



« Massage tantrique - Présence au Cœur »

Week-end du 22 au 24 novembre 2024, (cycle 1)
et du 10 au 12 janvier 2025 (cycle 2), à Munster

Une invitation au toucher du corps physique par la présence à Soi et à l'Autre. La conscience du ressenti et du non-ressenti, de nos pensées, de nos limitations, de nos espaces de liberté déjà acquis ou à apprivoiser. Découvrir ou re-découvrir notre créativité joyeuse. Nous mettrons l'accent sur l'instant présent, dans le respect de Soi et de l'Autre, dans un climat de totale confiance, de détente.



Cette nouvelle aventure conscientisera la relation que nous avons au toucher, tant en offrant un massage qu'en le recevant. (massage à l'huile). Nous découvrirons notre propre toucher de façon subtile et profonde et pourrons ainsi l'enrichir dans un espace de profonde relaxation.



Des ateliers spécifiques : méditations actives, danse intuitive, vagues, rencontres et partages, rituels seront également présents pour accompagner et intégrer l'expérience.

Le voyage s'effectuera dans un climat de respect et de bienveillance.



Approche transpersonnelle pour réveiller notre énergie vitale, nous reconnecter à nous-mêmes et à notre partenaire, à expérimenter ce qui est juste pour Soi, transformer l'énergie par la connexion au toucher, à la vibration et à la pulsation. Exprimer ses besoins, ses envies pour recevoir ce qui est bon pour Soi et se sentir libre. Ecouter les besoins de l'Autre, ses envies pour lui offrir un réel cadeau.

Conscience - Respect - Non-jugement

Présence à Soi et à l'autre - Sensualité - Ouverture du Cœur - Douceur - Joie - Bienveillance

Hébergement et tarif du stage : 385 € en chambre double en PC ou 415 € en single en PC.

Repas : Petits déjeuners, déjeuners et dîners compris. Cuisine végétarienne. Repas sans lactose, sans gluten possible sur demande.

Inscription : Assoc. « Ouvrons Nos Possibles », Sylvie Schwarz, tél. : +33 6 33 95 88 31 (aussi sur whatsapp), sylvieschwarz4@gmail.com. Facebook : Sylvie Onp.