

Lucia  
Tantra

# RETIRO DE TANTRA

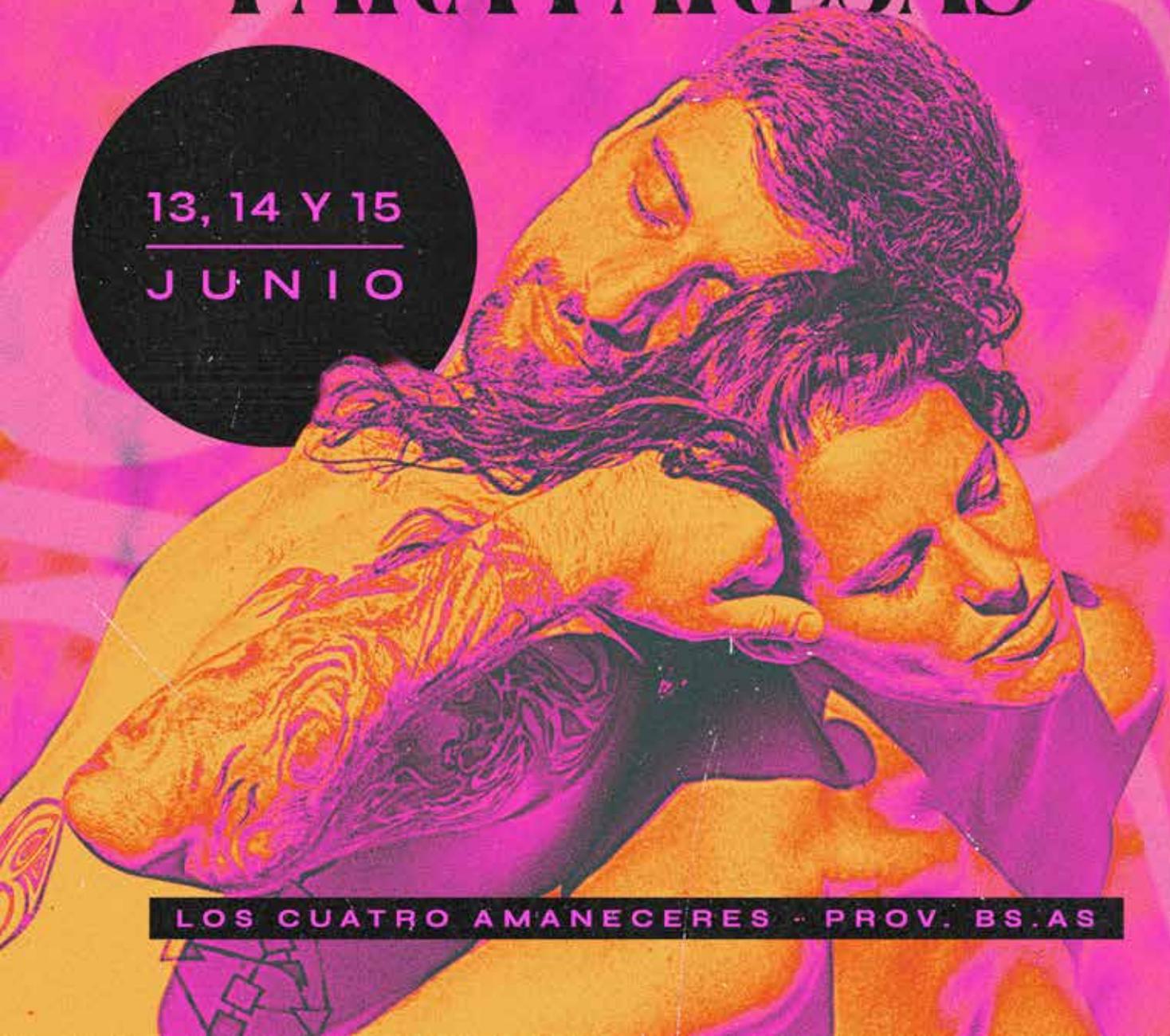
ENCONTRARNOS DE CORAZÓN A CORAZÓN

# PARA PAREJAS

13, 14 Y 15

JUNIO

LOS CUATRO AMANECERES - PROV. BS.AS



# ¿EN QUÉ CONSISTE?

Este retiro propone un espacio íntimo y cuidado para parejas que desean profundizar su vínculo desde una mirada tántrica y amorosa. Es una invitación a regalarse un tiempo de calidad, a salir de la rutina y entrar en un ritmo nuevo: más creativo, más vivo, más auténtico. Un tiempo para redescubrirse, animarse a lo desconocido y abrir nuevos caminos en la relación.

