



TANTRA PRO ŽENY

Úvod do ženské tantry

30.1.-1.2..2009 (pá 19-ne 14) Skalka u Doks

Ženská tantra propojuje starodávny kult bohyně a posvátné sexuality s moderními psychoterapeutickými směry a tantrickým pohledem na svět. Společně vytvoříme bezpečný a podporující prostor, ve kterém se budeme moci otevřít a zkoumat vlastní nitro, vlastní jedinečnost a krásu, tak, aby se naše tělo stalo chrámem naší duše a zdrojem naší vnitřní vitality a síly. Společně budeme léčit zraňující zážitky z naší minulosti a otvírat se pro více radosti a štěstí v přítomnosti. Bohyně v našem nitru se probudí...

Tantrická cesta spočívá v hlubokém poznání sebe sama, svých potřeb a přání, jejich přijetí a vědomé začlenění do běžného života. V kruhu žen vytvoříme bezpečný prostor pro upřímné sdílení, vzájemnou podporu a inspiraci, společně pocítíme nesmírnou sílu ženského společenství a sounáležitost se všemi ženami současnosti i minulosti.

Při tomto víkendu se budeme věnovat probouzení a pocítění energie ve vlastním těle, uvědomování si krásy a síly vlastního ženství, otevírání se citlivosti a důvěře v sebe i svět, budeme se učit dávat i přijímat doteky a meditovat. Nepředpokládá se žádná vstupní znalost.

Co Vás čeká?

- * relaxační a meditační techniky
- * jemné a smyslné masáže
- * energetická cvičení
- * sdílení vlastních prožitků a pocitů
- * sebevyjádření pohybem a tancem
- * práce s ženskými archetypy
- * objevení bohyně uvnitř své bytosti
- * tantrický rituál
- * Dechová cvičení jako klíč k prožívání těla, emocí, sexuality i nabíjení těla energií

Mgr. Ivana Megová (nar. 1967), pedagožka, lektorka ženských kurzů, Studovala pedagogiku na PF UJEP a psychologii na FF UK, absolventka pětiletého psychoterapeutického výcviku SUR a dvouletého výcviku tantry u Johna Hawkena, seminářů tantry u dalších učitelů (Piontek, Lowen, Hodosi). Lektorka a asistentka kurzů tantry, vedla pravidelný ženský tantrický klub v Praze. Věnuje se šamanismu (Pablo Russel, Alicia Hamm, J.Hawken), kultu Bohyně a dávnému postavení ženy ve společnosti. Učí na střední škole. Žije s partnerem a synem v Praze.

Michaela Košťálová, lektorka tantry, absolventka dvouletého výcviku Skydancing Tantry u Johna Hawkena, seminářů Tao a síla ženské sexuality s Maitreyi Piontek, Tanec 5 rytmů s Julií Deal, studuje sociální pedagogiku, účastnice tříletého výcviku dramaterapie, věnuje se tantricko-taoistickým i klasickým masáží. Zajímá se o tanec, magii, šamanismus a kult Bohyně.

Kurzovné: 1950,-Kč při přihlášení a zaplacení nevratné zálohy 600Kč na č.ú.35-7840980277/0100 do 30.12. sleva na 1800Kč.

Ubytování a vegetariánské jídlo: 340,-Kč/den při spaní ve spol. místnosti, 440,-Kč/den při spaní v pokoji

Místo: Meditační centrum Skalka u Doks 22, nedaleko Máchova jezera

Bližší informace: www.zenskekruchy.cz, www.tantra.cz, www.jitrnizeme.cz

Přihlášky: Ivana Megová. Tel: 737 445 123, megova@volny.cz, Na Březince 16, Praha-5, Smíchov 150 00. (Michaela Košťálová, sibylha@seznam.cz, 603 185 066, Mirotická 770/6, Praha 4- Libuš, 140 00)

Těšíme se na Vás Ivana a Míša 😊