

TANTRA PARA MUJERES

Conecta con el éxtasis y la sabiduría de tu vientre



Introducción

En la antigüedad el arquetipo de lo Femenino fue honrado por las sociedades que se desarrollaron en Próximo Medio Oriente, Europa y Asia. Los hallazgos arqueológicos demuestran que el principio universal femenino fue reconocido y venerado por nuestros antepasados a través de la figura de la Diosa en sus diversos aspectos: como símbolo de la Totalidad de la Naturaleza, como personificación de los ritmos y energías de la Naturaleza, como símbolo de su renovación cíclica y capacidad regenerativa o como símbolo de maternidad y dadora de vida. Sin embargo, el atributo más persistente fue el de la fecundidad de la Diosa Madre Tierra. Es por eso que todas las mujeres eran sagradas: al igual que la Madre Tierra ellas podían crear vida en sus vientres. Otro aspecto de la Diosa era el de la simbiosis entre la madre tierra y la fertilidad del padre sol: el principio creador cósmico. Nuestros antepasados practicaban rituales con el fin de potenciar la abundancia y la prosperidad de las cosechas a través de la unión sexual sagrada entre hombres y mujeres como representantes terrenales del concepto dual del cosmos. Por este motivo, la sexualidad era profundamente honrada por nuestros antepasados. El acto sexual era un acto de alto contenido espiritual. Además de ser la puerta para la creación de la vida, la sexualidad era una oración, una forma de meditación y de invocación de lo divino. Los

templos de las sacerdotisas de la Diosa son una prueba de ello. Las sacerdotisas que habitaban en ellos eran mujeres consagradas la sexualidad sagrada y eran tenidas en alta estima por el resto de ciudadanos como invocadoras del amor, del éxtasis divino y de la fertilidad de la Diosa.

Objetivos

- Conectar con nuestra capacidad extática y la sabiduría de nuestro vientre.
- Comprender y explorar nuestra naturaleza sexual femenina.
- Descubrir nuestra naturaleza multiorgásmica.
- Descubrir técnicas para despertar, estimular y aumentar el placer sexual.
- Técnicas para convertir el acto sexual en una fuente de renovadora energía.
- Liberarnos de los condicionamientos que nos alejan de nuestra esencia femenina.
- Positivizar y sacralizar el ciclo menstrual como fuente de renovación interior.
- Descubrir tu ciclo menstrual como portadora y custodia de la sabiduría inherente a la Naturaleza: sus ciclos y secretos de la vida.
- Reconocer a la mujer en todos sus aspectos: físico, emocional, mental, sexual, energético y espiritual.
- Comprender y encarnar los distintos aspectos y cualidades de lo Femenino Sagrado con el fin de integrarlo a lo Masculino Sagrado.

Dirigido a:

Este taller **va dirigido** a todas aquellas mujeres que deseen descubrir su naturaleza femenina mas intrínseca, a reconocerse por lo que son y a recuperar su poder con el fin de de generar un todo con su opuesto y complementario Masculino.



Metodología

La metodología es participativa y dinámica. Favorecer las dinámicas de grupos que permitan a las participantes alcanzar los objetivos del taller. Utilizaremos una gran variedad de herramientas como la visualización, la sanación y meditación tántrica, el movimiento corporal, el masaje tántrico, la danza, el canto, etc.

Cada participante tendrá un cuaderno con los contenidos teóricos del taller, una brújula para poder seguir tanto los ciclos de la luna como los suyos y observar su interacción con

ella, y un diario de abordó para las anotaciones diarias que le permitan tomar conciencia de sus energías en cada fase del ciclo.

Formato del taller

Formato grupal: 21 encuentros de tres horas semanales o quincenales o en formato intensivo de fin de semana.

Formato individual: 21 sesiones de una hora y media de duración aproximadamente.



Contenidos del taller

1. El arquetipo de lo femenino durante la Antigüedad.

En la antigüedad vemos reflejados a través de la figura de la Diosa todos los aspectos de lo Femenino Sagrado. Es la representación de los aspectos y las cualidades del principio universal Femenino: la Diosa Madre Tierra.

2. La mujer menstrual y los cuatro arquetipos

‘Durante cada mes vivenciamos diferentes aspectos de nosotras mismas: emergemos de la oscuridad, crecemos hasta colmarnos de plenitud, menguamos hasta sumergirnos en nuestras profundidades y en esa oscuridad nos volvemos a transformar para resurgir renovadas, más íntegras, sabias y fortalecidas. Al re-conectarnos conscientemente con nuestra Sagrada Rueda Menstrual, recuperamos la conexión con saludables arquetipos femeninos, que nutren, sostienen, recrean e inspiran nuestra identidad como mujeres.’
Mónica Glusman.

3. Tantra y sexualidad femenina

En la antigüedad, el reconocimiento de los valores de lo Femenino y sus energías espirituales fueron encarnados en los Templos de las Sacerdotisas de la Diosa. En estos santuarios vivían mujeres consagradas a la Gran Diosa y a la sexualidad sagrada como una tradición y una sabiduría que se remonta muy atrás en el tiempo. Estas mujeres eran tenidas



en alta estima como invocadoras del favor de la Diosa. Ocupaban un lugar muy prominente en la sociedad y sus actividades eran reconocidas y muy respetadas por todos los ciudadanos.

4. La destrucción de los arquetipos de la Diosa y el resurgir

A lo largo de la historia nuestras sociedades han tendido a orientarse hacia lo Femenino o hacia lo Masculino según las épocas y los lugares. Hemos saltado de matriarcados a patriarcados y viceversa. Esta tendencia y desequilibrio entre los dos arquetipos es un reflejo del desequilibrio interior del propio ser humano. Un reflejo del desequilibrio entre sus dos hemisferios cerebrales como un reflejo del concepto dual del cosmos. Sin embargo la tradición oral de las tribus indígenas y la Memoria de los Tiempos nos recuerdan sociedades que vivieron y gozaron del equilibrio entre los dos arquetipos. Y para volver a encarnar este fenómeno en la tierra cada ser deberá reunir al Hombre y a la Mujer en su propio interior: es el arquetipo del Matrimonio Sagrado, la sexualidad sagrada, el Tantra.

