

Stage Tantra couple 4 jours « Relation tantrique et orgasme de la vallée »

Du 28 avril au 1er mai 2023 en Cévennes
Avec Yves-Marie L' HOUR et Véronique KOHN



Nous organisons rarement des stages spécifiques au couple parce que nous sommes attachés à la mixité de nos participants, et apprécions que dans nos groupes les personnes inscrites en célibataires puissent côtoyer et s'enrichir mutuellement au contact de couples. Chacune de ces expériences, participation en solo ou avec son conjoint, présente ses intérêts propres, et ouvrent à des espaces spécifiques de rencontre avec soi.

Suite à de nombreuses sollicitations en ce sens, nous avons cependant choisis d'organiser un stage dédié exclusivement aux couples. Ce cadre particulier qui nous permet d'accompagner dans leur relation et leur intimité des partenaires qui se connaissent a priori davantage que des participants qui se rencontrent à l'occasion du stage, peut nous permettre d'explorer des processus relationnels et énergétiques plus subtils et intenses.

Ce stage à destination des couples (qu'ils soient installés au quotidien, intermittents ou même constitués à l'occasion de ce stage, installés dans une sexualité hétérosexuelle, homosexuelle, hybride, etc.) vous est ainsi proposé avec l'intention de vous permettre de découvrir ou d'approfondir l'approche tantrique de la relation amoureuse et sexuelle.

Cette approche de la relation à travers le prisme non-duel du Tantra repose sur l'exploration du pressentiment que chaque vécu, qu'il soit confortable ou

<https://nava-tantra.com>

inconfortable, est une occasion de libération d'un noyau de souffrance, d'une blessure émotionnelle et traumatique ou d'une mémoire karmique.

Les enseignements et structures qui seront présentées et proposées au cours de ce stage seront orientées vers l'"affinement de notre sensibilité et l'approfondissement du lâcher prise au sein de la relation intime (aux niveaux aussi bien cognitifs, affectifs que corporels) La relation amoureuse est en effet l'un des champs où nous sommes amenés à nous rencontrer le plus profondément dans notre identité, nos enjeux égotiques et nos systèmes de défense.

Le groupe sera un soutien essentiel pour nous soutenir les uns les autres tout au long de cette exploration, tandis que les méditations et pratiques les plus impliquantes se feront avec le partenaire de couple avec lequel vous vous serez inscrit. Nous pourrons ainsi partir à la découverte de l'orgasme tantrique dit "orgasme de la vallée", un orgasme fondé sur l'approfondissement de la relaxation, sur la respiration entre temps forts et temps faibles et non sur la montée exclusive de l'excitation.

En transposant les pratiques énergétiques de l'orgasme de la vallée aux autres domaines de notre vie relationnelle, notre couple pourra devenir la matrice et le cocon d'un authentique processus de guérison de nos blessures et de notre karma (selon notre cadre de référence privilégié).



Osho évoque ainsi l'acte sexuel tantrique :

« L'acte sexuel tantrique est fondamentalement différent. Ce n'est pas un soulagement, ce n'est pas une perte d'énergie. Vous restez dans l'acte sans éjaculation, sans jeter l'énergie dehors ; vous vous fondez dans l'acte et simplement dans son commencement, sans recherche la fin ; cela change complètement sa qualité. Il y a deux choses à comprendre. Il existe deux types d'approches, deux types d'orgasmes. Vous connaissez le premier : vous atteignez le point culminant de l'excitation et vous ne pouvez aller plus loin ; l'excitation atteint le point de non-retour et c'est la fin... L'énergie sort de vous. Vous êtes soulagés, déchargés. La pression est libérée ; vous pouvez vous endormir détendu. Vous utilisez le sexe comme un tranquillisant, un calme naturel suivi d'un bon sommeil ; si votre esprit n'est pas encombré par la religion. Autrement même le tranquillisant est détruit. Si vous vous

<https://nava-tantra.com>

sentez coupable, même le sommeil est perturbé. Vous vous sentez déprimé, vous vous condamnez vous-même ; vous prenez la résolution de ne plus le faire et votre sommeil devient un cauchemar. Si vous n'êtes pas trop marqué par la religion et la moralité, le sexe est un tranquillisant.

C'est le premier type d'orgasme : vers un sommet d'excitation. Le tantra est centré sur un autre type d'orgasme. Si nous appelons le premier un orgasme de sommet, vous pouvez appeler l'orgasme tantrique un orgasme de la vallée : vous n'allez pas vers un sommet d'excitation, mais vers une profonde vallée de relaxation. Au début on se sert de l'excitation dans les deux cas ; les deux commencent de façon semblable, mais finissent différemment. On utilise l'excitation dans les deux cas ; pour aller au sommet de l'excitation ou dans la vallée de la relaxation. Dans le premier l'excitation doit être intense ; et de plus en plus intense. Vous l'augmentez ; vous devez la faire grandir jusqu'au sommet.

Dans la seconde, l'excitation est seulement un commencement. Quand l'homme a pénétré la femme, l'amant et la bien-aimée se détendent ; sans bouger. Ils se détendent dans une étreinte affectueuse ; au moment où l'un des deux sent que l'érection va être perdue, il bouge un peu et crée un peu d'excitation ; puis les deux relaxent de nouveau. Vous pouvez prolonger cette étreinte profonde pendant des heures sans éjaculation... et puis les deux peuvent s'endormir profondément ensemble. C'est cela l'orgasme de la vallée. Les amants sont détendus, et ils se rencontrent dans la relaxation.

