

16&17
MARS



TANTRA:
IMAGE DE SOI,
IMAGE DE L'AUTRE.

Samedi 16
et
Dimanche 17 Mars 2024

Un weekend entier pour explorer notre rapport au corps, à notre image, à celle des autres... Ce que nous voulons faire voir, ce qui est vu, ce que nous laissons voir... Nous vous proposerons des outils de réconciliation et d'explorations de votre image, du regard de l'autre, du regard sur l'autre dans un cadre bienveillant et sécurisé.

Places limitées et inscription obligatoire:
Ouestantra@gmail.com

À QUOI VOUS ATTENDRE?

Durant ces deux jours nous vous proposerons des exercices et des rituels pour explorer votre rapport à l'image, au corps, à l'autre...

Nous utiliserons pour cela les outils du Tantra (L'art de la relation) et du théâtre.

Les structures de travail que nous vous proposons sont toujours ouvertes, libres et consenties... Chacun fait ce qui est possible, dans la douceur et la bienveillance... Ceux qui ont expérimenté une soirée avec nous, ou un autre de nos stages savent que le consentement et le respect de chacun est au cœur de notre pratique.

Nous utilisons les outils du Tantra : Pour nous le Tantra, c'est l'art de la relation, la capacité à se mettre en contact avec l'autre, cela passe par le réveil de l'énergie vitale, proche de l'énergie sexuelle. Le Tantra est avant tout un chemin de développement spirituel et philosophique qui vise à éveiller et à intégrer tous les aspects de l'être humain, y compris le corps, l'esprit et les émotions... Il ne comporte aucune pratique sexuelle...

Nous vous proposerons donc des exercices basés sur la danse, (danse contact, danse spontanée...), le théâtre vivant, les respirations énergétiques, les méditations actives ou statiques, le toucher... Mais aussi des temps de parole, pour accueillir ce qui se passe en chacun de nous...

Faites vous confiance, faites nous confiance ! Sachez que tout ce qui est proposé est un chemin d'expérimentation où, à chaque instant, vous êtes libre de vous engager ou pas...

DU SAMEDI 16 MARS À 10H AU DIMANCHE 17 MARS À 17H À NÉRÉ (ENV 1H DE LA ROCHELLE, D'ANGOULÈME ET DE NIORT ET COVOITURAGE POSSIBLE).

PARTICIPATION AUX FRAIS (SALLE HÉBERGEMENT, ANIMATION) 160€ (80€/JOUR)

REPAS SUR LE PRINCIPE DE L'AUBERGE ESPAGNOLE.

Animation:

Valérie Verduzier : 06 62 41 66 68.

clairenvie.com/

Christophe Chayé: 06 81 90 97 46

larochellebienetre.fr/ psycho17.fr

Places limitées, réservation obligatoire par téléphone.

ouesttantra@gmail.com