

THEMA IM JULI

# SEX MAGIC



---

WORKBOOK

Sex & Soul MEMBERSHIP

BY SILJA JANINA

---



# SEX MAGIC

Sex Magic bedeutet, sexuelle Energie bewusst zu nutzen, um zu alchemisieren, transformieren und manifestieren. Tantra und Taoismus lehren uns, wie wir sexuelle Energie bewusst lenken können, um sie über unsere Sexualität hinaus zu nutzen.

“Sex Magic” ist keineswegs nur ein spirituelles Konzept. Neben der spirituellen Betrachtungsweise, dass deine energetisch Ausrichtung Energien anzieht, gibt es auch rein psychologisch - wissenschaftliche Erklärungen, warum Sex Magic tatsächlich funktioniert.

## SPIRITUELL-TANTRISCH

Aus der spirituellen oder tantrischen Perspektive ist sexuelle Energie eine der kraftvollsten Energien. Sie kreiert sogar Leben, ist also kreative Energie. Mit ihr lässt sich manifestieren und kreieren, durch bewusstes Lenken.

## WISSENSCHAFTLICH - PSYCHOLOGISCH

Im Moment von tiefer Lust und Orgasmen ist dein Verstand und Körper in einem tief entspannten, offenen Zustand. In diesem Zustand verfestigen sich Affirmationen leichter, und deine Energie lässt sich leichter “ausrichten” da sie offener und empfänglicher ist. Du kannst in diesem Zustand limitierende Gedanken leichter loslassen, Blockaden alchemisieren und alte, in deinem Verstand verankerten Glaubenssätze loslassen und durch neue ersetzen. Dies liegt daran, dass du in diesen Momenten mehr mit deinem Körper und Unterbewusstsein verbunden bist, und weniger mit deinem Kopf und Verstand - die uns meistens im Weg stehen, wenn es um tiefe Heilung oder Manifestation geht.

Wenn du also durch tiefe Lust und Orgasmen visualisierst, manifestierst oder alchemisierst, kannst du dies tiefer und kraftvoller machen als in deinem Alltagsselbst. Dies gilt natürlich nicht nur für Lust und Orgasmen, sondern auch tiefe Meditationszustände und andere hypnotische oder Trance Zustände.

## WIE GENAU FUNKTIONIERT SEX MAGIC

Du kannst in Momenten von tiefer Lust oder beim Orgasmus ganz bewusst z.B. in eine Affirmation reingehen, dir etwas visualisieren, was du manifestieren möchtest, und dabei dein energetisches System “öffnen” um dies zu empfangen. Du kannst Glaubenssätze bewusst überschreiben oder Anteile von dir heilen.

Dabei “öffnest” du deine sexuelle Energie, dein Becken / deine Pussy und deine System, und richtest dich energetisch darauf aus, was du alchemisieren oder manifestieren möchtest. Konkretes Beispiel: du kannst im Moment des Orgasmus in das Gefühl und die Visualisierung gehen, wenn du mehr Geld auf dem Konto hättest, oder wie mehr Geld zu dir kommt.

Die Übungen diesen Monat helfen dir dabei, dies körperlich umzusetzen..



# KLARHEIT, AUSRICHTUNG & HANDELN

Um zu manifestieren brauchst du zuallererst eine Ausrichtung und Klarheit. Denn wenn du nicht ganz genau weißt, was du möchtest, wie soll es dann zu dir kommen können?

## KLARHEIT & AUSRICHTUNG

Sei so genau und exakt wie möglich in der Ausrichtung deiner Manifestationen. Je klarer die Details, desto einfacher. Bleib gleichzeitig dabei offen, wie sich diese Manifestation zeigen wird. Wenn du dir etwas manifestieren möchtest, stell dir vor wie du es bereits lebst und verkörperst. Was verändert sich dann in deinem Leben? Manifestiere nicht einfach Geld, sondern sei konkret: wie viel möchtest du? Achte dabei, dass sich dies realistisch für dich anfühlt und du dich wirklich reinfühlen kannst in die gelebte Realität deiner Manifestation.

