savias
MUJERES PARA EL FUTURO

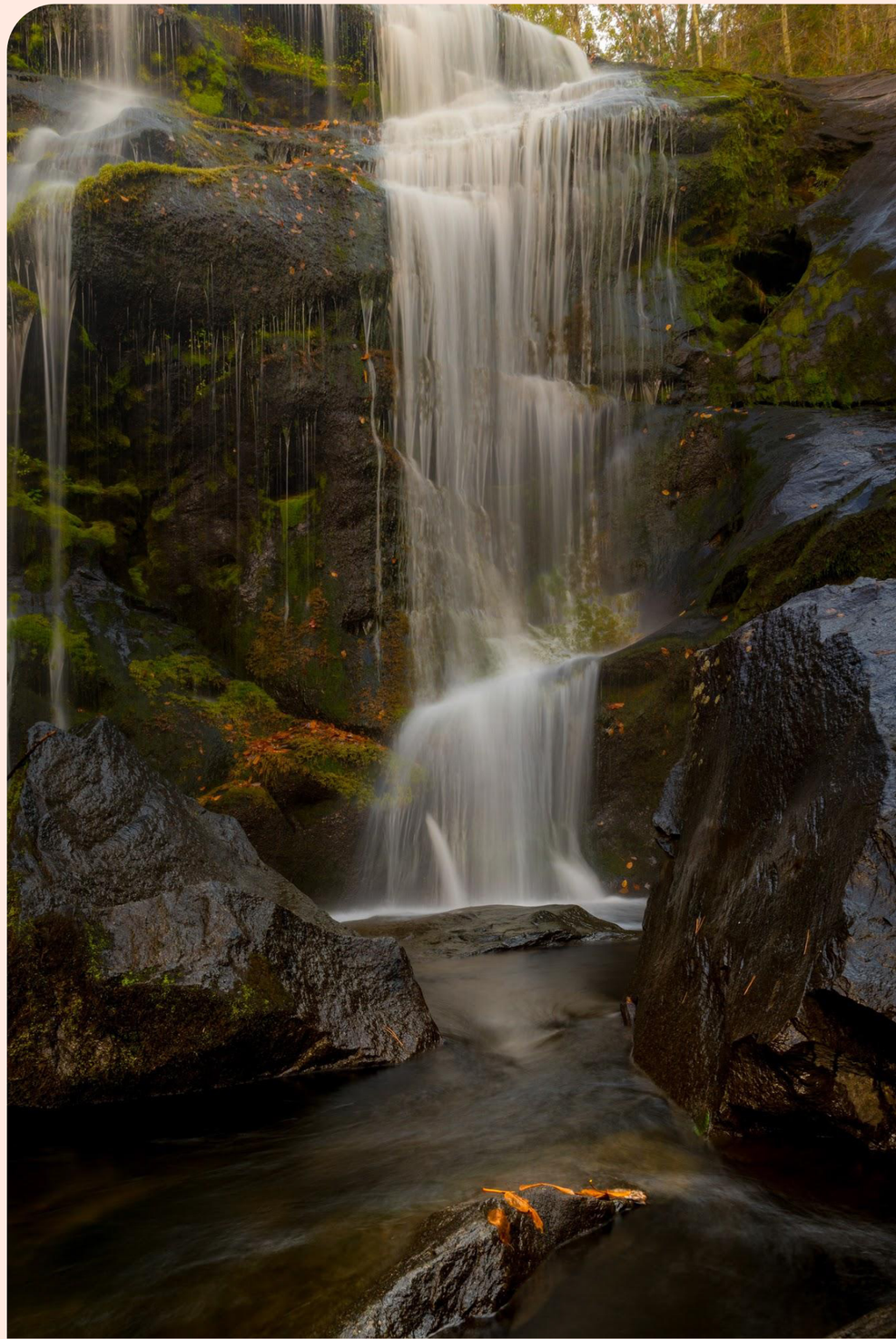
FORMACIÓN 2022 · **MÓDULO 3**

La sexualidad como puente

AYELÉN WIEDENBRÜG

¿Puente entre qué?

