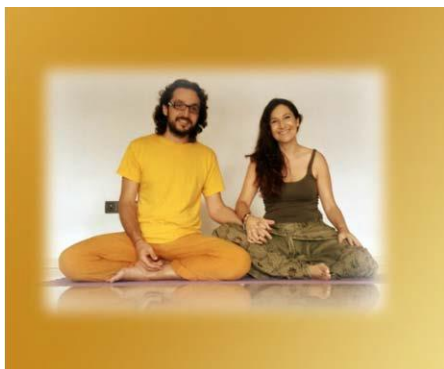


Retiro de Fin de año con Tantra espiritual M&M



Inicio: Miercoles 28 de diciembre 2016 (en Belianes –Lleida-)

Final: Domingo 1 de enero 2017

Para Hombres, Mujeres y Parejas
(Sea cual sea vuestra preferencia sexual)

Tantra Espiritual M&M somos la pareja de profesores des Tantrismo, Meditación y otras disciplinas, que con ternura y respeto te acompañarán en este viaje.

Marc (Shiva Rudra Das) & Monica (Matruvani Mataji Das) estaremos a tu disposición durante 5 maravillosos días, en los que la transformación profunda y la magia, surgirán y suavemente, irán instalándose en todo nuestro Ser.

Vamos a aprovechar el CAMBIO DE CICLO que se celebra cada vez que cerramos un año y damos la bienvenida a otro. Os proponemos una comprensión de lo vivido en el 2016 y una auto indagación sincera para saber, claramente, lo que queremos para el 2017.

Lo haremos con hermosos ejercicios llenos de gratitud por lo vivido y aprendido, con un aligeramiento de equipaje y una profunda comprensión de lo que deseamos dejar atrás del 2016. ¿Cómo?

Comprendiendo nuestro Karma, aceptándolo y trascendiéndolo.

Trabajando con el espejo, el niño interior, reforzando nuestra autoestima y merecimiento; liberando nuestros posibles bloqueos físicos y energéticos y eliminando limitaciones.

Y con gran emoción, daremos la bienvenida a la vida que queremos vivir, de forma clara, con el corazón abierto y la mente bien serena. Capaces de distinguir lo real, lo importante, lo que merecemos, lo que sentimos y lo que queremos. ¿Cómo?



Aprendiendo a comunicarnos de forma consciente. Reconociendo y celebrando a la Divinidad en nosotros. Recuperando la comunicación y el fluir de nuestro cuerpo. Desarrollando el tacto consciente, bailando, riendo, compartiendo y viviendo el Presente.



Actividades del retiro

- Profundizaremos en la Meditación como base de cualquier camino Espiritual, mediante diversas meditaciones: guiadas, canalizadas y activas. El objetivo es alcanzar el estado meditativo y la presencia necesaria durante todo el Retiro, para que desde ese estado se realicen los ejercicios.
- Haremos ejercicios de desbloques energéticos de chakras, para que el trabajo emocional vaya acorde con los cambios físicos de soltar y trascender los posibles nudos en nuestro cuerpo.
- Se hará un gran trabajo de sanación del Niño Interior, de sanar el pasado, perdonar y trascender. A través de Vicharas y otros ejercicios comunicativos, limpiaremos el espacio de nuestro corazón para albergar sentimientos más amorosos y bellos. Nos Desapegaremos de viejas creencias.
- Haremos trabajos en grupo de Codependencia. Nos podremos observar y observaremos, aceptaremos el Rol que hemos utilizado o utilizamos. Nos sinceraremos y aprenderemos, a partir de ahí, a decidir cómo seguir viviendo.
- Vamos a introducirnos en el gran trabajo de Comunión Íntima, un viaje de exploración de nuestro comportamiento individual y en pareja. De las actitudes que imitamos y no nos corresponden. Un ejercicio de observación que despierta el Alma y facilita la comprensión de nuestras experiencias.
- Realizaremos profundos trabajos de nuestro Masculino y Femenino, compartiendo emociones, inquietudes y actividades sorprendentes, a través de los Dioses y Diosas hindús y del reconocimiento de su Divinidad en nosotros y nosotras. Sanaremos rechazos y exageraciones, celos y comparaciones.

□ Realizaremos Círculos de hombres y mujeres para intimar y resolver dudas. Nos separaremos hombres y mujeres para fortalecernos, ayudarnos y nutrirnos. Dividirnos para volvernos a encontrar desde un Amor y una comprensión más pura.