## HANDELN + TATEN

Viele verstehen manifestieren als rein passive Energie, bei der du einfach deine Wünsche aussendest und das Universum erfüllt sie dir. Doch ohne deinen aktiv handelnden Part können sich deine Wünsche nicht manifestieren. Du wirst nicht zu Fülle und Wohlstand kommen, während

Manifestieren ist die energetische Unterstützung deiner Ziele und Wünsche. Es braucht aber trotzdem DEIN Zutun, dein Handeln, damit sich diese Dinge realisieren können.

Wenn du dir mehr Geld wünschst - was kannst du heute und die nächsten Wochen dafür tun?

Wenn du dir einen Partner / Partnerin wünschst - gibt es Handlungsweisen oder Muster, die du vielleicht ablegen musst, damit der / die Partnerin in dein Leben treten kann?

Wenn du dir Heilung wünschst - wie kannst du dich in und außerhalb von dir mit mehr heilenden Energie umgeben?

Wenn du dir ein anderes Leben wünschst - was stört dich, und wie kannst du es konkret ändern?

Was sind deine Pläne?

Welche Schritte brauchst du? Was kannst du JEDEN TAG dafür tun, und wenn es nur 1 Minute ist?

Was sind die ersten, kleinen Schritte? Egal was - du kannst bereits HEUTE damit anfangen. Und wenn du heute nicht damit anfangen kannst, sondern es auf morgen verschiebst, dann arbeite an deinen Blockaden,

## Mehr halten können durch Orgasmen

Oft fällt es uns schwer, das was wir uns wünschen. z. B. mehr Liebe, Geld, Nähe in unserem Leben, wirklich zu halten. Das kann so weit gehen, dass wir regelrechte Muster entwickeln, um diese Dinge NICHT zu erfahren / halten.

Zum Beispiel, in dem wir mehr Geld ausgeben als wir haben oder uns anderweitig immer wieder in die Situation bringen, kein Geld zu haben. Indem wir Menschen, die uns gut tun, wegstoßen, oder Konflikte entstehen lassen.

Das gleiche gilt für unsere Lust, Orgasmen und Sexualität. Auch hier ist die Frage: wie viel Lust kannst du halten, dir erlauben?

Oft haben diese Limitierungen, die wir uns selbst setzen, etwas mit unserem Selbstwert zu tun. Wie viel Liebe, denkst du, bist du wert? Wie viel Geld, denkst du, bist du wert zu haben? Wie viel Lust und orgasmische Energie, denkst du, bist du wert zu erleben? Dabei weißt du auf bewusster Ebene oft, dass du ALL DAS so sehr wert bist. Die tiefste Lust, die schönste Fülle, die erfüllendste Nähe. Doch unterbewusst kann es Anteile geben, die sich dessen nicht wert fühlen, und so dich unterbewusst steuern, um genau diese Dinge zu verhindern.

Sex und Self Pleasure können dir dabei helfen, Stück für Stück körperlich und energetisch zu lernen, "mehr zu halten". Und dieses "mehr halten" weitet sich dann von mehr Lust und Orgasmen aus auf Geld, Liebe, Nähe etc. Denn wenn du mehr halten kannst, kannst du von allem mehr halten.

Durch Self Pleasure Rituale und bewusste Sexualität kannst du deinem Körper also beibringen bzw dich sicher dabei fühlen, dich für das wirklich zu öffnen, was du dir wünschst. Du kannst körperlich verankern, "zu empfangen", was du mehr empfangen möchtest. Und du kannst ganz bewusst visualisieren und manifestieren, was in dein Leben treten darf, was du mehr verkörpern möchtest. Das heißt, wenn du dir regelmäßig Pleasure und Orgasmen schenkst und dir dort immer tiefer erlaubst, diese wunderschönen Gefühle zu fühlen, erweiterst du damit deine Kapazität, auch mehr Geld / Liebe, Nähe...zu halten..

Wenn du deine Sexualität annimmst und schamlos lebst, wirst du automatisch immer mehr Selbstwert spüren. Und dadurch erfüllen sich deine Träume und Wünsche so viel leichter. Sex Magic is real!

## BLOCKADEN

Wenn du manifestierst und dich mit deinen größten Träumen befasst, wirst du immer Widerstand und Blockaden begegnen. Das ist nicht nur normal, sondern Teil des Weges. Diese Blockaden bedeuten nicht, dass du diesen Weg NICHT gehen sollst oder deinen Traum nicht verwirklichen, sondern sie geben dir Aufschluss, wo du noch wachsen oder loslassen darfst, was du noch tiefer verkörpern kannst UM deine Träume zu verwirklichen.