Vamos a explorar herramientas para enriquecer la intimidad, mejorar la comunicación, abrimos a la vulnerabilidad y aprender a sacralizar el encuentro con el otro y con uno mismo. A través de prácticas tántricas sencillas y profundas, vamos a reconectar con el cuerpo, con el corazón y con la presencia en el encuentro.

Vamos a acercarnos al fuego del deseo, no como algo explosivo o fugaz, sino como una llama que nutre, que se sostiene y nos devuelve a la vida. Un deseo que nace de la conexión profunda, de la libertad de ser quien somos en disfrute. Que enciende la vitalidad, la creatividad, la pasión.

**ES UN ESPACIO PARA VOLVER A MIRARSE, A TOCARSE  
CON CONCIENCIA CON LO QUE HAY, A ELEGIR EL VÍNCULO  
DESDE LA LIBERTAD Y EL DESEO DE CRECER JUNTXS.**





## ¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

Este retiro está abierto a todo tipo de vínculos: no importa si son pareja formal, si llevan años compartiendo la vida o si están explorando una conexión reciente. Pueden ser pareja heterosexual, queer, sexoafectiva, vínculo abierto, compañerxs de camino o simplemente dos personas que desean profundizar en la intimidad compartida. Lo esencial es que lleguen con ganas de abrirse, de explorar, de crear nuevos lazos desde un lugar más auténtico y amoroso.

No se necesita experiencia previa en Tantra ni un “estado ideal” de la relación. Lo único que se requiere es disposición a entregarse con respeto, sensibilidad, escucha y apertura emocional.

Este retiro es para quienes desean nutrir el vínculo, mover energías que quedaron dormidas, acercarse si hay distancia, o incluso mirar con nuevos ojos lo que ya está vivo y floreciendo. Es para quienes tienen curiosidad, para quienes desean espiritualizar sus vínculos, transformar la manera en que se encuentran, y sumergirse en lo desconocido con valentía y deseo.

**ES UN ESPACIO PARA PAREJAS QUE INTUYEN  
QUE HAY OTRA FORMA DE HABITAR EL AMOR,  
Y QUIEREN DESCUBRIRLA JUNTAS.**





## ¿CÓMO SERÁ LA DINÁMICA?

La propuesta será progresiva y acompañada, respetando los ritmos de cada pareja y del grupo en general. Vamos a ir entrando de a poco en las prácticas, generando un campo de confianza y sostén para que cada paso pueda darse con confianza y entrega.

Habrà momentos de respiración, movimiento, visualizaciones, tacto consciente, comunicación profunda y rituales amorosos. También habrá pausas, tiempos de descanso, silencio y contemplación.

Estaremos atentxs a lo que el grupo necesite en cada momento, permitiéndonos adaptar el camino si así lo requiere la energía compartida. La apertura será tan importante como el cierre, y ambos estarán cuidados con conciencia.





# LO ÍNTIMO, LO COMPARTIDO Y EL CONSENTIMIENTO

Durante el retiro no se trabajará con prácticas genitales ni habrá exploraciones sexuales explícitas en los espacios compartidos. Todas las propuestas estarán orientadas al despertar sensorial, emocional, energético y amoroso del vínculo, pero sin involucrar genitalidad.

Si alguna pareja desea compartir un momento íntimo o erótico, podrá hacerlo en la privacidad de su habitación, en sus propios tiempos y espacios.

Sostenemos un marco de respeto, contención y cuidado grupal para que todxs puedan entregarse al proceso con tranquilidad y confianza.





# NUESTRA MORADA TÁNTRICA

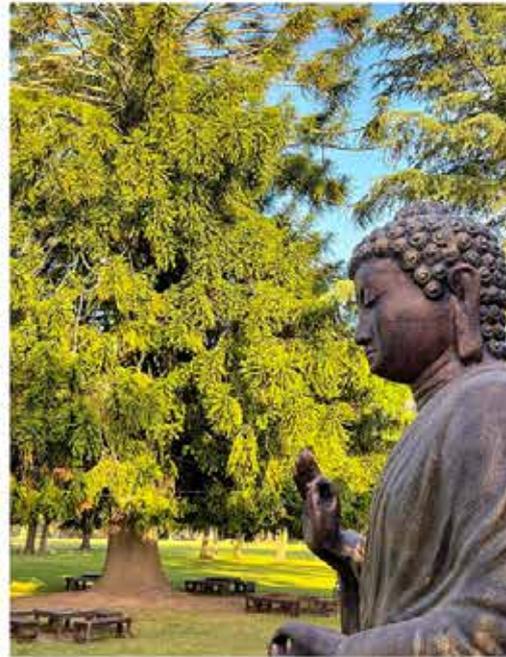
El retiro se realizará en **Los Cuatro Amaneceres**, un espacio en medio de la naturaleza, diseñado para el descanso, la conexión y la expansión amorosa.

