

Tvůj průvodce

Co tě čeká

18. 10. | Otevření samostudia: Modul 1 – Nervový systém & „Good Girl“ program

Základní kámen pro pochopení, proč potěšení často necítíme. Porozumíš, jak funguje nervový systém, jak trauma ovlivňuje tělo i sexualitu. Podíváme se na program hodné holky – jak tě nutí potlačovat touhu, přizpůsobovat se a ztrácet autenticitu.

→ **Záměr: „Bezpečí otvírá potěšení.“**

29.10. | Zoom Rozkož naživo: Good girl to WildCat

Cesta od hodné holky, která se naučila zavděčovat, potlačovat své potřeby a touhy, k divoké, autentické ženě, která si dovoluje být sama sebou. Odhalíš hluboce zakořeněné vzorce, stud a přesvědčení, které tě drží v přizpůsobování a odpojují tě od tvé ženské síly, smyslnosti a potěšení. Otevřeš prostor pro svou pravdu, zdravé hranice a svobodu následovat vlastní touhy.

→ **Záměr: „Nemusím být hodná, abych byla milovaná.“**

1. 11. | Otevření samostudia: Modul 2 – Sexual Beliefs & Root Story

Odhalíš hluboké kořeny svých přesvědčení o lásce, těle a intimitě. Podíváš se na příběhy, které sis převzala z rodiny, školy, náboženství i kultury – a uvidíš, které tě posilují a které je čas propustit.

→ **Záměr: „Přepisuji svůj příběh o sexualitě.“**

12.11 Healing Sexual Boundaries (19:30 - 20:45)

Uzdravování hranic – okamžiky, kdy tělo řeklo ne, ale my jsme to ignorovaly. Otevřeme prostor pro jemné uvolnění studu a viny spojené se sexem „pro druhé“.

→ **Záměr: „Moje tělo ví, kdy je připravené.“**