

SERGE VILLECROIX

MÛDRA tome II

Mûdra de la sexualité

Mûdra des yeux

Mûdra harmonisantes des organes

**A**MBRE  
ÉDITIONS

Recevez gracieusement notre catalogue

**Suisse :** Éditions Ambre,  
C. P. 3625,  
1211 Genève.

**France :** Éditions Ambre,  
B. P. 13,  
38661 Le Touvet cedex.

**ou téléchargez-le depuis notre site :  
[www.editionsambre.fr](http://www.editionsambre.fr) ou [.ch](http://www.editionsambre.ch)**

Cet ouvrage est le condensé de trois ouvrages de l'auteur,  
parus chez le même éditeur :

*Mûdra de la sexualité*  
*Mûdra des yeux*  
*Mûdra harmonisantes des organes*

Maquette de couverture : Les Quatre Lunes / Santiago Bordils.  
Document de couverture : © byheaven-Foltolia.com

© Éditions Ambre 2004, 2014 C.P. 3625, CH-1211 Genève 3, Suisse.  
[www.editionsambre.ch](http://www.editionsambre.ch)  
ISBN : 978-2-940500-48-2

# Table des Matières

## I HARMONIE SEXUELLE

Méfais de l'alcool sur la sexualité.....	p. 11
Méfais du tabac sur la sexualité .....	p. 15
Méfais des psychotropes sur la sexualité .....	p. 17
L'énergie de base de la sexualité.....	p. 19
Le stress et la sexualité.....	p. 23
Éléments naturels contribuant à une sexualité harmonieuse.....	p. 25
Mûdra tonifiante du vagin .....	p. 29
Mûdra pour maintenir l'érection .....	p. 31
Mûdra du plaisir retardé pour l'homme .....	p. 32
Mûdra du ballottage.....	p. 34
Mûdra de l'épaississement du pénis.....	p. 37
Mûdra de l'allongement du pénis.....	p. 41
Mûdra de l'auto-érection .....	p. 45
Mûdra de l'orgasme retardé 1 .....	p. 47
Mûdra de l'orgasme retardé 2 .....	p. 48
Mûdra de l'orgasme retardé 3 .....	p. 50
Mûdra de l'orgasme sans éjaculation .....	p. 51
Les 4 mûdra du grand lion .....	p. 53
Mûdra de la récupération du souffle .....	p. 55
Mûdra d'harmonisation des énergies féminines et masculines .....	p. 57
Mûdra du baiser .....	p. 61

## II MÛDRA DES YEUX

Un peu d'histoire .....	p. 69
Précisions sur les mûdra des yeux.....	p. 71
Anomalie de l'oeil et de la vision .....	p. 73
Défauts et maladies de l'oeil .....	p. 81
Anatomie de l'oeil .....	p. 84

Coupe verticale antéropostérieure d'un oeil.....	p. 89
Comment vous servir de cette méthode .....	p. 90
Le palming .....	p. 95
Comment pratiquer les mûdra des yeux.....	p. 19
Test prouvant l'existence de votre tâche aveugle.....	p. 99
Mûdra sur l'axe central vertical .....	p. 105
Mûdra sur les axes diagonaux .....	p. 108
Mûdra d'écrasement .....	p. 118

### III MÛDRA HARMONISANTES DES ORGANES

Comment une mûdra influence-t-elle l'énergie ?.....	p. 128
Autres analogies avec les cinq organes.....	p. 132
Mûdra du poumon .....	p. 141
Mûdra du gros intestin.....	p. 142
Mûdra de l'estomac .....	p. 144
Mûdra rate / pancréas .....	p. 147
Mûdra du coeur .....	p. 149
Mûdra de l'intestin grêle .....	p. 151
Mûdra du rein .....	p. 154
Mûdra du péricarde.....	p. 156
Mûdra de la vésicule biliaire .....	p. 157
Mûdra du foie .....	p. 158
Mûdra du Vaisseau Gouverneur .....	p. 160
Mûdra du Vaisseau Concepteur .....	p. 161
Mûdra de la Ceinture .....	p. 162