Nos espera un salón amplio con piso de madera, ideal para moverse con libertad y entregarse a las prácticas desde el cuerpo. Las habitaciones son luminosas, cómodas, con baño privado, y todo el entorno invita al silencio interior, a la calma y al encuentro.

Cada rincón está cuidado con detalles simples y amorosos, que hacen del lugar un refugio íntimo, bello y contenido. El verde que rodea el espacio, el aire fresco, la calidez de la casa... todo está dispuesto para que podamos entregarnos a esta experiencia desde el placer de estar bien.

**ESTE SERÁ NUESTRO REFUGIO POR UN FIN DE SEMANA. UN LUGAR DONDE AFLOJAR LAS DEFENSAS, ACERCARSE, Y SIMPLEMENTE SER.**





# QUÉ TRAER

- Ropa cómoda, con la que se sientan bellxs, preferentemente en capas, ya que puede haber cambios de temperatura a lo largo del día.
- Un pareo para cubrirse el cuerpo (sobre la ropa interior o sobre la piel desnuda).
- Una mantita personal para los momentos de descanso o introspección.
- Dos almohadas y un juego de sábanas dobles que se puedan manchar con aceite.
- Elementos personales de cuidado e higiene: shampoo, jabón, crema, cepillo de dientes, toalla femenina si corresponde, etc.
- Libreta o bitácora, si desean registrar lo vivido.
- Botella de agua (preferentemente no de vidrio).
- Objetos para crear un pequeño altar de pareja: una tela, una vela, algún símbolo del vínculo. (Evitar sahumerios, para no saturar el espacio con aromas.)
- Aceite esencial personal, si les gusta algún aroma en particular.
- Ropa interior o prendas con las que se sientan sensuales y cómodxs.  
(La desnudez nunca será obligatoria. Cada propuesta será acompañada con cuidado y respeto por los límites personales.)

## IMPORTANTE:

El espacio provee sábanas y toallas en cada habitación, por lo que no es necesario traerlas.

---

# ALIMENTACIÓN

Todas las comidas están incluidas salvo la cena del viernes. Serán caseras con opción con carne o vegetarianas, livianas y nutritivas. También ofrecemos opción vegana o para celíacos si lo necesitan.

**En caso de restricciones alimentarias o alergias, es muy importante que nos lo comuniquen con anticipación.**





## ESPACIO CUIDADO

Este es un espacio de respeto, consentimiento y libertad. Nadie será empujadx a nada que no desee, y todas las prácticas estarán guiadas con presencia amorosa y contención.

Además de Lucía, quien facilitará el proceso, habrá una persona asistente disponible para acompañar, contener o conversar si en algún momento lo necesitan.

**“EL ÉXTASIS TÁNTRICO NO SE BUSCA,  
SE CULTIVA. ES EL ARTE DE ESTAR  
PLENAMENTE VIVO, PRESENTE Y  
MOROSO CON LO QUE ES.”**

**MARGO ANAND**



# TRASLADOS

- El retiro se realiza en la zona de Tomás Jofré, a aproximadamente una hora y media de viaje desde CABA.
  - Los traslados no están incluidos, por lo que cada pareja deberá organizar su llegada.
  - Para quienes no tengan auto, pueden avisarme y los ayudo a coordinar con otrxs participantes para venir en grupo y compartir el viaje.
  - Una vez realizada la reserva, les voy a enviar la dirección exacta y todas las indicaciones necesarias para llegar sin problemas.
- 

# ACUERDOS DE CONVIVENCIA

Este retiro es un espacio de cuidado, amorosidad y respeto. Para preservar ese clima, es importante que todxs nos comprometamos con ciertas pautas básicas: No está permitido consumir alcohol, marihuana, hongos ni ninguna otra sustancia psicoactiva durante el retiro.

Toda práctica corporal estará atravesada por el consentimiento. Quien no respete los límites propios o ajenos deberá retirarse del encuentro, sin excepción.

La única cámara habilitada para tomar fotos o grabar será la que utilice el equipo de facilitación.

Se sugiere mantener los celulares en modo avión o apagados durante el retiro, para favorecer una presencia plena (opcional y personal).

Si estás atravesando algún proceso de salud física o emocional significativo, es importante que nos lo comuniques previamente.





## UN ENCUENTRO PREVIO PARA CONOCERNOS

Antes de confirmar tu participación, vamos a tener una entrevista breve online entre los tres, para conocernos, contarte un poco más sobre la propuesta, despejar dudas y chequear si este espacio es adecuado para el momento que están atravesando.

