



Dao de l'énergie sexuelle féminine - dao de l'énergie sexuelle masculine

Le réveil de l'énergie sexuelle pendant la puberté intensifie les énergies du désir, le souhait d'entrer en relation avec les autres et la recherche du plaisir. L'adolescent se tourne vers de nouvelles orientations et se détache de l'environnement protégé de l'enfance. La façon dont nous gérons au cours de la puberté le réveil de l'énergie sexuelle et sa puissance va souvent déterminer la manière d'entrer en relation avec les autres, avec nous-mêmes et, en fin de compte, avec la création.

Femmes et hommes rencontrent de nombreux problèmes dans l'apprentissage du travail avec l'énergie sexuelle, que ce soit dans le processus d'orienter l'énergie sexuelle vers le bas afin d'engendrer un être humain et de renforcer l'amour et la relation, ou dans la pratique d'orienter l'énergie sexuelle vers le haut afin d'améliorer la santé, le bien-être et de favoriser le développement spirituel.

L'énergie sexuelle est d'essence Jing et les techniques énergétiques taoïstes sont structurées de la façon suivante : la transformation de l'essence Jing génère de la vitalité (Qi) et un développement spirituel, de l'esprit (Shen). C'est grâce au flux ascendant de l'essence Jing que les trois chaudrons de la conscience s'ouvrent. La méconnaissance des qualités extraordinaires de l'essence Jing est à l'origine de nombreux problèmes sexuels que rencontrent les femmes et les hommes.

L'objectif de ce niveau est d'apprendre à utiliser consciemment et de façon plus responsable le pouvoir extraordinaire de l'énergie sexuelle pour notre bénéfice et celui des personnes avec qui nous entrons en relation. Approfondir notre capacité à travailler de façon créative avec l'énergie sexuelle a pour effet de générer intégrité personnelle, sens de la destinée, clarté des objectifs, diminution des peurs et la capacité de prendre des décisions sans hésitation.