

Le Tao de la Femme

le 20 - 21 Mars 2010 à la Salle Génération Tao

Un séminaire exceptionnel exclusivement réservé aux femmes.

Une expérience unique à vivre

Animé par Anna Miassedova



Je convie les femmes qui souhaiteraient participer à ce week-end à s'accorder du temps et de l'attention à elles-mêmes.

Dans la nature, quand on laisse la terre se reposer, elle produit encore plus de fruits et de fleurs...

Dans notre société on laisse rarement la terre se reposer, en la forçant à produire sans cesse. La même chose se passe en quelque sorte pour nous, les femmes - nous avons de moins en moins de temps pour nous reconnecter à notre ressenti. Alors que c'est notre nature féminine.

Quand une femme se permet de se sentir, elle trouve en elle le chemin vers ce qu'elle sait être bon pour elle. C'est notre intelligence innée.

Sur cette base de tranquillité nous découvrirons ensemble quelques exercices taoïstes fort simples (tout ce qui est simple nourrit notre énergie féminine) qui nous aideront à nous sentir en équilibre.

Il sera développé le contact avec le féminin dans toute sa vastitude par des prises de conscience profondes de cette puissance que beaucoup de femmes ignorent.

Nous ferons ensemble le massage des seins, le sourire aux organes, commencerons à entrer en contact et à envoyer de l'amour à notre "terre intérieure"- l'utérus- pour y amener la semence de paix.

Un rituel de purification vous sera aussi proposé pour nettoyer les obstacles internes.

Il vous sera montré et vous pourrez pratiquer l'exercice autrefois secret de l'Oeuf de Jade (Pour celles qui n'en ont pas, des œufs vous seront proposé à la vente en début de stage)

Pour vous sentir à l'aise, je vous suggère de prévoir une jupe ample et un châle ou une couverture légère