



stages tantra la Voie des Hommes

T1

stage tantra hommes 1

**Le toucher en conscience, à la rencontre de soi,
de son corps, de ses ressentis**

Par la pratique des enseignements tantriques et taoïstes :

- le yoga
- le massage
- les techniques de respiration (pranayama)
- les méditations actives d'Osho
- les processus de circulation énergétique

Et la mise en place de structures de développement personnel, cette première session est une initiation et une découverte du massage tantrique, en expérimentant les différents touchers, la pleine conscience et les rituels tantriques.

Une invitation à aller à la rencontre de toi-même et de ton être intérieur, en découvrant tes qualités, en apprenant à t'aimer et à assumer pleinement qui tu es, développant ainsi confiance en soi et estime de soi. Il sera l'occasion aussi de te laisser porter et de laisser s'épanouir en toi ton sentiment d'appartenance aux groupes pour plus de compassion et de fraternité.

Les objectifs du stage

- protocole massage : les trois touchers tantriques, nettoyage et stimulation énergétique
- se (re)connecter à ton corps et tes ressentis corporels par la pratique du toucher en conscience
- initiation et première approche de la circulation énergétique
- te (re)connecter à ton être intérieur, écouter tes besoins, les affirmer, découvrir et dépasser tes limites, notion de consentement, cultiver une bonne estime de soi et développer la confiance en soi
- découvrir et expérimenter la pleine conscience, la pleine présence, mindfulness
- être à l'écoute de soi et des autres, communiquer avec respect et bienveillance

Les bénéfices du stage tantra hommes 1

Le tantra

Le mot tantra vient du sanscrit « tanoti » qui signifie « développement » et « trayati »- libération. Le tantra est une voie de développement personnel qui permet de se libérer des croyances et conditionnements qui t'empêchent d'être toi-même. Ces libérations amènent à des prises de conscience qui reconnectent progressivement à toi-même, développant ainsi la confiance en soi et l'estime de soi. Tu deviens témoin de ton propre changement et acteur de ta vie (expansion de conscience).

Se sentir en vie, se respecter

Ce stage est une occasion unique de te reconnecter à ton être intérieur. Aller à ta rencontre, t'ouvrir les bras pour mieux t'accueillir, te voir tel que tu es. Aimer et respecter ton corps sans critique, ni jugement. Oser vivre tes émotions, les ressentir et apprendre à les accueillir. C'est aussi l'occasion d'accueillir l'autre dans sa différence et de lui ouvrir ton cœur sans préjugés. Prendre part au mouvement de la vie.

Te (re)connecter à ton corps

Le tantra t'invite à te (re) connecter à ton corps et à tes ressentis par la pratique du massage tantrique. Durant ce stage, tu découvriras les bases du massage tantrique : les 3 touchers, le nettoyage et la stimulation énergétique. Une occasion unique de rencontrer l'homme dans la sensualité, une reconnexion entre frères par le toucher sans aucune ambiguïté ou connotation sexuelle, pour une meilleure relation à soi-même et aux autres.

La circulation énergétique

Le tantra intègre la pratique de technique de respiration consciente, une des clefs essentielles pour faire circuler l'énergie sexuelle en soi et la transmuter en énergie de vie.

Être en conscience

Le tantra invite à la pleine conscience. Sentir et goûter la pleine présence à soi et aux autres, par la pratique de la méditation, du yoga et du massage tantrique.

Un lien fraternel

Le tantra entre hommes est une occasion unique de rencontrer d'autres hommes qui comme toi sont en chemin vers plus de paix, de partager tes expériences de vie et de te sentir en lien dans une fraternité solidaire. Il permet de laisser s'épanouir en toi ton sentiment d'appartenance au groupe pour plus de compassion et de fraternité.



Ils témoignent

« D'une puissance insoupçonnée, Ce voyage fut grandiose ! Par le Respect profond ressenti, par la haute qualité des Présences, par la générosité et accueil soigneux de Dany et son co-animateur. Plein de pépites précieuses qui améliorent la Vie !!! Merci de coeur tantrique! »

Adria

« Expérience unique lors de mon stage tantra, merci à Dany et son co-animateur, qui, de part leur bienveillance, nous guident dans cette voie spirituelle, ce fut un pur bonheur... et l'apprentissage des massages a été unemagnifique découverte. Cela fait extrêmement de bien cette parenthèse de trois jours... Les participants du stage me manquent déjà beaucoup. Encore bravo et merci de nous faire découvrir cet univers... Osez cette superbe expérience, vous ne le regretterez pas !! »