Una nueva (muy antigua) mirada sobre la **sexualidad**.



1

Lo que nos hace humanas

Hombre

Mujer

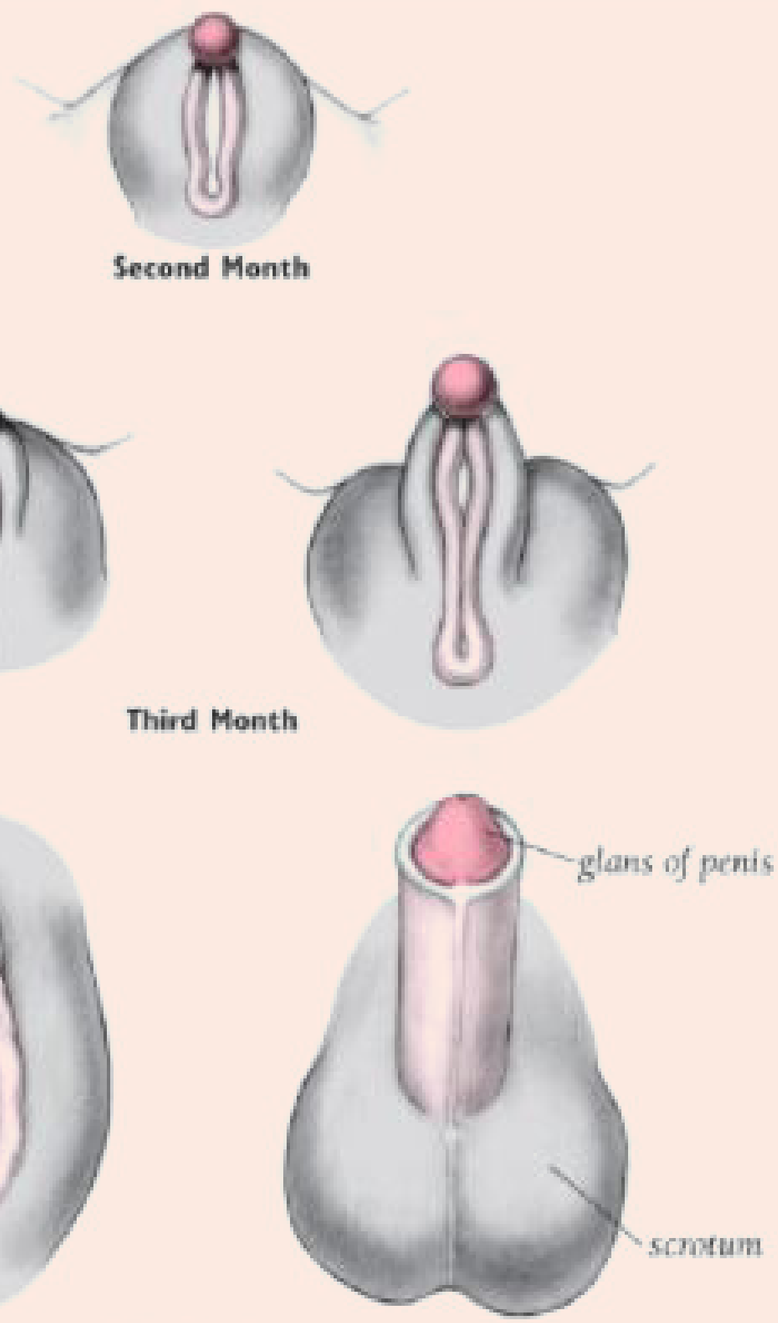
No binarie

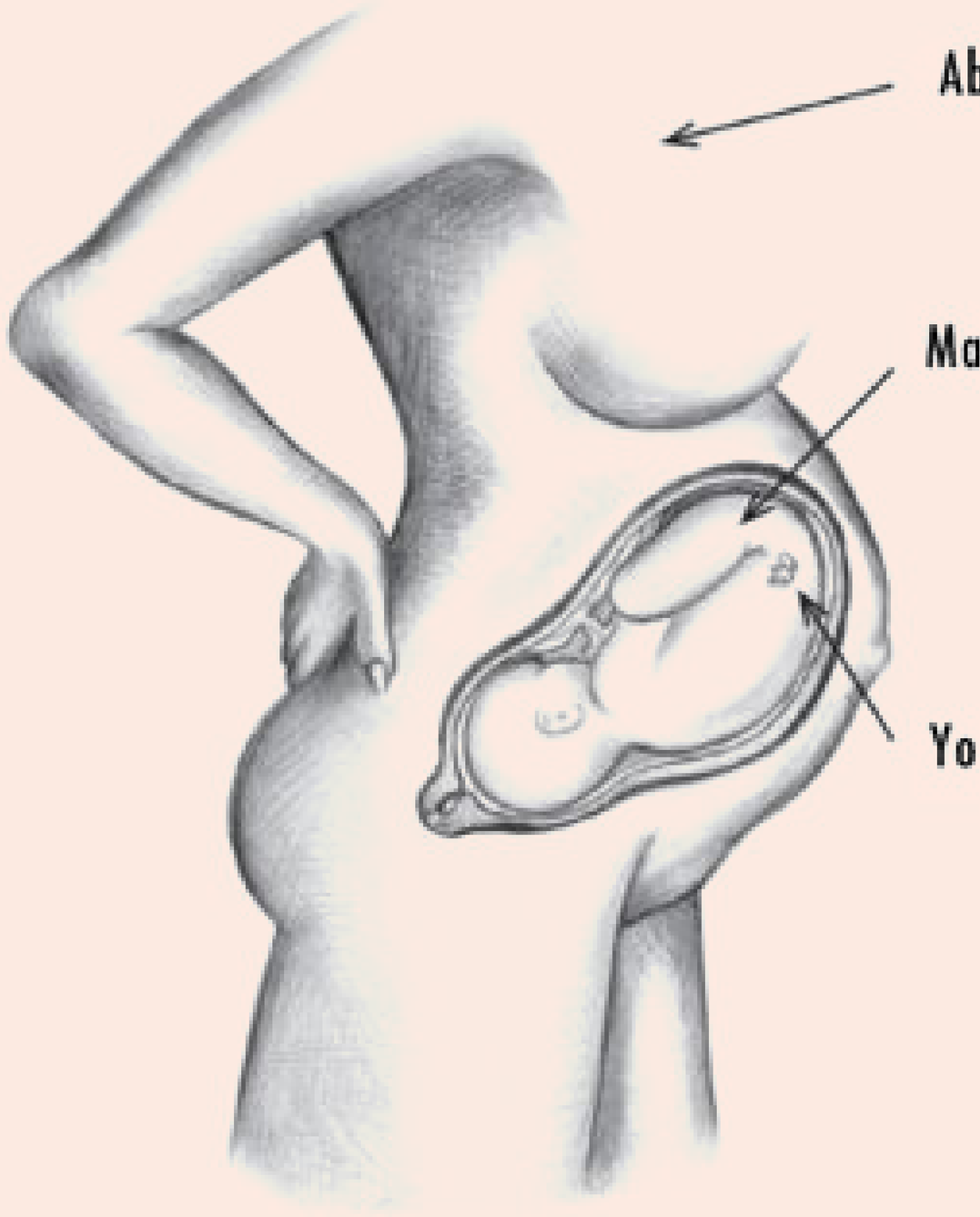
Energía femenina
& masculina

Desde lo anatómico

Nuestro cuerpo físico elige un **SEXO**.

Independientemente de él, tenemos **ambas energías sagradas** en nosotras.




