

WORKSHOPS DE TANTRA

Bienvenido al proceso de los workshops de tantra.

Ésta es una propuesta arriesgada y muy profunda.

Quería ofrecer algo transgresor y trascendental al a vez y sinceramente, me siento muy satisfecha con el proceso.

Para mi, tantra es la fusión de los opuestos, dejando de crear roce entre la dualidad existente en la vida y aprendiendo a sentir la unidad y el éxtasis que sucede cuando dejamos de estar en lucha con dichas polaridades.

Bien pues, desde mi punto de vista, en la forma que se imparte "tantra" puede que, como es normal, también se acabe dualizando. Por un lado tenemos la vertiente hiper sexual, desvirtuada por tanta represión y anhelo de sexo. Este no es mi juego. Y por otro lado, se da un tantra muy meditativo que a mi me gusta pero que me sabe como a poco... mi propuesta es el camino de en medio. No es mejor ni peor pero es lo que yo siento y quiero compartir, y si te resuena estaré encantada de acompañarte en tu camino.

En este proceso, llegamos a la meditación, al silencio, al éxtasis, pero atravesando el cuerpo y la sexualidad.

Entramos en ella. Somos unos valientes y nos metemos a explorar con profunda devoción. :-)

¿Para qué?

El objetivo de este proceso es vario.. en realidad lo marcas tú...

Uno, podría ser aprender a expandir el placer por todo tu cuerpo.

Es un propósito interesante dado que estamos muy desconectados de nuestra sexualidad. Generalmente, solemos tener una sexualidad más bien mental.. pensamos sobre el sexo, lo deseamos, pero a la hora de la verdad no son muchos los que afirman que realmente disfrutan de él. Bien pues, aprender a decirle que SI al placer, es una manera de decirle que SI a la vida.

Conectar con el placer nos conecta con la vida. Por tanto, recuperar nuestra capacidad de sentir placer es algo imprescindible para todos nosotros. ¿A quien no le gusta disfrutar? Por tanto este proceso te enseñará a hacerlo, y no sólo eso, si no a ir más allá del placer genital y poder llegar a sentirlo por todo el cuerpo. Esto es algo novedoso en nuestra cultura. Normalmente nos quedamos "abajo"... a través del tantra, puedes ir más allá, y aprender a expandir el placer por todo el cuerpo. Olas de placer en un constante vaivén.

Otra gran razón sería para "embodiement" es decir, para volver al cuerpo.

¡Este proceso te lleva al aquí y ahora!

Son trances "reales", en donde no te sales del cuerpo ni vas a buscar nada en ningún otro lugar, sino que vuelves a la realidad.

Vivimos "out", fuera del cuerpo, en los pensamientos, en los deseos, en los miedos, es decir, en la mente.

Para poder subir la energía sexual se requiere de una absoluta presencia, de SENTIR. De estar aquí y ahora... entonces, no hay sufrimiento, entonces , estas creando una memoria para recordar que tú eres este momento y que no hay nada más que el que ES ahora.. y que en este momento estás a salvo...

Es alcanzar una profunda relajación de este momento. Desde la aceptación, desde la rendición de la que hablan los místicos en donde ya no luchas, sino que fluyes con lo que hay, con lo que ES en este momento...

Otra razón sería la de aprender a vivir.

Es sorprendente, dicho así, pero es un gran beneficio que tiene este proceso.

¿Por qué? Porque básicamente vas a aprender a gestionar tu propia energía. A sostener cualquier cosa que suceda. Este es un punto muy profundo que voy desarrollando a lo largo de todo el curso y que requiere tiempo para profundizar y sacarle todo el jugo que se merece, pero a grandes rasgos diríamos que nos pasamos la vida rechazando el dolor y apegándonos al placer, y que la clave para tener y vivir una vida

feliz está en aprender en la práctica a no rechazar ni a apegarse a nada sino a poder sostener y relajarte con lo que cada uno esté viviendo en cada momento. Bien pues, a través de los trances, vas a aprender eso.

Y por último, es por una razón de autorrealización, de despertar.

Esto es un regalo. Sucede cuando tiene que suceder.

Pero nosotros podemos preparar nuestro templo, nuestro cuerpo para ponerlo más fácil. Es ese lugar del que todos los místicos hablan...

A veces, en estos procesos hay regalos de la vida que suceden, regalos que te despiertan.. como pequeños o, a veces, grandes "cliks".

WORKSHOPS DE TANTRA

Para este proceso me he inspirado en el Sutra 48 del libro de los secretos.

Si quieres conocer este Sutra y la explicación de Osho que da en relación a él, accede a este link:

http://elmaroura.com/wp-content/uploads/2015/11/Sutra_.pdf

En realidad, el tantra empieza con una conversación entre Shiva y su consorte Devi. Ella le pregunta a él que qué es el amor y él que en realidad sabía que el amor trasciende las palabras, le regaló a ella 112 sutras, es decir, ciento doce meditaciones, podríamos decir, técnicas, para que ella, a través de estas EXPERIMENTARA el amor. Por tanto, en realidad el tantra no es ninguna técnica aunque si que nos apoyamos en algunas como vehículo para llegar a un lugar que en realidad es muy difícil de explicar.

En la práctica, ¿cómo se realiza este proceso?

Los workshops de tantra es un proceso de 7 meses de transformación interior para hombres y mujeres dispuestos a auto-explorarse.

En ellos, una vez al mes nos encontraremos en Barcelona y realizaremos un taller de día y medio, no residencial. En cada uno de estos talleres se te darán las claves para ir aprendiendo a subirla la energía sexual. Como habrás podido ver en la anterior página, cada mes está dedicado a un tema específico.

Cada mes se darán ejercicios para practicar en casa y una vez a la semana tendrás supervisión vía mail.

El proceso es progresivo. Es imprescindible realizar todos los workshops.

Un taller te lleva a otro y así sucesivamente iremos encajando piezas hasta realizar el puzle entero.

El proceso es individual aunque todas las prácticas se hacen en grupo y SIEMPRE se realizan desde un lugar amoroso y escuchando las necesidades de cada uno.

Si estás interesado, contacta conmigo en info@elmaroura.com o bien llama al 645 42 85 83 . Podemos concertar una entrevista, aclarar dudas y hablar de los precios y de las formas de pago.