Nicolas

« J'ai participé au stage tantra et je suis juste Heureux. Vraiment heureux d'y avoir participé, d'avoir découvert l'esprit du Tantra, de façon très progressive, d'avoir rencontré d'autres hommes aussi différents les uns des autres mais avec qui la magie a opéré, la magie de se rencontrer, de se retrouver, de partager ces moments intenses et exceptionnels. Ce stage m'a permis de me reconnecter à moi-même, de me dévoiler et de découvrir une partie de moi-même. Merci Dany pour avoir animé avec autant d'écoute ce stage, de nous avoir guidé sur le chemin du Tantra Vraiment magique ! l'envie d'entretenir ce lien si nourrissant entre nous. Merci pour tous ces moments de joies, de rires, de confiance, de bonheurs, d'émotions et d'amour... UN GRAND MERCI !!!! »

Loic

« Stage, devrais-je plutôt dire, voyage « à la découverte de l'enfant intérieur ». J'ai à cœur d'observer l'adage qui dit que : l'on ne peut emmener les personnes que l'on accompagne plus loin que ce que l'on a déjà éprouvé soi même. Et bien, Dany et son co-animateur, vous m'avez emmener avec vous, dans ce doux voyage suspendu hors du temps. Merci d'avoir mis en oeuvre ce fil rouge qui m'a permis de regarder ce petit Niko que j'ai été, de jouer avec lui à nouveau, de le serrer dans mes bras, de le prendre par la main et avec l'homme adulte que je suis maintenant, l'emmener vers notre destinée avec toutes ces belles choses encore à vivre ensemble. Le petit Nicolas a pu se faire des copains, et les adultes que nous sommes se sont regardés, compris, serrer dans les bras, aimer de cette amour inconditionnel et universel. De magnifiques rencontres d'être à être, juste en nous, sans convention ni faux semblant, de véritables pierres précieuses que je garde contre mon coeur. Merci. »

Nicolas

« Superbe week-end passé en compagnie d'un groupe de 14 hommes qui dès le premier soir a trouvé une belle cohésion, richesse dans la diversité de chacun, beaucoup de bienveillance et d'amour aussi, le temps est devenu élastique, plus aucune notion de l'heure ! Plusieurs façons d'aborder la méditation et une approche du massage tantra tellement accessible... Avec, cerise sur le gâteau, un lieu magnifique ! »

Michel

*Le tantra
ne se raconte pas,
il se vit...*

Informations générales

Lieu et durée du stage

Le stage se déroule sur 4 jours.

L'arrivée sur le site se fait le premier jour entre 17h et 18h.

La fin du week-end est prévue entre 18h et 18h30.

Hébergement

Je m'occupe de la réservation des chambres.

Tu seras hébergé en chambre partagée avec des lits simples. Pour la répartition des chambres, je ferai au mieux dans l'ordre d'arrivée des participants au gîte.

Merci de m'indiquer si tu souhaites réserver une ou deux nuits supplémentaires, la veille et/ou le dimanche soir.

Repas

La cuisine sera préparée sur place pour notre plus grand bonheur à tous. Les repas seront végétariens. Merci de nous prévenir d'un régime alimentaire spécial et/ou allergies (cf fiche d'inscription).

Stage en pension complète : 3 repas (petit-déjeuner, déjeuner et dîner)

Arrhes et règlement

Le tarif pour les 4 jours de stage est de 680 €, incluant l'animation, l'hébergement, les repas et l'accès aux installations.

Pour réserver ta place, merci de :

- compléter la fiche d'inscription,
- joindre un chèque de réservation d'un montant de 250 €, correspondant à l'hébergement et aux repas, à l'ordre de Dany Cochois, 3 rue Montjoie, 31500 Toulouse,
- signer et retourner l'acceptation du cadre (2 pages).

Acompte et modalités du chèque de réservation :

Le chèque de réservation constitue un acompte, garantissant ton inscription au stage. Ce chèque ne sera pas encaissé, sauf en cas de désistement

dans les 30 jours précédant le début du stage.

Dans le cas contraire, le chèque te sera restitué au début du stage, en échange du paiement intégral du stage en espèces ou par chèque.

Possibilité d'échelonner le paiement du stage sur 3 mois.

Je comprends que des imprévus peuvent survenir, mais afin de garantir la sérénité et l'engagement de chacun dans le stage, aucun remboursement, partiel ou total, ne pourra être effectué une fois le stage commencé.

Annulation :

L'inscription à ce stage suppose un engagement plein et entier du participant pour parvenir sur le lieu du stage et participer au stage.

Il est important de comprendre qu'une annulation a des conséquences significatives sur l'organisation du stage. Chaque stage demande une préparation en amont sur plusieurs mois (recherche de lieu d'accueil, achat du matériel, envoi de mail, com et publication, recherche de parité...) ainsi :

- Pour une annulation de la part d'un participant à moins de 1 mois avant la date du stage, les arrhes seront encaissées et ne pourront être remboursées.
- pour une annulation de la part de l'organisateur, au cas où le nombre minimal de participants n'est pas suffisant pour la dynamique de groupe, les arrhes seront totalement remboursées au participant. De nouvelles dates seront proposées au participant et les arrhes pourront être conservées pour ces dates.

