

Abrazo Total-El Éxtasis Posible

2.Profundización del Yoga del Tacto

Abrazo Total es un método que transforma profundamente las relaciones y la manera de vivir la sexualidad, un verdadero Yoga del Tacto que, a través de herramientas sencillas y profundamente eficaces, potencia la intimidad y la conexión.

Contigo mism@, con el otro, con el mundo.

La exploración de las infinitas posibilidades que ofrece la práctica de **Abrazo Total** continua en este taller de profundización.

Retomaremos los fundamentales de la práctica y en un marco de profundo respeto, presencia y escucha profunda, abriremos espacios de libertad y de creatividad, expresándonos desde nuestra propia verdad en una práctica donde podremos experimentar un contacto sin proyectos y sin intención en un profundo estado de intimidad emocional.

Para qué sirve:

-Permite experimentar otra forma de tocar y ser tocados, emocionalmente y físicamente.

-Mejora la relación con el cuerpo, permitiendo vivir y sostener las emociones y las sensaciones, al mismo tiempo amplificando la capacidad de sentir y acoger el otro.

-Desarrolla e impulsa la sensibilidad corporal y la capacidad de presencia, permitiendo una vida más sensorial, espontánea, natural, abierta.

-Enriquece la sexualidad y las relaciones íntimas.

-Permite mantener o recobrar atracción y pasión en las relaciones, creando espacios de intimidad más profundos y gozosos.

-Favorece la creación de una “comunicación erótica”, es decir de un lenguaje (corporal y verbal) sexual común.

-Armoniza deseos, ritmos y tiempos distintos en las relaciones íntimas.

-Es una herramienta complementaria y muy eficaz cuando hay situaciones de falta de deseo, problemas de erección, eyaculación precoz, dificultades par el placer o para llegar al orgasmo.

La esencia y la base de la conexión íntima con el otro está en nuestra capacidad de sentir.

La educación y la cultura a menudo nos llevan a una concepción distorsionada y superficial de la sexualidad, desconectándola casi por completo de la sensualidad, que es la calidad profunda de nuestro sentir.

Este taller intensivo de fin de semana será una profundización y una ampliación de las experiencias del taller de Descubierta del 19-20 de junio.

Abrazo Total es un verdadero viaje interior a través de una experiencia de contacto físico y emocional en el cual hemos destilado más de **quince años de prácticas de acompañamiento hacia el descubrimiento de una sensualidad natural y de una sexualidad libre y gozosa.**

No es seguramente el tipo de contacto al que estamos acostumbrados, **es una experiencia de amor incondicional y de intimidad profunda** que es difícil poder encasillar dentro de las normas que caracterizan las relaciones y el contacto físico en la sociedad en la que vivimos.

Qué es y cómo funciona:

Abrazo Total nace de la destilación de prácticas del Tantrismo Shivaíta de Cachemira (Tantra No Dual) y de otras fuentes que son el fundamento de nuestra formación y práctica de vida desde hace más de 15 años.

Es una exploración de las infinitas posibilidades de abrazar, acariciar, compenetrar los cuerpos, a través de secuencias de posiciones libres que son guiadas en todo momento por las emociones de los practicantes.

Este taller será un recorrido gradual y personalizado par poder llegar a la práctica completa del **Abrazo Total, no hace falta ninguna experiencia previa y se adapta a todas las funcionalidades.**

Empezaremos con una invitación a **tomar contacto con el cuerpo** de forma concreta, a encontrar una **respiración natural, relajada y profunda**: ésta será la base del sentir y la guía, ya que, a través de la respiración, las dos personas permanecen en comunicación durante toda la sesión.

Cuando la respiración está instalada, iremos introduciendo palautinamente secuencias, abrazos y distintos tipos de tacto consciente.

No hay secuencias prefijadas, las diferentes posiciones se entrelazan fluidamente con creatividad y la mayoría de ellas permiten la transmisión de la energía de la respiración a través del contacto de los cuerpos.

Por eso **no existen dos práctica iguales**, ni cuando acontecen entre las mismas personas; todo se expresa en un constante **intercambio en el momento presente** y en la continua adaptación de posiciones, ritmos, pausas y energía a los estados emocionales y a las necesidades que a cada instante se manifiestan.

Esto requiere una profunda escucha y la capacidad de mantenerse en un estado de presencia y de apertura constantes.

Conducido por:

Hacer el Amor con la Vida/Cuerpo Sensible

- Laura Orsina

- Axel Cipollini

Cuando y donde:

Sábado 17 y domingo 18 julio 2021 (sábado de 10h a 19h y domingo de 10h a 14h)
(habrán breaks y una pausa para comer el domingo)

En Barcelona, **Sala Yogaïam**, C/Massens 73 (Metro L4 Joanic y L3 Lesseps)

Las inscripciones se cierran el 7 de julio.

Para inscribirse:

Enviar un mail a info@hacerelamor.org con tu nombre, apellidos y número de teléfono y te confirmaremos disponibilidad de plazas.

Para preguntas o más informaciones: info@hacerelamor.org - 650119375 Laura/
608628394 Axel

El curso está dedicado a personas de cualquier orientación, es posible participar sol@s o en pareja.

No hay falta experiencia previa.

El espacio es limpiado y desinfectado cada día, hay dispensadores de gel hidroalcohólico en las instalaciones, la sala de trabajo es suficientemente grande, hay un sistema de purificación de aire y con aforo limitado para poder respetar el distanciamiento previsto por las medidas sanitarias.

Plazas limitadas por medidas sanitarias, reservar antes del 7 de julio

Os esperamos!

Hacer el Amor con la Vida/Cuerpo Sensible