



Pareja Consciente

“Intimidad, Amor y Libertad”

Este taller está dirigido a parejas que deseen ir más profundo en su relación, que quieran crecer en amor y en libertad y que estén dispuestos a conocerse el uno al otro en profundidad, sin máscaras.



Pareja Consciente

Es un taller para descubrir al otro como un individuo más allá de todas las proyecciones y expectativas que hemos generado sobre él/ella. Es un espacio para mostrarnos tal cual somos y desde ese espacio, abrazarnos como compañeros de vida.

Hoy en día son muchas las parejas que se sienten arrastradas por la rutina y actividad constantes. El trabajo, la familia y un sinfín de responsabilidades nos mantienen ocupados y desconectados no sólo de nosotros mismos sino también de nuestro compañero/a. Con el tiempo, esto genera que nos relacionemos con el otro desde una coraza, donde sólo interactuamos desde la superficie sin dar y recibir nutrientes que nos permitan ir más profundo en el amor y la consciencia.

En este taller integramos ejercicios psicocorporales y técnicas de Respiración, Tantra y Meditación para abrir un espacio de intimidad con la pareja, llevando toda nuestra atención hacia nuestra energía sexual. Al hacer esto, aprendemos que la energía sexual es mucho más que un orgasmo y que en realidad, es la puerta que nos conduce hacia aspectos más sublimes de nosotros mismos.

Cuando entendemos cómo funciona el metabolismo energético sexual en el hombre y la mujer, podemos transformar el sexo en una experiencia meditativa y observar con consciencia la manifestación de esa energía extática en todo nuestro cuerpo.

Cuando esto ocurre, se abre una bella oportunidad para empezar a ser honestos con nosotros mismos y con el otro. De esa honestidad surge un entendimiento profundo de nuestras máscaras, represiones, condicionamientos, miedos y falsas creencias. Al tomar consciencia de todo esto, podemos sanar y empezar a manifestar ante el otro la esencia de nuestro verdadero Ser.

Es un taller para parejas valientes que anhelan la libertad y romper con el inconsciente impuesto por la sociedad sobre cómo debería ser una pareja, para hombres y mujeres que están buscando experimentarse y experimentar al otro desde su verdadera esencia. Es un espacio para atrevernos a mirar al otro tal cual es, y más importante aún, para mostrarnos ante el otro tal cual somos.

Beneficios:

- Dar a las parejas un soporte para crecer como individuos
- Aprender a llevar la meditación al acto sexual
- Expansión de la Unión Sexual
- Profundizar en intimidad y confianza
- Conocer los miedos, represiones, condicionamientos, sentimientos, emociones y creencias que somos incapaces de ver habitualmente
- Aprender a comunicarse con sinceridad y compasión
- A ser conscientes las necesidades de cada uno y dejar de culpar al otro
- Aprender a nutrirnos en Amor desde la Consciencia
- Entender cómo funciona el metabolismo energético sexual en el hombre y la mujer



“El amor tiene muchas dimensiones, o cuanto menos tres: la física, que se puede transformar en sexo; la psicológica, que se vuelve amistad, y la espiritual, que se vuelve en oración. Y en el amor pueden estar presentes las tres dimensiones simultáneamente, pero todas forman parte de una aproximación amorosa a la vida”
-Osho