Lass dich also nicht von deinen Zweifeln oder Steinen im Weg anhalten deinen Weg weiter zu gehen. Versuch ihnen mit Neugier und Offenheit zu begegnen.

Du wächst durch Herausforderungen und Rückschläge. JEDE Situation in deinem Leben lehrt dich etwas. Du bist auf einer stetigen Reise des Lernens. Gerade die sehr unangenehmen Erfahrungen lehren uns oft sehr viel.

Wie würde es sich anfühlen deine Blockaden und Hürden als Wachstumspotenzial umzuformulieren? Wo darfst und möchtest du noch mehr reinwachsen? Was darf losgelassen werden - welche Muster, die dir in deiner Kindheit vielleicht dienten, aber jetzt eventuell zwischen dir und deinen Träumen stehen ?

# SEX MAGIC

Sex & Soul MEMBERSHIP

# SEX MAGIC RITUAL

## VORBEREITUNG

BEANTWORTE GERNE ZUERST DIE JOURNALFRAGEN ZU DEINEN GRÖSSTEN TRÄUMEN UND WÜNSCHEN. ERSCHAFTE DIR EINEN SCHÖNEN SPACE.

1. Setz dir eine Intention und bewusste Richtung für das Ritual - was möchtest du konkret manifestieren?
2. Visualisiere diese Manifestation in einer Meditation, als würdest du sie bereits leben und verkörpern. Fühl dich in alle kleinen Details rein, die sich dadurch verändern würden, und geh ganz bewusst in das Gefühl, das du hast, wenn diese Manifestation real ist.
3. Beginne, dich zu berühren und dir Lust und Pleasure zu schenken. Bleib währenddessen immer mal wieder mit dem Gefühl aus deiner Manifestation verbunden (du musst nicht dauerhaft damit verbunden sein, lass auch einfach Pleasure und Lust zu)..
4. Wenn du sehr viel Lust spürst oder dir einen Orgasmus schenken möchtest, stell dir genau in dem Moment nochmals vor, wie deine Manifestation real ist und geh in das Gefühl rein, das du hast, wenn diese Manifestation da ist. Öffne dabei deinen Körper, deine Pussy, dein gesamtes Becken und geh in eine empfangende Energie.
5. Finde deinen stimmigen Abschluss. Nimm ein paar tiefe Atemzüge und vertraue darauf, dass die Manifestation sich realisieren wird.



Sex & Soul MEMBERSHIP



WAS ICH TRÄUME  
kann ich erschaffen.

*Silja Janina*



ARCHETYPINNEN

Sex Witch, Magierin, Tantrika

& GÖTTINNEN

Hekate, Isis

# PLAYLIST

JULI PLAYLIST





# ENERGIE DES MONATS

## PFLANZENMEDIZIN

Blauer Lotus - Pflanze der Intuition (erhältlich in  
meinem [SHOP](#))

---

## SELF-CARE & RITUALE

Vision Boards

Pläne machen

Self Pleasure + Sex Rituale zum Manifestieren,  
Alchemisieren und Transformieren

Big Dreams

tanzen

Embodiment

---

## CHAKRA

Ajna Chakra - Drittes Auge

Kronchakra



# JOURNAL PROMPTS

SEX MAGIC

---

1. Wenn es keine Grenzen gäbe und alles erlaubt wäre - was sind dann deine größten Wünsche und Sehnsüchte? Dream as big as you can.
2. Welche Blockaden oder Widerstände zeigen sich dir, wenn du an deine tiefsten Träume und Ziele denkst? Wie kannst du die Blockade / Challenge positiv umformulieren als Wachstumsbereich?

# JOURNAL PROMPTS

SEX MAGIC

---

1. Was hindert sich daran, deine Manifestationen genau JETZT zu erleben? Wenn es dein Inneres ist: wie kannst du diese Blockaden lösen? Wenn es etwas im Äußeren ist: wie kannst du diese Hindernisse überwinden?
3. Was hast du bereits in deinem Leben alles manifestiert und wahr werden lassen? Schreib die kleinsten Dinge auf!