Esta conversación también nos ayuda a cuidar el clima grupal y a que cada pareja llegue al retiro con más confianza y claridad.

La entrevista tiene una duración de 30 minutos y un valor de 25.000 pesos.





# SOBRE REGISTROS Y CONSENTIMIENTO

Durante el retiro vamos a contar con un registro audiovisual cuidado, sensible y consciente. Algunas imágenes podrán compartirse en redes sociales para transmitir la esencia del encuentro, pero nunca se publicarán escenas con desnudez ni momentos de intimidad explícita.

Desde nuestra experiencia, los registros visuales pueden ser herramientas muy poderosas: permiten verse desde afuera, conservar la memoria de momentos íntimos y amorosos, y pueden transformarse en recuerdos que nutran el vínculo. Cada pareja podrá elegir si desea o no aparecer en fotos o videos. Esto lo definiremos con una encuesta previa y también será parte de la entrevista inicial, donde conversaremos sobre los límites y deseos de cada uno.

El consentimiento y el respeto son pilares fundamentales de esta propuesta.



# VALORES Y MODOS DE PAGO

## VALORES POR PAREJA

Hasta el 5 de junio

**USD 400**

Del 6 al 14 de junio

**USD 460**

### A TENER EN CUENTA:

- Se realiza una reserva del 50%, la misma se abona por transferencia bancaria. El 50% restante se abona en efectivo al llegar al retiro.
- Los valores incluyen todas las actividades y todas las comidas del retiro.
- No incluye traslados.
- La entrevista previa tiene un valor de \$25.000 pesos argentinos y se abona de manera independiente, por fuera del valor del retiro.
- La reserva no es reembolsable bajo ninguna circunstancia
- Cuanto antes reserves, más accesible será el valor final.
- Las habitaciones son dobles, privadas, con baño privado. Todas tienen la misma calidad y serán asignadas al llegar, en orden de llegada.

### FORMAS DE PAGO

- Quienes deseen abonar en pesos argentinos, se tomará como referencia el dólar blue de venta del día del pago.
- Para personas que viven en el exterior, el pago se realiza a través de Western Union. (El costo del envío corre por cuenta del participante.)



# RETROGRAMA

## VIERNES 13 DE JUNIO · LLEGADA AL TEMPLO

---

- 14:00 A 21:00 HS **LLEGADA Y ACOMODAMIENTO**  
(Se puede llegar en ese rango horario. La cena no está incluida)
- DÍA LIBRE** Para instalarse, descansar, entrar suave al espacio

## SÁBADO 14 DE JUNIO · DÍA DE APERTURA Y EXPLORACIÓN DEL CONTACTO

---

- 09:00HS **DESAYUNO NUTRITIVO**
- 10:00HS **CÍRCULO DE BIENVENIDA**  
Abrirnos al espacio, la palabra y la intención compartida
- 11:30HS **HABITANDO EL CUERPO SAGRADO**  
Llegar al cuerpo de forma sensible y lúdica: movimiento, respiración y presencia. Con mi cuerpo, con mi pareja, con el grupo
- 13:30HS **ALMUERZO COMPARTIDO**
- 14:00 A 16:00HS **DESCANSO E INTEGRACIÓN**
- 16:00 A 20:00HS **MEDITACIÓN DE CORAZÓN A CORAZÓN**  
Presencia sostenida, mirada profunda, respiración compartida. Un espacio para conectar desde lo esencial con mi pareja
- RECORRIDO SENSITIVO**  
Un viaje de tacto consciente y activación sutil. Posibilidad de aprender recursos de masaje tántrico
- 20:00HS **CENA CONSCIENTE**
- 22:00HS **RITUAL ERÓTICO**  
Exploración íntima de la energía sexual en un espacio cuidado y ceremonial
- 00:00HS **FOGÓN RITUAL**  
Cantos, fuego y presencia compartida

## DOMINGO 15 DE JUNIO · DÍA DE INTEGRACIÓN Y CIERRE

---

- 09:00HS **DESAYUNO COMPARTIDO**
- 10:00HS **RAÍCES EN EL CUERPO**  
Práctica de anclaje, respiración y movimiento para integrar
- 12:00HS **ALMUERZO**
- 13:00HS **CÍRCULO DE PALABRA Y CIERRE GRUPAL**  
Compartimos lo vivido y honramos lo transitado
- 17:00HS **MERIENDA**
- 19:00HS **RETIRO DEL ESPACIO**

ՀԱՅԿԱ  
ԴԱՆԴՅԱ