Abuela
Mamá
Yo

¿Que aprendiste sobre la Sexualidad?

2

Lo que nos hace divinas

El Tantra

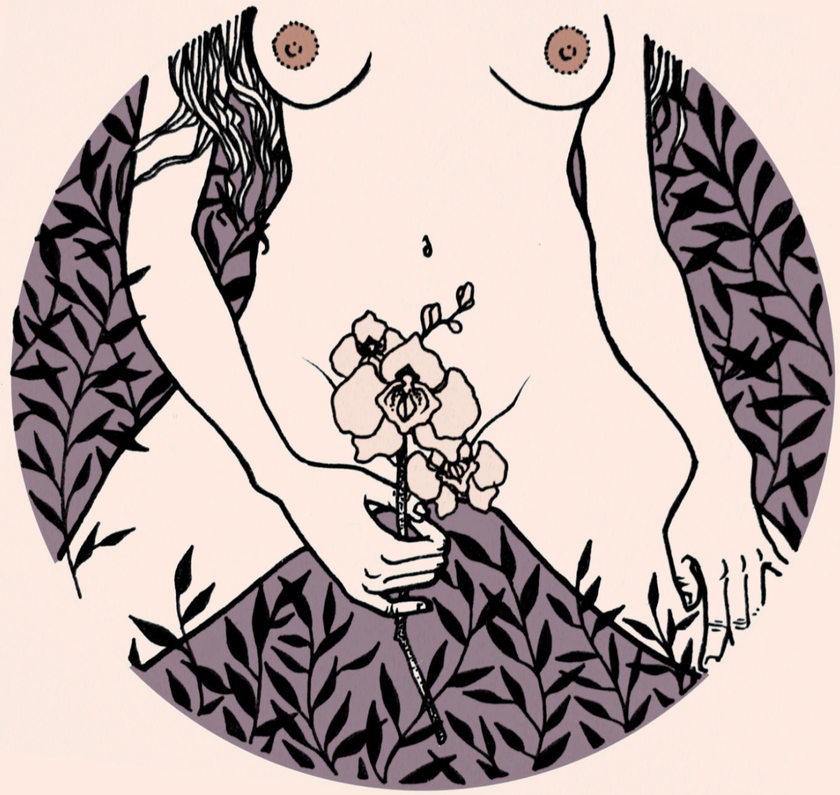
Si nuestros cuerpos tuvieran polos

Desde la semilla

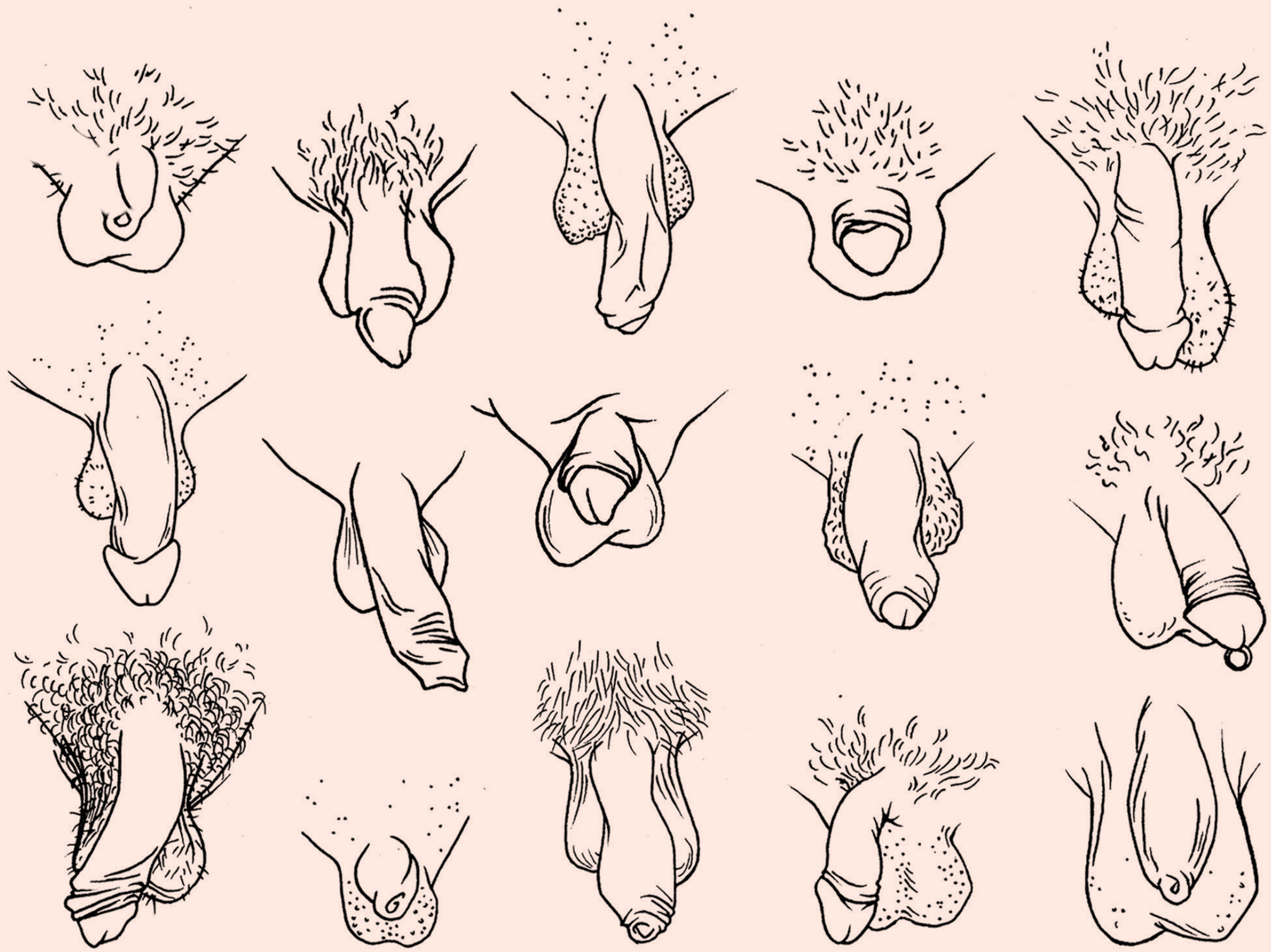
Sagrada Energía *femenina*	**Sagrada Energía** *masculina*
Órgano Sexual: **Interno**	Órgano Sexual: **Externo**
Órgano Sexual **Receptor** (polo negativo)	Órgano Sexual **Dador** (polo positivo)
Óvulo: Redondo, espera, decide a quien dejar entrar.	**Esperma**: Rapidez, cantidad, competencia, zig zag, va por todas.
Útero y Vagina: No se ve. Misterio. Desconocido. Mucho desconocimiento	**Pene:** Se ve. Depende de él, que el acto funcione. Mucha presión
Luna	Sol
YONI	**LINGUM**
Piensa en **Ideas**	Piensa en **Problemas y Soluciones**
Rige el **Espacio**	Rige el **Tiempo**
Percibe- Siente la Meta	Va hacia la Meta

Tanto para Sanar

La importa del autoconoñocimiento



Consciencia y regulación emocional



3

Lo que nos hace sexuales

Porque tenemos Relaciones Sexuales

Para **MANIPULAR**
· Así me quiere.
· Así se queda.

Para **(RE)TENER**
· a el/ella
· a mi en esta relación

Para **CREAR**
· Un vínculo
· Magia
· Una vida nueva

Para **CUMPLIR**
· Mandato
· Con *"lo que se debe"*
· La gente normal tiene sexo, no?

