

Tantra för par

Rondane Spa, Norge

Närheten till en partner väcker upp många känslor i oss och är därför en underbar möjlighet att växa i relationen och som människor.

Denna tantrakurs är en trygg miljö där du och din partner får en möjlighet att lära känna och uttrycka era djupaste behov samt att fördjupa det intima mötet tillsammans.

Hur hittar vi tillbaka till den glädje och det mysterium vår egen kropp kan ge oss? Ju mer vi lever i kontakt med vår egen kropp, våra känslor och vårt varande desto enklare är det att mötas i ödmjukhet och respekt.

Genom att väcka vår vitalitet, vår känslighet och kapacitet att slappna av kommer det att vara mer naturligt att bara VARA tillsammans med vår partner istället för att GÖRA så mycket. I detta varande öppnar sig en ny, kanske utforskad dimension i älskandet. De gamla tantrikerna talade om en sammansmältning med existensen...

Ni kommer att bli guidade och uppmuntrade att stanna upp och vara fullt närvarande här och nu. Att ta emot och välkomna allt som kommer upp.

Att älska på ett tantriskt vis är helande i sig. Det ger också en riktning i relationen och ett rum där vi kan vara tillsammans. Att bjuda in det vackra och oskuldsfulla igen. Att våga njuta fullt ut och samtidigt hitta ett lugn och en meditativ samvaro. Detta som vi längtar efter så mycket. Att vila i kärleken.

Kursen är upplevelsebaserad och vi kommer att använda kommunikationsövningar, kroppsmedvetenhet och dans, beröring och massage samt tantriska övningar.

Kursen leds av Smrati Skog. Hon är en underbar lärare som levt och arbetat i 18 år som terapeut och kursledare i Osho Resort, Indien. Hon bor nu i Göteborg där hon har sin praktik. Smrati leder kurser och utbildningar i flertalet länder inom Tantra; Rebalancingmassage, Frigörande andning och Aquafloating.

Välkommen!