



PROGRAMA RETIRO DE TANTRA - RENACER

DÍA 1

RENACIMIENTO INTERIOR

RESINTONIZACIÓN CON EL CUERPO PROPIO Y DE LA TIERRA

Círculo de apertura

Movimientos de totalidad

a través de los cuales sintonizar con el propio cuerpo y el territorio sensible

Juegos vinculares de apertura

para romper el hielo y sintonizar con nuestra sagrada inocencia primordial

Ritual de autoamor

a través del cual habilitar una mirada amable hacia vos mismx, tu cuerpo y tu humanidad

Práctica de consciencia emocional

para abrirte a la sabiduría de tu universo emocional

Apertura del cuerpo vibrátil

para abrirte al gozo de tu totalidad

DÍA 2

RENACIMIENTO VINCULAR

DE LA CORAZA AL VÍNCULO HABITADO

Práctica – De la coraza al encuentro

Dejar que se revelen los tonos que nos alejan, saliendo de las corazas con amabilidad y profundidad para ir hacia el encuentro

Entrenamiento del consenso y los acuerdos

Daremos una serie de indicaciones que permitirán que toda exploración vincular se de en un espacio amable y seguro (más allá de que son prácticas simples y amables en sí)

Práctica vincular – Renacer en el contacto

Donde explorar el encuentro libre del poder sugestivo de la mirada, descubriendo otros modos de estar en relación

Práctica vincular – Florecer juntxs

Siendo fondo que habilita el despliegue del otrx, recibiendo una presencia que habilita tu despliegue, para concluir en un despliegue compartido

Círculo de cierre – dejarse aparecer