga pentru sănătatea yoni	101
Minimum de știut	103
7 Frumoșii tăi sâni	104
Semnificațiile sânilor	105
<i>Tu și sâni tăi: scurt istoric</i>	106
Dependenți de sâni?	107
Mărimea sânilor și ego-ul feminin	109
<i>Măsurarea prejudecăților legate de sâni</i>	109
Exercițiu ca să-ți iubești sâni	110
De trei ori Ura! În cinstea sânilor	112
<i>Sâni adolescenți</i>	112
<i>Sâni matur</i>	113
Sâni de sarcină	114
Sâni de alăptare	116
Sâni care îmbătrânesc	117
Sănătatea sânilor	118
Zeița sexului își controlează sâni	118
Sânul: izvorul de hrană al universului	120
Minimum de știut	121

Partea 3: Pregătește-te pentru dragoste	122
Te simți sexi astăzi? <small>și cărți</small>	123
Calibrarea libido-metrului	124
Inițiativa în sex	129
Exprimă-te	132
Fitness pentru libidou	136
Minimum de știut	138
9 Ritualuri premergătoare sexului	139
Pregătește-te de dragoste	139
Pregătirea trupului	140
Sex mai bun prin antrenarea respirației	143
<i>Bhramari: respirația murmurată</i>	144
Respirația ochi în ochi	146
Ritualuri pregătitoare	147
<i>Meditația de relaxare</i>	147
Meditația luminii din inimă	149
Meditația pentru senzualitate	151
Rostește aceste cuvinte: puterea afirmațiilor	153
Pregătește-ți spațiul	154
Mănâncă să iubești și iubește să mănânci	155
Minimum de știut	156
10 Preludiul: vizionarea extazului	158
Contactele buzelor	159
<i>Sărutarea Porii yoni și a lingamului</i>	162
Dragostea pentru lingam	162
<i>Venerarea Porii yoni</i>	164
Caută-te și atinge-te... Singură!	165
Concentrarea senzuală	167
Mângâierile	170
Shakti și Shiva, pregătiți pentru contopire	173
Minim de știut	174
11 Ajută-ți partenerul să înțeleagă ce dorește o zeiță a sexului	175
Vreau să mă vrei	176
Secretul stă în prezentare	178
În locul celuilalt: Cum te vede el	181
Cartografierea trupului	182
Cum să fii tratată ca o zeiță a sexului	187
Minimum de știut	190

Părtea 4: Sexul sacru: sex în stilul zeiței sexului.....	191
Secretele zeiței sexului.....	192
De la greci citire.....	193
Sexi yoga.....	193
<i>Poziția Copacului</i>	195
<i>Poziția Shiva (Natarajanasana)</i>	196
Poziția Fluturelui.....	197
Secretele Tantrei.....	198
Elementele fundamentale ale Kama Sutrei.....	199
<i>Uniunea deschisă</i>	200
<i>Uniunea cu apăsare</i>	200
Uniunea strânsă.....	200
Uniunea îmbrățișată.....	201
Uniunea Cleștelui.....	201
<i>Uniunea Florii de Lotus</i>	202
<i>Uniunea cu sprijin</i>	202
<i>Uniunea suspendată</i>	203
Uniunile taoiste.....	203
Fecioara Câmpiei și secretele sexului.....	204
Minimum de știut.....	208
13 Sex sacru pentru plăcerea voastră.....	210
Sexul sacru vs. „Sexul obișnuit“.....	210
Ritualul Celor Cinci Elemente Esențiale.....	212
Poziții pentru concentrarea energiei sexuale.....	214
<i>Pasul tigrlui</i>	215
<i>Creanga de bambus despăcată</i>	216
<i>Asaltul lui Shakti</i>	216
<i>Yab-Yum</i>	217
<i>Ascunzătoarea de pe fundul văii</i>	218
Munca Bărbatului.....	218
101 Orgasm.....	220
Minimum de știut.....	222
14 Strălucirea: orgasmul concomitent.....	223
Dincolo de penetrare.....	224
<i>Zeița înfloritoare sacră</i>	224
Bagheta de lumină a lui Shiva.....	226
Floarea și Giuvaerul.....	227
<i>Cunnilingus sacru</i>	228
<i>Fellatio</i>	229
Canalizarea puterii.....	230