Para **SENTIR**
· Cobijo
· Placer
· Conexión
· Pertenencia

Para **TENER**
· Placer
· Orgasmos
· Compañia
· Conexión
· Control

Para **LLENAR**
· Vacios

Para **EXPRESAR**
· Tu deseo

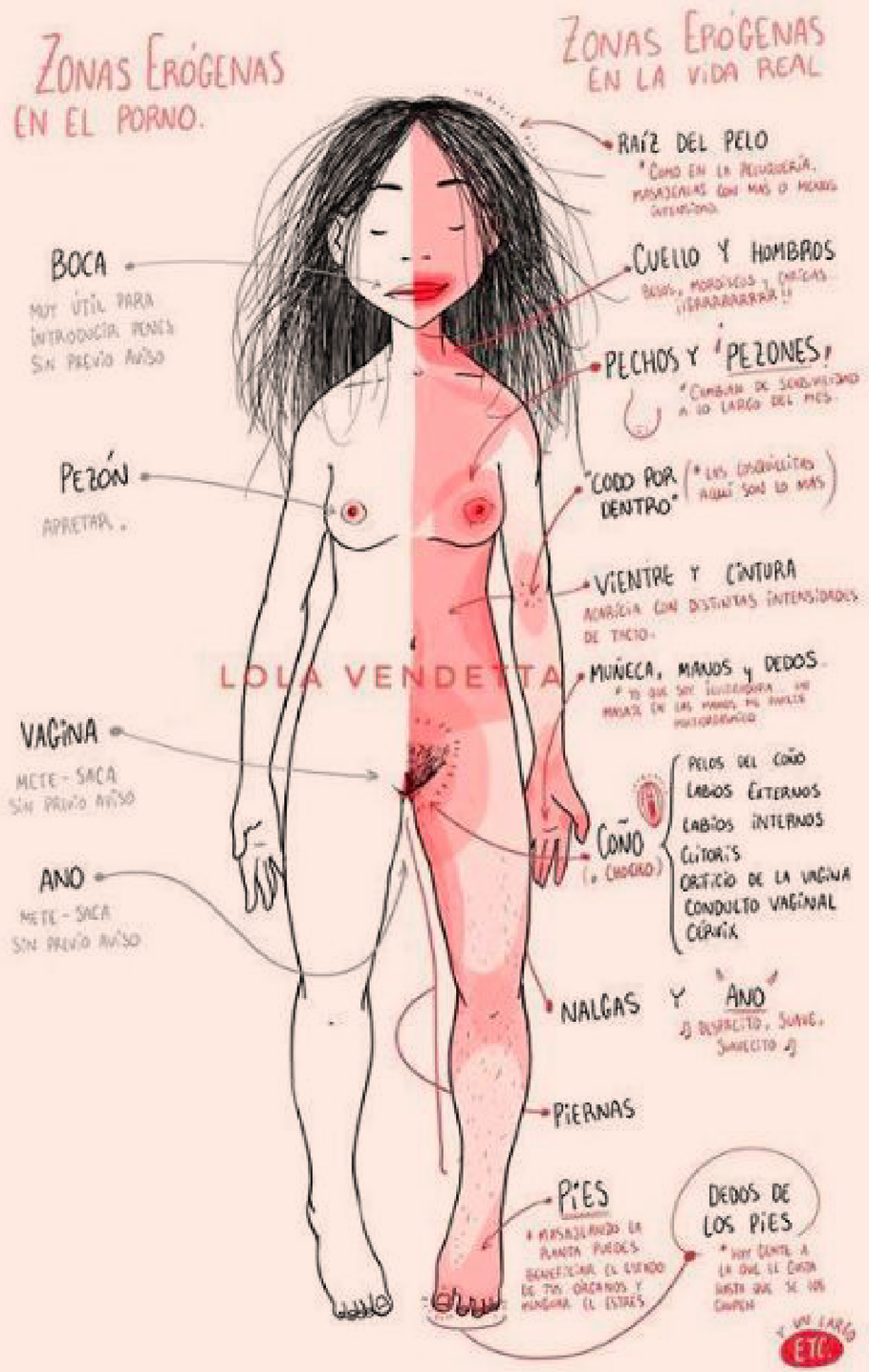
Para **SANAR**
· Tu cuerpo
· Tu alma
· Los miedos
· Dolores