Dans l'orgasme ordinaire vous vous rencontrez dans l'excitation et la tension, vous cherchez à vous soulager. L'orgasme ordinaire ressemble à la folie ; l'orgasme tantrique est une méditation profonde et reposante. Là, la fréquence importe peu. Vous pouvez faire l'amour autant que vous le voulez parce qu'il n'y a pas d'énergie perdue. Au contraire, vous gagnez de l'énergie. »

OSHO



Ces stages en résidentiel sont une occasion d'explorer notre expérience de la réalité du corps et du monde, en allant à la rencontre du sujet ultime en amont de toutes les identités et identifications contingentes.

La reconnaissance du Soi est la porte de la paix intérieure et de la libération de la souffrance, quelles que soient les circonstances de la vie objective. Ce stage portera

<https://nava-tantra.com>

sur la découverte et l'exploration de l'orgasme tantrique dit "orgasme de la vallée", un orgasme fondé sur l'approfondissement de la relaxation et non sur la montée exclusive de l'excitation.

Une invitation à partager dans un cadre idyllique l'intensité, la légèreté et la profondeur de la voie tantrique. Un espace d'exploration ouvert et convivial à destination de tantrikas expérimenté ou en devenir sur le chemin de la rencontre de la sexualité et du sacré, de l'énergie et de la conscience.

Ce stage se déroulera à la Nougarede, un magnifique mas cévenol du 16ème siècle situé aux portes des Cévennes (près de Vabres, à 50km de Nîmes et de Montpellier) disposant de quatre hectares de verdure et d'une piscine en pleine nature.

Des temps de parole en plénière ou en sous-groupes seront proposés régulièrement au long de la journée et de la soirée. Ils permettront de poser les vécus pour approfondir l'exploration, identifier et résorber les éventuels obstacles émotionnels ou cognitifs entravant l'expérience de l'ici et maintenant. Le cadre sera le plus ouvert possible, respectueux et bienveillant, invitant chacun à identifier et à exprimer ses propres besoins et limites quant à ce qu'il souhaite rencontrer et se donner à vivre, tant en termes de sexualité que d'expériences de conscience.



LE NAVA-TANTRA, POUR QUI ?

Si vous avez l'intuition que la joie et la plénitude sont à chercher à l'intérieur, dans notre manière de vivre et d'appréhender les situations, et non dans les objets, personnes et événements extérieurs...

Si vous êtes convaincu que la liberté est une expérience concrète et une énergie particulière qui s'éprouve dans la relation, avec les autres et l'environnement, avec la vie sous toutes ses formes, et que nous trouvons la plénitude en partageant cette joie avec les personnes qui nous sont chères, amis, amants, famille, relations, collègues...

<https://nava-tantra.com>

Si vous croyez que les traditions spirituelles et philosophiques de l'humanité pointent toutes vers la même Source, avec simplement des images, langages et outils pédagogiques différents et que vous cherchez une forme nouvelle de pratique qui intègre à la fois les éléments traditionnels et les techniques les plus contemporaines des psychothérapies et sciences cognitives...

Si vous avez pris conscience que la vie spirituelle s'expérimente dans la vie la plus ordinaire, dans le quotidien de nos relations, et pas seulement dans le temps d'exception d'un stage ou d'un rituel, à l'occasion exceptionnelles d'un week-end de stage ou d'une semaine de retraite...

Si vous avez déjà beaucoup voyagé et expérimenté dans le petit monde du développement personnel et de la spiritualité, exploré de nombreuses thérapies,

Participé à de nombreuses formations en tous genres, des retraites de méditation, des stages de néo-tantra où vous avez pu jouer avec l'énergie sexuelle, les unions entre Shakti et Shiva, les massages tantriques, etc et que vous cherchez quelque chose de différent, de plus profond, simple, épuré et intime... ou au contraire si vous vous sentez vierge de toute expérience antérieure et venez sans a priori dans la disponibilité et l'ouverture à la surprise...

Alors le Nava-Tantra est peut-être fait pour vous !

ANIMATEURS



Yves-Marie L'Hour est thérapeute et enseignant. Il explore et expérimente depuis une vingtaine d'années de nombreuses pratiques thérapeutiques, énergétiques et spirituelles. Il anime des groupes depuis 2003 et propose des sessions d'accompagnement individuel à Paris, Montpellier et via Skype.

Véronique Kohn est psychologue, psychothérapeute et formatrice à Montpellier. De par ses formations professionnelles multiples et son parcours de vie personnelle, elle fait le lien entre les approches psychothérapeutiques et la dimension spirituelle de l'existence. Elle anime de nombreux stages thématiques sur l'Amour et la relation.

Inscription après entretien téléphonique avec l'un des animateurs.
Yves-Marie L'HOURL : 06 60 19 00 95 ou Véronique KOHN : 06 11 51 53 64

<https://nava-tantra.com>

BULLETIN D'INSCRIPTION (un bulletin par participant)

Inscription en couple avec :

Nous vous remercions de renseigner le formulaire ci-dessous (un exemplaire par participant):

Nom :

Prénom :

Adresse postale :

.....

Date de naissance :

Heure et lieu de naissance :

Sexe : Profession :

Nationalité :

Tel :

Tel portable :

Tel fixe :

Email :

Je soussigné..... m'engage par la présente à participer au stage Nava-Tantra couple qui se déroulera du 28 avril 10h au 1^{er} mai 2023 17h à la Nougarede.

Frais d'animation : 500 EUR

Frais de pension complète : 350 EUR

Je verse 50% du montant total en arrhes, soit la somme de 425 EUR par chèque (un chèque par stage et par participant, non encaissé avant le stage, sauf désistement du stagiaire) en vue de mon inscription.

Fait le à

Signature :

Renvoyez ce bulletin d'inscription renseigné, accompagné du ou des chèque(s) d'arrhes libellé à l'ordre de « Psycelium » à cette adresse :

Yves-Marie L'Hour
15 rue des Treilles
30140 Anduze

<https://nava-tantra.com>