



Sexo tántrico y menopausia

Prácticas para la activación sexual y espiritual

Autor: McGeever, Janet; Richardson, Diana

Editorial: NeoPerson

ISBN: 9788415887508

Páginas: 256

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 14,00 €

Confía en el funcionamiento de tu cuerpo, abraza tu respuesta sexual natural y reconecta con tu ser interior

Las mujeres vivimos muy conectadas a nuestro cuerpo a través de la menstruación, el embarazo, el parto, la maternidad y, posteriormente, la menopausia. Cada una de estas fases nos transforma, y la mayoría de ellas suelen ser motivo de celebración. Sin embargo, la menopausia nos lleva a creer que nuestros cuerpos se han deteriorado o son deficientes, en particular en términos de sexo e intimidad. Las maestras tántricas Diana Richardson y Janet McGeever nos muestran que, en contra de estas ideas negativas tan generalizadas, la menopausia contiene numerosos dones ocultos que ofrecernos si aprendemos a abrazar –en lugar de suprimir– los cambios propios de esta transición.

Sexo tántrico y menopausia describe:

- * Qué se puede esperar física, emocional y espiritualmente de esta etapa, así como cuáles son sus implicaciones en los vínculos interpersonales.
- * Qué prácticas y herramientas tántricas podemos utilizar para conectar con nuestra sabiduría intuitiva y las energías del corazón.
- * De qué manera el sexo tántrico nos ayuda a mejorar nuestra salud, cultivar las relaciones, potenciar el autocontrol, desarrollar el equilibrio emocional e incluso alcanzar estados de conciencia más elevados.
- * Cuáles son las mejores ...