Covoiturage et matériel pour le stage

Un mois avant le début du stage, tu recevras un mail d'informations pratiques dans lequel te sera communiqué la liste du matériel à apporter pour le stage et la liste des participants afin que tu puisses t'organiser pour un éventuel covoiturage.

Je n'interviens pas dans l'organisation de ce dernier.

Responsabilité et engagement

Toute inscription implique le participant au respect du cadre des stages La Voie des Hommes qui doit être signé et daté pour validation.

- Pour la validation de son inscription, le participant s'engage à renvoyer la fiche inscription complétée, accompagnée du chèque d'arrhes ainsi que des pages « cadre et engagement » signées.
- Durant le stage, l'équipe d'animation ne peut être tenue pour responsable d'aucun dommage ou perte d'objets et effets personnels apportés par les participants.
- Chaque participant s'assure qu'il possède une assurance Responsabilité Civile personnelle pour participer au stage.
- Chaque participant s'engage à ne pas participer au stage en cas de test positif au COVID19.
- Aucune des structures proposées n'est obligatoire. Tout participant est libre de participer au non aux activités proposées.
- Pour une meilleure qualité d'échange et de proximité, le nombre de place est limité à 14 participants. Les inscriptions sont validées à réception du chèque et sous réserve des places restantes.

Confidentialité

- L'équipe d'animation s'engage à garder confidentielles toutes les informations transmises par les participants sur la fiche d'inscription et lors du stage.
- Les participants s'engagent à garder confidentiels les informations et documents auxquels ils auront accès pendant et après le stage (nom/prénom des participants, structures, musique, fichiers PDF...).
- Aucune photo ne sera prise durant le stage excepté une photo de groupe à destination des participants.

Clause d'accès à la communauté « La Voie des Hommes »

L'accès à la communauté « La Voie des Hommes » est une invitation à prolonger l'expérience et à partager le Tantra avec d'autres hommes ayant suivi le stage. Pour en bénéficier, il est nécessaire d'avoir suivi le stage Tantra 1 dans son intégralité.

Les participants qui quittent le stage avant sa fin ne pourront donc pas rejoindre la communauté, afin de préserver la cohérence et l'énergie du groupe.

Alcool et drogues

Afin de profiter pleinement de ce stage tantra hommes, il te sera demandé de ne pas consommer d'alcool, de drogues ou autres substances modifiant le comportement 24 heures avant le début du séjour, à l'exception des médicaments prescrits par ton médecin si tu as un traitement à suivre.

Un mois avant le début du stage, je t'envoierai la feuille de route pour te rendre sur le lieu du stage ainsi que la liste du matériel à apporter, et les adresses email des participants pour organiser un éventuel covoiturage

Afin de mieux te connaître et afin de nous assurer que tes attentes et nos propositions correspondent, je te propose 1 entretien téléphonique (obligatoire) avant la première inscription.

Si tu as des questions supplémentaires, tu peux me contacter **par téléphone au 06 58 21 59 10** ou par email à **contact@omtantra.fr**



Fiche d'inscription stage tantra homme 1



Merci d'imprimer la fiche d'inscription, de la compléter et de la renvoyer accompagnée du chèque de réservation.

Entretien téléphonique nécessaire avant votre inscription avec Dany : 06 58 21 59 10

prénom, nom

email

tél. mobile

profession

date de naissance

adresse

CP

ville, pays

personne à contacter en cas de besoin

dates du stage

Merci de partager ce que vous souhaiteriez trouver lors de ce premier stage tantra hommes

Merci de partager tes expériences en tantra et en développement personnel :

Merci de signaler ici ce qui peut être important pour les animateurs (thérapie, handicap, problème de santé, traitement médicamenteux, addiction, allergie, etc)

Le cadre des stages tantra hommes

À compléter et à me renvoyer signé, accompagné de la fiche inscription et du chèque d'arrhes. Afin de garantir la sécurité de chacun et de permettre l'ouverture à la confiance nécessaire à l'évolution de l'Humain, toutes nos propositions se vivent dans un cadre rigoureux, auquel chaque participant s'engage dès le début.

Ce cadre se compose de 4 règles de base :

1. Respect de soi, de l'autre et de l'esprit des consignes

Il est demandé de faire de ton mieux pour t'écouter et entendre ce qui est juste pour toi à chaque moment, et de ne jamais aller au-delà de ton consentement éclairé. Il est important que tu prennes soin de toi-même, que tu connaisses tes propres limites et que tu sois capable de refuser de participer à une activité. L'autre a ses propres limites et il s'agit d'entendre son « non » (dès que ce n'est pas un oui clair, c'est un non), ce qui est juste pour lui... et de ne pas aller au delà.