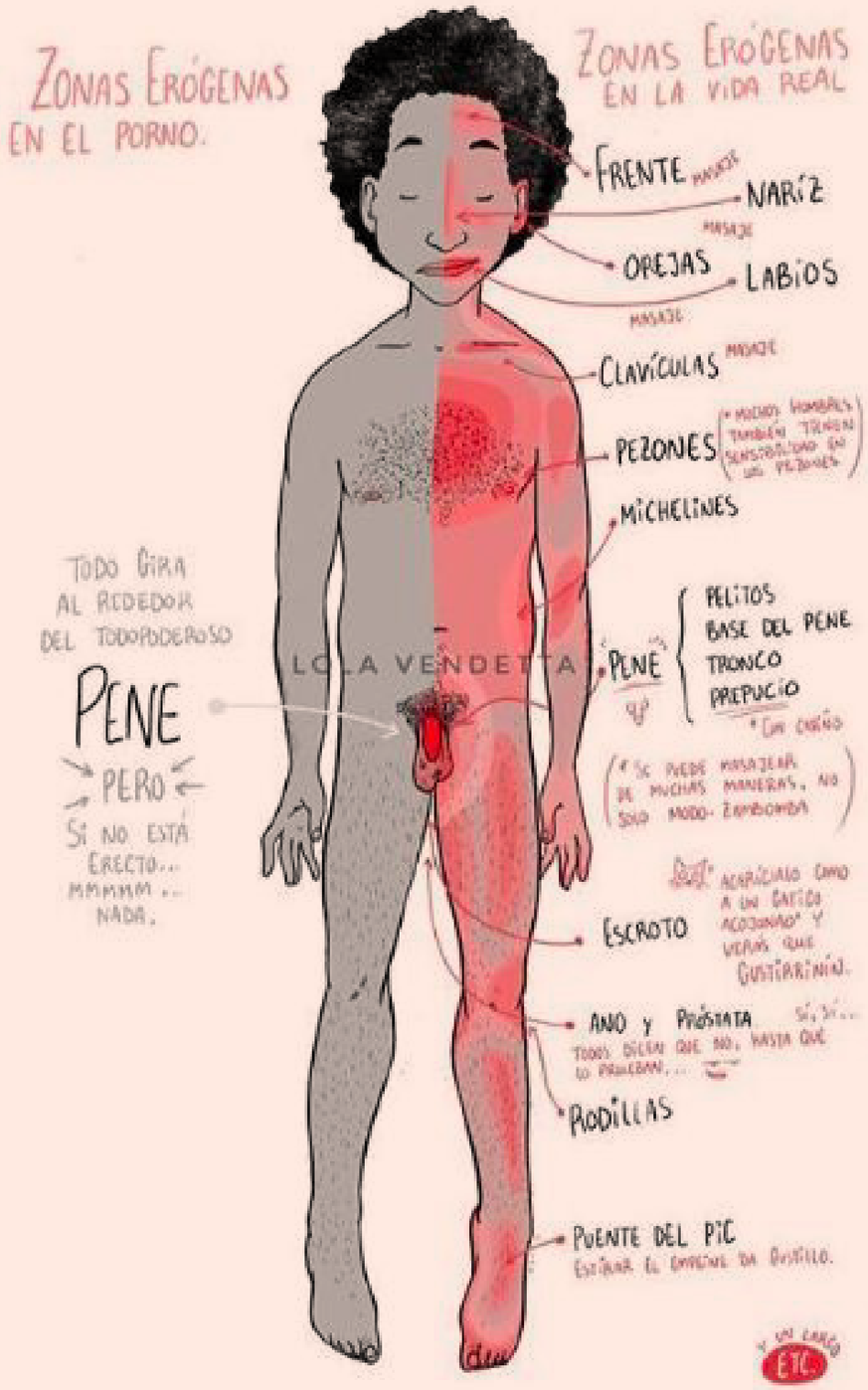
Para **Responder al DEBER (Cómo consecuencia de...)**
· Un juego de seducción
· Ya tocaba

