

Тантрические и даосские практики для женщин - Поцелуй бабочки

Женский тренинг... □ □

□

Автор и ведущий - Артур Мхитарян



На данном тренинге собраны тантрические и даосские упражнения , которые помогут женщинам лучше познать себя , свою энергию , улучшить отношения с противоположным полом.

□

Тренинг построен таким образом , чтобы по мере прохождения участницы принимали себя такой , какие они есть и культивировали свою индивидуальность.

Как сказал один из великих восточных учителей тантра –это процесс, где каждый должен выйти за рамки самого себя, чтобы прийти к истинному самому себе.

1. Шива и Шакти в тантре
2. Различие в чакрах женщины и мужчины
3. Практика для ощущения энергии в своих чакрах . Специальные мудры для открытия соответствующей чакры
4. Действие и процесс . Познание Тантры как процесса , Что такое поднятие энергии к высшим чакрам
5. Как начать чувствовать энергию партнера
6. Три вида тантрического дыхания для женщин
7. Танец Шивы и Шакти. Как мужчина и женщина могут дополнить друг друга по чакрам
8. Тантрическая практика расслабления (капитулирования земле)
9. Чувство вины как энергия. Чему она может мешать. Проработка чувства вины в тантре
10. Практика дримловер (медитация делается в зависимости от подготовленности группы)
11. Что такое архетипическая пара .Техника создания архетипической пары
12. Даосская алхимия Инь и Янь. Огонь и Вода. Соединение огня и воды
13. Прием и потеря энергии ,отчего это зависит
14. Специальная даосская техника открытия 4 чакры
15. Ходьба по 9 кругам: как течет энергия женщины в теле при интимной близости

Дни недели: суббота и воскресенье

Длительность: 2 полных дня

Время: 11.00-19.00

Одежда: удобная, свободная, можно спортивная, многие упражнения делаются на полу, желательно принести сменную обувь, также комфортную.

Мхитарян Артур Владимирович, врач - психотерапевт, исследователь, мастер даосских практик и йоги, телесноориентированный терапевт, автор запатентованных методик оздоровления. Подробнее о тренере можно прочитать [здесь](#)