

Taller de sexualidad y ternura

Cultivando el placer del encuentro

“La sexualidad es la capacidad de ser placenteros y placenteras” (Carlos Menendez), y “cuando me permito vivir en el placer, me siento mejor” (Aingeru Mayor).

La sexualidad, en su dimensión recreativa, es la capacidad que todos los sujetos sexuados tenemos de ser placenteros. Nuestra sexualidad es también un medio de comunicación que se inicia con el gesto más humilde del amor, que es la ternura. Y la ternura, tal como fue definida por Carlos Menéndez, es “la capacidad de ser importante para ti porque tú eres importante para mí”.

El encuentro deseado entre dos que pretenden amarse se nutre de gestos pequeños, de sensaciones corporales sin artificios y sobre todo de poder sentirme importante para ti porque tú lo eres para mí, aquí y ahora.

Sabemos y tenemos conciencia de quienes somos a través de la interacción con otro (sujeto sexuado). A través de mi reflejo en ti puedo ir teniendo conciencia de mi propio yo.

No tenemos cuerpo: somos corpóreos. Nuestro cuerpo no es ni la cárcel del alma, ni la máquina que un espíritu gobierna. Nuestro cuerpo es sexuado, sensitivo y sensual. Y a través de él percibimos la sensualidad y también la sensorialidad: sensamos sensaciones y sentimos sentimientos a través del encuentro de las pieles.

La piel, ese órgano sexual, esa red de receptores sensitivos, fusiones, efusiones y confusiones corpóreas. La magia del cuerpo y los placeres de la piel perduran en mí hasta mi muerte, no renunciemos a ellos innecesaria o prematuramente.

En esta propuesta de trabajo se promueve un espacio seguro, profesional y respetuoso con los ritmos de cada participante, donde poder explorar los placeres de mi cuerpo, las posibilidades de mis sentidos, el valor de la escucha activa y la aceptación incondicional de la particular manera de expresarse de cada uno (sujeto sexuado).

Se ofrece un espacio vivencial para el crecimiento personal a través de dinámicas y juegos que favorezcan el cultivo del autoconocimiento, con el fin último de posibilitar la consciencia corporal para poder ponerla al servicio del propio bienestar y de nuestros encuentros eróticos.

Se oferta un tiempo y espacio donde prima el respeto por las particularidades y posibilidades de cada participante. Se pretende:

- Posibilitar el encuentro, apreciando lo que nos une y, a la vez, nos hace ser únicos, únicas y especiales.
- Que las personas participantes, a través del encuentro con nuestra particular feminidad y masculinidad, tengamos la posibilidad de reconocernos, comprendernos, aceptarnos y respetarnos.
- Que las personas participantes disfruten de un ambiente profesional y amable en el que vayamos redescubriendo nuestros cuerpos, nuestros deseos, nuestros anhelos, nuestras apetencias, nuestros gozos, en coherencia y armonía con los propios valores, ritmos y necesidades de cada uno y cada una.

La propuesta del taller recoge la metodología de trabajo elaborada por Aingeru Mayor y Olatz Marcos en los Talleres de Ternura <https://emeki-es.blogspot.com/>, a partir de la propuesta que Carlos Menéndez desarrolló en la escuela sexológica Sustraira, donde coincidimos los tres.

Para cualquier aclaración respecto a contenido o metodología del taller, no dudes en consultar en maite@mahibar-co.es

Para la gestión de plazas, inscripciones y otras cuestiones organizativas: +34 675 007 848 (Iban)

En caserío Laskurain

Antzuola (Gipuzkoa)

<http://www.centrolaskurain.com/>

250€ alojamiento y dietas incluido

Algunas valoraciones de quienes han pasado ya por la experiencia:

“Quiero, en todo caso, quedarme con una de las grandes oportunidades que nos dan los talleres (y la vida misma): aprender del propio cuerpo y poder acertar a aplicarlo en la vida diaria. Una experiencia física, vibrante y emocional, integral, conmovedora. Magia”.

Andoni, hombre 44 años

“Lo que más me ha tocado este fin de semana ha sido conectar, con alivio, con ese espacio de seguridad, de protección, sentirme respetada, aceptada y querida con todo lo que soy, sin condiciones. Me volví con el corazón hinchado de amor, infinita ternura y agradecimiento”.

Idurre, mujer 49 años

“Vaya pedazo de viaje que me he pegado. No me imaginaba que podría llegar a este punto de ternura, respeto y amor incondicional hacia todas las personas por encima de cualquier etiqueta”.

Aitor, hombre 39 años

“Este taller me ha abierto un mundo entero de libertad, de placer, de estar “embruñada” hacia lo que está bien para mí... mi capacidad a poner límites, a estar consciente de lo que mis gestos pueden transmitir, atreverme a expresar mis deseos, estar escuchando el deseo del otro cuando compartimos. Te agradezco muchísimo lo que nos has transmitido y también tu manera de hacerlo. Me he sentido en un espacio seguro, benevolente, sin juicio, con amor”.

Maggy, mujer 34 años

“Eskerrik asko. Me siento un privilegiado de haber participado en esta experiencia. Zorionekoa neu!! Nunca había compartido mis lágrimas, inquietudes, complejos, necesidades, ...con gente a la que no conocía horas antes”.

Galder, hombre 43 años

“Se ha abierto en mi carpeta de sentires, el deseo del encuentro. Ha sido muy bonito. el finde me ha brillado mucho, porque tú has afinado mucho”.

Unai, hombre 48 años

“El taller ha sido una experiencia para conocer, jugar, entregar, recibir, para deshacerme de algunas vestiduras y escoger ropa nueva.... me ha dado la posibilidad de buscar, indagar y no ser mera espectadora. Averiguar dónde no me atrevo, observarlo y respetarlo”.

María, 35 años

Es muy difícil tener 57 tacos y creer que tienes una parte medianamente controlada y que todo salte por los aires. El estado de estupor es sublime. Tengo, rabia, luz, sombras, incertidumbre, certeza, nervios, ganas recorriéndome todo el cuerpo. Es como si una especie de proyectil brillante se hubiese disparado y anda rebotando por todas partes dentro de mí.

Unahi 57 años

Estoy disfrutando mucho de (re)descubrir mi propia intimidad, y mi capacidad de amarme y estar yo conmigo, que es uno de los grandes regalos que traigo del taller. Estoy muy agradecido por esto. A ti por ofrecerlo y a mí por tomarlo.

Alberto 44 años