<i>Exercițiul de coordonare a chakrelor</i>	231
Exercițiul de respirație al Chakrei Sacre.....	233
Canalul zeiței lăuntrice	235
Respirația sacră.....	236
Cunoaște-te pe tine însăși.....	237
Sexul și astrologia	238
Trup lângă trup, suflet lângă suflet	239
Secretele uniunii extatice	242
Orgasmul concomitent.....	244
Dansul karmic.....	246
Minimum de știut	247
Partea 5: După dragoste	248
15 Prelungește plăcerea.....	249
Plăcerea prelungită.....	249
<i>Intensificarea senzualului</i>	252
<i>Găsește-ți ritmul</i>	253
Înflorește cu energia orgasmului	255
<i>Înșurubarea</i>	257
Valuri de extaz	257
<i>Noaptea celor o mie de mâini</i>	257
<i>Bătaia de aripi a fluturelui</i>	258
<i>Punctul G</i>	260
<i>Buzele care păstrează secretele</i>	261
Reținerea ejaculării.....	262
Suspendați în extaz.....	264
Zeița Sălbăticie	266
Minimum de știut	268
16 Îmbrățișări și sărutări dulci.....	269
Urmarea.....	269
Ritualurile de revenire.....	271
<i>Shavasana Dublă</i>	272
<i>Ritualul celor nouă săruturi</i>	273
<i>Ritualul hidroterapieii</i>	274
Ritualul realimentării	274
Discuții de așternut.....	275
<i>Ritualul tăcerii</i>	276
<i>Ritualul grațitudinii</i>	277
Înapoi la minele de sare	278
O relație sacră, 24/7	278
Acorduri pentru cuplurile sacre.....	280

<i>Suntem de acord să ne venerăm reciproc</i>	280
<i>Suntem de acord să fim onești</i>	281
Suntem de acord să ne acceptăm reciproc așa cum suntem	282
<i>Suntem de acord să facem tot ce putem</i>	283
<i>Suntem de acord să avem contact fizic în fiecare zi</i>	284
Amintiți-vă cine sunteți.....	284
Minimum de știut	286
17 <i>Senzația de după: bucură-te de energia de zeiță</i> ..	287
Energia orgasmului: foc și ploaie.....	288
Femeia - fântâna cu multe etaje	291
Energia momentului.....	293
<i>Energia înălțării</i>	294
<i>Extazul contagios</i>	295
Puterea energiei zeiței.....	296
<i>Elixirul vieții</i>	297
Femeia naturală.....	298
Dansați împreună, dansați separat.....	300
Minimum de știut	302
Partea 6: Cum să te simți sexi în fiecare zi	303
18 <i>Mama dragoste</i>	304
Și zeiță a sexului, și zeiță mamă	305
<i>Latura erotică a sarcinii</i>	306
Latura erotică a perioadei postnatale	307
<i>Înțelepciunea intuitivă profundă</i>	308
Partenerul	310
Cercul iubirii.....	312
Romantism, parteneriat și prietenie.....	314
<i>Întâlnirea tantrică</i>	316
<i>Dormitorul sacru</i>	319
Destinația: cabana dragostei.....	320
Sexi mama: corpul tău în schimbare	321
<i>Revirginarea</i>	322
<i>Auto-satisfacerea</i>	324
Exerciții non-stop	325
Când ești secătuită: Ajutor, mă înec!	326
<i>Revitalizarea prin yoga</i>	327
Izvorul tuturor lucrurilor: respirația abdominală	328
Pierderea libidoului	328
Galeria de modele	329

Minimum de știut	331
<i>Respect pentru oameni și cărți</i>	
19 Sus și jos: de pe pedestal.....	332
Celebrarea pedestalului.....	333
Lumea văzută de pe podiumul Divei	335
<i>Echilibrul pe pedestal.....</i>	335
<i>Pedestalul lui Pigmalion: un mit străvechi</i>	337
Distrație și flirt	338
<i>Agăță-mă!.....</i>	338
Cina încântătoare	339
Tachinează-mă, provoacă-mă	340
Așteptarea... agonia și extazul	340
(In)Discreție în public.....	341
<i>Plăceri private în locuri publice</i>	342
Când Nu înseamnă Acum.....	342
Călătorii exclusiv pentru adulți!.....	344
<i>Unu pe uscat, doi pe mare</i>	344
<i>Clubul Celor O Mie de Metri</i>	345
Căminul este locul unde trăiește zeița sexului.....	347
Este pedestalul tău	348
Minimum de știut	348
20 Un pic de Sappho și de Afrodita	349
În media.....	350
Bun venit în insula Lesbos.....	354
Cultul Dianei	358
Puterea fetelor, stilul zeiței.....	361
Odă Afroditei.....	362
Minimum de știu	366
21 Zeița sexului este zeița dragostei	367
Energia zeiței sexului în slujba transformării realității	367
Energia dragostei pentru fortificarea familiei și prietenilor	369
Lecțiile despre viață ale zeiței sexului	371
Descătușează-ți creativitatea	376
Privește în tine pentm a schimba lumea.....	377
Minimum de știut	377