



Exercícios dos Encontros da Maratona



1º Encontro

Mulher de Vênus

Perguntas farão você se conectar com a Mulher de Vênus, perguntas são as chaves que fazem com que as portas secretas da alma, psiquê, essência se escancarem.

1 - O que aconteceu com você ao longo do tempo?

2 - O que você precisa recuperar para manter sua essência e Ser Mulher de Vênus

Meu objetivo com a Maratona Sou de Vênus – qual é ...



2º Encontro

Os Mitos Femininos da nossa História

1 - Quais destes comportamentos, falas, ideias, experiências e percepções sobre a sexualidade ainda hoje são aceitos e tidos como verdadeiros na sociedade e que tem origem no pensamento antigo ou no medieval?

2 - Quais foram as palavras que mais te chamaram a atenção?

3 - Escreva algo que vc relaciona como essas palavras da tua história com a Sexualidade.



3º Encontro

A Intimidade Conjugal é uma forma de Comunicação

1 - O que a sexualidade significa para você?
E se vc tem relacionamento o que ela significa no seu relacionamento?

"O cerne do que a sexualidade significa para nós nos relacionamentos de parceria não é a satisfação de curto prazo, mas a realização emocional de longo prazo."

2 - Façam sexo e não olhem para os órgãos genitais, olhem para o rosto um do outro. Não se desprendam do olhar. Olhem um para o outro de maneira diferente e percebam o que irá acontecer ...

Os casais que ainda fazem sexo em parcerias de longo prazo são os que realmente mantêm contato. Eles não conversam apenas sobre trabalho, filhos, férias, esportes, eles conversam um com o outro.



4º Encontro

Hormônio do Amor

Assistir um dos filmes ou seriados recomendados abaixo:

Radioactive
Sexify
Doces Magnólias
Nossas noites
Chesapeake Shores
Virgin River



5º Encontro

A Busca pela Satisfação Íntima

Responda para você mesma

- Você está satisfeita com seu desejo e do seu parceiro?
- Você tem notado diminuição do seu desejo e do seu parceiro?



6º Encontro

Compatibilidade Íntima

Responda a si mesmo, com muita sinceridade

Qual a sua preferência sexual?



7º Encontro

Amor e Desejo

Como você pode criar incerteza na sua **RELAÇÃO**?

Como criar esse suave **DESEQUILIBRIO**?

**“A VERDADEIRA VIAGEM DE DESCOBERTA NÃO CONSISTE
EM PROCURAR PAISAGENS NOVAS,
MAS EM ENXERGAR COM OLHOS NOVOS”**

Proust



8º Encontro

Dicas para estimular a sua Experiência Íntima

Destaca qual tua principal zona erógena e
avalia se tens te permitido sentir prazer através dela.



9º Encontro

Os pilares de uma vida ÍNTIMA saudável

Refleta sobre os pilares de uma vida íntima saudável

FÍSICO
EMOCIONAL
RELACIONAMENTOS
TEMPO
TRABALHO
FINANÇAS
FÉ



10º Encontro

Inteligência Erótica

1. Suspende os julgamentos,
2. Confiar em si
3. Escutar a sua intuição
4. Seja gentil com você



Clique **AQUI** e
Inscriva-se no curso

Acesse aqui a Playlist
do evento Sou de Vênus