

Содержание

Бессмертие - миф или реальность

Сексуальный ци-гун Шоу-Дао

Пробуждение "Спящей собаки"

Препятствия в изучении даосских сексуальных практик

"Техника безопасности"-при занятиях даосскими сексуальными практиками

Некоторые концепции восточной философии

Инструментарий медитативной практики

Измененные состояния сознания

Оргазмические ощущения

Техники управления энергией

Управление энергией

Получение и отдача энергии

Активизация ци через "Волшебные пульсы"

Взаимосвязь энергии и жеста

Автоматические движения и спонтанное перемещение энергии

"Волшебные пульсы" в сексуальных практиках "Спокойных"

Управление энергией через эмоциональную сферу

Стабильный эмоциональный фон (точка равновесия)

Три нижних источника

Добавление к дыханию-ци оргазмических ощущений

Усложненный вариант "Улыбки Будды"

Моря энергии

Пути, ведущие в бесконечность

Формирование мыслеформ кругов

Двигательная и жестовая активизация "Пути воина"

Активизация круга воздуха

"Купание в волнах теплого моря"

Состояние внутреннего облака

"Соединение начал"

"Плавание рыб" и "Игра крабов"

"Волшебные деревья"

"Рыбацкая лодка" и "Плывущие деревья"

Позы для восстановления энергии

Управление энергией через область груди и соски

Мыслеформы шаров

Мыслеформы шаров в техниках "Спящей собаки"

Стимуляция "морей энергии" через мыслеформу шара

Использование мыслеформ кругов в сексуальных практиках "Спокойных"

"Живые перья"

"Королевское седло"

Омолаживающие техники "Живых перьев"

"Ощипывание петуха" - активизация "Живых перьев"

Управление энергией через пальцовки

"Мягкий ввод" и вытягивание энергии вверх

"Даосская игра". Приблизительная схема даосского полового акта

Облака четырех драконов

Сексуальный массаж

Позы посторгазмического энергообмена

Ментальная активизация морей и озер энергии

Интимные техники оздоровления и омоложения

Питание соками женщины

Насыщение внутреннего взора

Техника самоактивизации

"Вкус жизни" и развитие чувственности