Respecter l'esprit des consignes, cela signifie qu'il n'y a rien à gagner à faire pour faire comme les autres : l'important est d'être présent, de sentir comment la proposition résonne en soi et d'ajuster

une consigne si cela est nécessaire pour toi ou ton partenaire.

Il est également important de parler au « je », en évitant le « on », le « nous », le « tu » : il s'agit d'un cheminement personnel.

Également, merci de prévenir l'équipe d'animation si tu devais t'absenter, sortir de l'espace de pratiques en-dehors des pauses (pour prendre l'air ou pour toute autre raison : l'équipe d'animation ont besoin de savoir où et comment vous êtes, pour vous accompagner au mieux).

D'autre part, à quoi bon venir en stage si c'est pour continuer à faire comme d'habitude ?

2. Confidentialité des noms et des structures

Règle en 2 volets :

- On ne parle pas des personnes présentes au stage, on ne nomme pas les participants ni ce qui a été vécu par eux en dehors du stage.
- On ne décrit pas les exercices proposés : ils sont faits pour être partagés dans l'expérience et non pour attiser le mental et les croyances.

Parle plutôt de ton ressenti, de ce que ce stage t'aura apporté ou révélé. Le Tantra est fait pour être vécu au quotidien, il est difficile de comprendre ce qui a été vécu, car le Tantra ne s'explique pas, il se vit. Sinon, des tas de livres existent pour alimenter le mental des curieux.

3. Pas de rapport sexuel pendant toute la durée du stage

Il te sera demandé de ne pas avoir de rapport sexuel ou excitatoire seul ou accompagné, durant toute la durée du stage. Il t'est proposé de profiter de l'énergie sexuelle, pendant cet espace-temps, et d'honorer le corps et le sexe différemment. Chacun reste responsable de son expérience : il s'agit d'une invitation à transformer ton rapport à la sexualité en y amenant de la conscience. Il en va

aussi de garantir la sécurité de chacun, en évitant de se laisser entraîner par la pulsion d'un moment d'ouverture ou de tension.

L'équipe d'animation t'accompagne dans ce processus d'élévation de ton taux vibratoire, par le travail respiratoire, postural, énergétique, d'accueil, de compréhension, d'unification corps-coeur-esprit.

4. Respect du lieu et des horaires

Cet espace-temps est consacré au déploiement de l'Humain ; il s'agit d'agir en fonction, avec conscience :

- Dans le temple : il te sera demandé de te recentrer avant chaque entrée dans le temple (pas de bavardages, de mobiles, on ne pose pas ses affaires sur l'autel...), pas de boissons/nourriture sauf petite bouteille d'eau). Quant à fumer et téléphoner, c'est le moins possible et dans la zone appropriée. une hygiène irréprochable te sera demandé pour les sessions de massage.

- À propos des horaires : il y a souvent des pauses et le programme est dense, donc on se regroupe pour poursuivre dès que le gong résonne.

Un manquement à ces règles, malgré le recadrage bienveillant de l'équipe d'animation entraînerait l'exclusion du stage, sans remboursement. Tout stage commencé est dû dans son intégralité.

5. Mon engagement

Je soussigné déclare :

- Je suis majeur et participe de mon plein gré et pour mon seul développement personnel au stage tantra hommes 1 « La Voie Des Hommes ».
- Je m'engage à arriver sur le lieu du stage le jeudi entre 17h et 18h30 et à y rester jusqu'au dimanche 18h.
- Je suis conscient que ce stage n'est ni une psychothérapie, ni un substitut à une psychologie ou un traitement psychiatrique, mais un week-end de développement personnel. Ainsi, je prends la responsabilité de consulter un médecin et/ou un psychothérapeute avant de participer au stage si je pense que ma condition physique, mentale ou émotionnelle nécessite l'avis de l'un d'eux pour y participer.
- Je suis informé que la consommation de toute drogue est interdite pendant le week-end et 24 heures avant. Je m'engage à respecter strictement cette consigne.
- Ma participation à ce stage et à toutes

les structures proposées est purement volontaire. À tout moment, je peux choisir de ne pas participer à une activité. Je peux également quitter le stage à tout moment de mon plein gré. Dans ce cas, je m'engage à prévenir l'équipe d'animation de mon départ. J'ai conscience qu'un départ anticipé se ferait à mes frais et que l'équipe d'animation n'est pas tenue d'organiser ou de financer mon retour anticipé. De plus, et conformément aux conditions d'inscription, je renonce à toute demande de remboursement du week-end.

- Je m'engage à respecter le cadre du stage énoncé en 4 points.

fait à _____

en date du _____

prénom et nom, suivis de la mention « lu et approuvé »