Tantra

La práctica de la **presencia** durante el sexo.

Energía orgásmica


ZONAS ERÓGENAS EN EL PORNO.
ZONAS ERÓGENAS EN LA VIDA REAL
RAÍZ DEL PELO
BOCA
MUY ÚTIL PARA INTRODUCIR PENES SIN PREVIO AVISO
CUELLO Y HOMBROS
PECHOS Y ¡PEZONES!
PEZÓN
APRETAR.
"CODO POR DENTRO"
VIENTRE Y CINTURA
ACARÍCIA CON DISTINTAS INTENSIDADES DE TACTO.
LOLA VENDETTA
MUÑECA, MANOS Y DEDOS.
VAGINA
METE - SACA SIN PREVIO AVISO
COÑO
PELOS DEL COÑO
LABIOS EXTERNOS
LABIOS INTERNOS
CLÍTORIS
ORIFICIO DE LA VAGINA
CONDULTO VAGINAL
CÉRVIX
ANO
METE - SACA SIN PREVIO AVISO
NALGAS Y ANO
PIERNAS
PIES
DEDOS DE LOS PIES
Y UN LARGO ETC.


ZONAS ERÓGENAS EN EL PORNO.
ZONAS ERÓGENAS EN LA VIDA REAL
FRENTE
NARÍZ
MASAJE
OREJAS
LABIOS
MASAJE
CLAVÍCULAS
MASAJE
PEZONES
MICHELINES
TODO GIRA AL REDEDOR DEL TODOPODEROSO
PENE
PERO
SI NO ESTÁ ERECTO... MMMMM... NADA.
LOLA VENDETTA
PENE
PELITOS
BASE DEL PENE
TRONCO
PREPUCIO
ESCROTO
ANO Y PRÓSTATA
RODILLAS
PUENTE DEL PIC
Y UN LARGO ETC.

Lejos del abedecedario, somos un mar

Juego: Nombremos los beneficios de ser ORGÁSMICAS.

Beneficios de ser orgasmic@

- Es saludable
- Fortalece el sistema inmune
- Canaliza la energía
- Abre los chakras
- Estimula la energía creativa
- Fomenta la confianza en vos mism@
- Es bueno para el alma: Practica de amor propio
- Te llena de PLACER
- Es gratis

Sexo Fluido vs Sexo Mecánico

SEXO MECÁNICO	SEXO FLUIDO
Movimientos mecánicos	Movimientos fluidos
Concentración en la Pelvis	Concentración en todo el cuerpo
Necesidad de tensión corporal para llegar al orgasmo	Relajación de todo el cuerpo para que el orgasmo llegue sin tensión
Orgasmos de poca duración consecuentes de la “relajación después de la tensión”	Placer constante y pequeños orgasmos que se extienden hasta llegar a (multi) orgamo(s) sin tensión
Meta: El orgasmo	Meta: El placer
Posible sensación de vacío y desconexión luego del orgasmo	Posible sensación de completad y de amor profundo

Que el Sexo sea siempre,
parte de una **conversación.**

La Sexualidad, también es cíclica

Los lenguajes del amor

Los lenguajes del erotismo

“El mayor regalo que puedo dar es mi presencia, acaso como puedo amar si no estoy presente?”

savias

MUJERES PARA EL FUTURO

FORMACIÓN 2022

*Un millón de **gracias***