

## Jade Ei Dag in Bussum: Basisworkshop voor vrouwen 26 november 2017

Vanuit de Tao Tantra staan je vrouwelijke organen in direct contact met al je organen. Het Jade ei opent onze vrouwelijke kwaliteiten en vergroot de vrouwelijke en creatieve seksuele energiestroom. Het gebruik van het Jade ei helpt je te aarden, naar binnen te gaan, jezelf te schonen en van binnenuit jezelf te vervullen. De energie die vrijkomt in contact met de vrouwelijke seksuele energiestroom en organen brengen gezondheid, geven authentieke vreugde, levenslust en echte schoonheid.

### Wat is een Jade ei?

Het is een mineraalei, ongeveer zo groot als een kippenei met een koordje erdoorheen. Het is een hulpmiddel om meer contact te maken met de onderbuik, met name de baarmoeder en de vagina. Het stamt zowel uit de tantrische als de taoïstische traditie.

De positieve effecten zijn:

- Versteving van de bekkenbodem en specifieke vaginaspiers
- Vergroting van het vrouwelijk basisvertrouwen
- Voorkoming van energieverlies
- Vermindering van vrouwenklachten zoals incontinentie, orgaanverzakking, menstratieklachten
- Vermindering van gevoelloosheid, droogte en pijnklachten
- Reiniging en bescherming van de baarmoeder
- Oplossen van lichaamsgeheugen in en rondom de vagina
- Bevordering van de vreugde en levenslust in de vrouwelijke organen
- Verhoging van de vrouwelijke seksuele energiestroom

### Wat gaan we doen?

Er wordt gewerkt met oefeningen uit Taoïsme, die je helpen jezelf te centeren en je energie te verankeren. Voor vrouwen van alle leeftijden en elke geartheid. Je wordt ingewijd in het op de juiste manier dragen en gebruiken van het Jade ei. Je oefent dit veilig onder een dekentje via klank en visualisaties. Je leert enkele basisprincipes uit de Tao Tantra. Ook werken we met Sharing Circles en oefeningen met de Micro-Cosmic Orbit ademhaling en ervaren we de kracht van Sisterhood.

### Algemene informatie

Data: Zondag 26 november 2017 van 10.00 tot 16.00 uur  
Locatie: Samudita, Eksterlaan 2, 1403 BD Bussum  
Begeleiding: Floor Slagter ([www.denaaktewaarheid.nu](http://www.denaaktewaarheid.nu)) en Barbara Handke ([www.samudita.com](http://www.samudita.com))  
Kosten: € 72,50 per dag, aanschaf Jade ei € 35,-  
Aanmelden: [barbara@samudita.com](mailto:barbara@samudita.com),  
Afmelden: Je kunt je tot 19 november 2017 kosteloos afmelden.

Maximaal 9 deelnemers, de dag gaat door bij minimaal 6 deelnemers. Er is een potluck lunch, dus iedereen neemt iets lekkers mee dat we delen.



DE NAAKTE WAARHEID

yoga, mindfulness, meditatie, coaching en advies

samudita  
Eksterlaan 2  
1403 BD Bussum

+31 (0)35 69 81 273  
+31 (0)6 10 03 10 93  
[barbara@samudita.com](mailto:barbara@samudita.com)  
[www.samudita.com](http://www.samudita.com)



s  
a  
m  
u  
d  
i  
t  
a