

Objev tajemství smyslnosti

Máš někdy pocit, že ti v životě něco chybí? Něco jemného, sladkého a hlubokého, co tě spojuje s tvým tělem? Dnes se spolu ponoříme do nádherného prostoru, kde ti ukážu, jak se otevřít své ženské smyslnosti a pozvat do svého života více radosti.

Připrav si kousek čokolády a dovol mi provést tě malou, ale lahodnou expedici potěšení. Chci, abys prožila své tělo, svou smyslnost, nikoliv skrze mysl, ale skutečně svým tělem.

Pamatuj, že ve tvém potěšení se skrývá hluboká moudrost a medicína, kterou máš vždy po ruce. Tohle je tvůj prostor, kde můžeš objevit svou vlastní ženskou magii. Dovol si zpomalit, nadechnout se, uvolnit hlavu a spojit se s tou nejvíce vzrušující částí sebe sama – se svým tělem.

01

Jaký pocit ti přichází, když se zamyslíš nad svou smyslností? Co tě spojuje s tvým tělem?

02

Kdy naposledy jsi si opravdu užila jednoduchý okamžik přítomnosti, třeba během jídla? Jaké to bylo?

03

Které situace tě odvádí od pocitu smyslnosti? Jak můžeš vytvořit více prostoru pro tyto prožitky ve svém každodenním životě?

04

Když jsi se svým partnerem, jak moc přemýšlíš o tom, jak vypadáš, a jak moc jsi ve svém těle a prožitku? Jak to ovlivňuje tvůj pocit potěšení?

05

Co pro tebe znamená pojem "být sexy"? Jak můžeš tento pocit integrovat do každodenního života, i když nejsi v intimitě s někým jiným?

06

Co ti brání prožívat více radosti a potěšení ve svém životě? Jaké kroky můžeš podniknout, abys tyto překážky překonala?

07

Jak by vypadal tvůj život, kdybys vědomě rozvíjela svou smyslnost a potěšení každý den?