

Œuf de Yoni : les secrets Taoïstes de santé intime de la femme



La pratique de l'œuf de Yoni, ou œuf de Jade découle des secrets de santé ancestraux des taoïstes destinés aux femmes. Ces petits oeufs en quartz rose ou en jade, une fois placés dans le vagin, permettent de pratiquer des exercices qui vont retonnifier musculairement la zone, dissiper les douleurs des menstruations, éliminer les fuites urinaires et les symptômes de la ménopause. A tout âge, le plaisir intime féminin va s'en trouver décuplé et une nouvelle énergie va rayonner dans tout le corps.

C'est la grande « [YouTubeuse](#) », [Lilou Macé](#) , toujours en recherche des meilleurs experts mondiaux du développement personnel, de l'évolution spirituelle et des clés de mieux être qui a introduit récemment en Occident la pratique des Œufs de Yoni. Cette pratique était jusque là confinée à quelques experts orientaux, dépositaires des secrets de santé physiques et spirituels Taoïstes. Suite sa rencontre avec l'un d'eux, Mantak Chia et à son initiation à cette pratique, elle est revenue de Thaïlande avec ce trésor pour les femmes.

Oeuf de Yoni : au bénéfice de l'Empereurs et des concubines

La légende raconte que les femmes et concubines des empereurs chinois étaient initiées à la pratique des oeufs de Yoni afin d'avoir une parfaite santé et une non moins parfaite maîtrise de leurs organes génitaux. Pour le plus grand plaisir de l'empereur bien sûr mais pas seulement. Les œufs de Yoni, ou œufs de Jade (car Yoni est le terme sanscrit pour désigner les organes génitaux féminins) étaient aussi un moyen pour les femmes d'investir pleinement leur féminité, leur polarité Yin et ainsi d'assurer un équilibre énergétique et spirituel à l'empereur à l'occasion de leurs rapports sexuels.

Les moines Taoïstes, génération après génération, ont cherché toutes les utilisations optimales de l'énergie (Chi), de l'équilibrage des polarités Yin et Yang et des meilleurs moyens de les stimuler. Les bénéfices des exercices de santé énergétique des Taoïstes sont surtout connus en occident au travers du Tai-chi et du Chi-kong qui en sont des émanations.

Œuf de Yoni : une douce pierre lisse intromise dans le vagin

La pratique des Œufs de Yoni est assez simple dans sa forme. Il s'agit pour la femme d'insérer dans son vagin une petite pierre lisse, taillée dans du quartz rose, cornaline, améthyste, œil de tigre ou nouvelle jade et de réaliser des exercices musculaires pour déplacer l'oeuf de bas en haut du vagin, des lèvres jusqu'à l'utérus, sur les côtés, et ainsi non seulement de prendre intimement conscience de cette zone très méconnue mais aussi de faire marcher les différents muscles du périnée, de l'anus, et des différentes parties du vagin. Accompagnés d'exercices respiratoires et de visualisation, les nombreux bénéfices en terme de santé de la zone, de mieux être psychique et énergétique ou bien sûr sur la libido, ne vont pas tarder à apparaître.

Fuite urinaire, ménopause, libido, la santé intime retrouvée

L'œuf de Jade permet tout d'abord aux femmes de prendre conscience et de mieux ressentir la zone pelvienne, vaginale et ovarienne. Sur le plan de la santé de cette partie du corps de la femme, il tonifie l'ensemble de l'appareil génital tant sur le plan musculaire, qu'hormonal et dynamise l'ensemble du corps.

La simple stimulation de la zone pelvienne aide à prévenir beaucoup de symptômes et de maladies qui se manifestent à cause de la stagnation énergétique et physique dans les organes génitaux. Par exemple, le bénéfice de la pratique des œufs de Jade permet sur le plan de la santé de :

- prévenir et de résorber les problèmes d'incontinence urinaire et de descente d'organes
- prévenir la sécheresse vaginale et de relancer la lubrification naturelle
- favoriser la détente de la zone pelvienne
- atténuer les douleurs des menstruations
- retonifier la zone après un accouchement
- rééquilibrer le système hormonal et diminuer les symptômes de la ménopause
- augmenter le désir et le plaisir intime afin de vivre une sexualité plus épanouie.

Mieux-être, confiance, centrage : investir la force de sa féminité

Sur le plan psychologique, l'œuf de Yoni déploie un large éventail de bienfaits inattendus. La présence de l'œuf à l'intérieur du corps permet de :

- Développer la conscience la zone génitale, bassin et sexe
- Favorise le recentrage et le retour à son intériorité en toute circonstance
- Se relier à la zone pelvienne avec bienveillance après des traumatismes
- Redonner confiance en soi et sa féminité
- Procure un sentiment de bien être et de vitalité
- Evite de se laisser décentrer facilement en public ou lors d'échanges tendus, notamment avec un homme

Soin énergétique et spirituel : les secrets Taoïstes

Sur le plan énergétique et spirituel, qui sont les résultats des connaissances des taoïstes en médecine chinoise et en manipulation de l'énergie vitale, l'œuf de Yoni permet de :

- Eveiller l'énergie de la vie et de la stimuler en abondance
- Concentrer et déployer l'énergie de base, l'énergie racine, celle de la joie de l'incarnation
- Purifier les plans subtils et énergétiques des mémoires émotionnelles bloquées dans la matrice

- Conserver un sourire intérieur qui part du bassin et diffuse dans le reste des centres énergétiques
- Tonifier l'énergie des reins, source de notre énergie ancestrale
- D'effacer les traumatismes générationnels accumulés dans la matrice et transmis de mère en fille

Comment faire quand on débute avec les Œufs de Yoni, les conseils pratiques :

Choisissez un œuf taillé dans la pierre qui vous attire le plus, cela facilitera les premières manipulations. L'œuf doit être percé de part en part pour vous permettre d'y insérer un fil de nylon ou un morceau de fil dentaire, ce qui vous permet de retirer l'œuf du vagin quand vous le souhaitez. Il y a plusieurs tailles d'œufs, la taille standard est conseillée pour commencer, vous pourrez le porter en vous sans risquer de le perdre. Avec le temps et la musculation progressive du vagin, vous pourrez essayer avec un œuf de plus petite taille. La petite taille convient également aux femmes qui ont des difficultés à introduire un tampon par exemple ou des tensions dues à des traumatismes.

Après utilisation, passez l'œuf sous l'eau chaude, vous pouvez également le laisser tremper dans de l'eau vinaigrée, antiseptique, ou dans de l'eau avec quelques gouttes d'HE de Tea Tree. N'utilisez pas de lotion désinfectante, vous pourriez déséquilibrer votre flore vaginale.

De temps en temps, laissez votre œuf se recharger énergétiquement en le mettant dans l'eau salée puis quelques heures à l'air libre.

Avec le temps, vous pourrez utiliser l'œuf dans la journée, lors de vos activités quotidiennes : travail, promenades ou pendant votre sommeil. Il deviendra un

élément de indispensable de votre mieux être et vous aurez sûrement, comme le disent les taoïstes, « la joie de sentir que vous portez un bijou, à l'intérieur ».