□ Danzaremos TANDAVA, meditación en movimiento de la Tradición Tántrica Shivaíta de Kashmir y para que surja con la adecuada fluidez, nos adentraremos en el TACTO CONSCIENTE. Además de dejar que surjan en cualquier momento del retiro posibles MASAJES CONSCIENTES con aceites esenciales que despertarán aún más nuestra sensibilidad y apertura.

□ Despediremos el Retiro con la Cena de Fin de Año y fiesta de bienvenida al año nuevo. Habrá uvas, cava y vino y música especial, para bailar y disfrutar juntos.

IMPORTANTE:

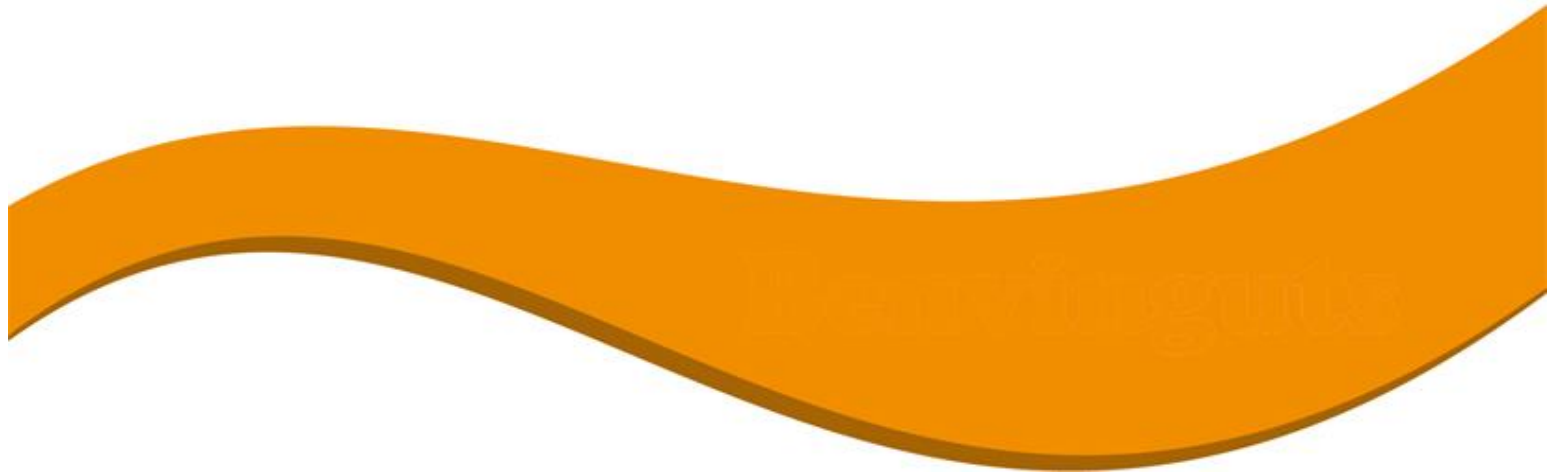
- En nuestras actividades no hay desnudos gratuitos.

- Nunca se obliga a nadie a realizar un ejercicio y cada cual decide sus propios límites, de acuerdo a su estado físico o emocional.



□ Empezaremos el Retiro el Miércoles 28 de Diciembre a las 17:30h puntualmente y seréis recibidos por Cal Massot a partir de las 16:30h

□ El encuentro finaliza el Domingo festivo 1 de Enero después de la comida.



ASPECTOS FUNCIONALES:

En el precio está todo incluido: alojamiento en habitación compartida , pensión completa y taller.

Opcional (habitación de uso exclusivo):

Suplemento para estadia en habitación matrimonial de 15€/dia hab.

Suplemento para estadia en habitación matrimonial con baño de 25€/dia hab.

i! Es necesario traer calcetines para caminar por la moqueta de la sala sin ensuciarla, ropa cómoda y toalla para la higiene personal.

No es necesario traer sábanas

Lugar: Cal Massot de Belianes (Belianes, Lleida)

www.calmassot.com

Precio: 390 euros

Inscripción con ingreso bancario de 150€ (consulta a M&M)

350 euros para inscripciones antes del 30 de noviembre 2016

~~Plazo limite para hacer inscripción hasta el 20 de diciembre 2016~~

Ultimas plazas disponibles, ampliación del plazo limite de inscripción hasta sábado 24 de diciembre a las 20h.

Más información y reservas:

Marc (Shiva Rudra Das) & Mònica (Matruvani Mataji Das)

Tel. 680269460 / 676751770

mjaenc@gmail.com

