

## LE TANTRA, VOIE DE LA TRANSFORMATION ET DE LA RELATION – AVEC SOI-MÊME

« *L'objet du Tantra est de faire de vous un être humain total : être au centre de soi-même, être en équilibre, être en harmonie* » (Osho)

Le Tantra est une pratique millénaire qui unit le corps et l'esprit, l'énergie sexuelle et spirituelle, l'ombre et la lumière, et ouvre sur une **perception globale de soi-même**. L'énergie sexuelle, quand elle est reconnue et reliée aux autres corps (physique, émotionnel, spirituel), est une énergie vitale naturelle profonde.

**Toucher cette énergie**, développer la confiance en notre corps et son ressenti, peut ouvrir tout notre potentiel sensoriel, nous faire toucher notre globalité, dans l'unité avec soi, avec le monde.

Le Tantra, en accueillant aussi nos limites, nos projections, ou nos peurs, permet leur expression créative, et leur détente.

L'intention du Tantra est de développer **l'extension de la conscience**, conscience de soi, lien avec l'autre, avec la nature, abandon au divin qui est en nous. Cette **conscience organique** ouvre à l'énergie d'amour, à la beauté, à la joie de célébrer la vie.

C'est cette découverte que je souhaite partager avec vous.

## PRATIQUER LE TANTRA

Le Tantra se vit essentiellement dans le corps : ressentir l'énergie qui y circule, y mettre notre conscience.

Je propose la pratique de **techniques tantriques** destinées à éveiller la sensorialité, à ressentir la fluidité du vivant, à ouvrir son regard, à toucher la joie naturelle d'être en vie.

Il n'y a pas de «niveaux» à atteindre dans le Tantra. Ces pratiques tantriques, vécues de façons régulière, permettent de créer un véritable **art de vivre au quotidien**. Elles apportent des bienfaits dans la vie de tous les jours :

- Vider notre tête et être avec notre corps, nos sensations
- Arrêter la quête du «plus» pour ressentir «ce qui est là !»
- Détendre nos carapaces et faire circuler notre énergie
- Suivre son désir, écouter ses besoins réels
- Harmoniser son masculin-féminin
- Se relier à son partenaire en conscience et fluidité

Je propose des **ateliers hebdomadaires** de massage, de danse contact, de méditation.

Et pour ceux qui veulent aller plus loin, une **formation** au massage tantrique, et des **stages** de plusieurs jours.

## DANIEL LABILLE



La découverte du massage tantrique m'a engagé très tôt à me former à des pratiques corporelles, spirituelles et chamaniques auprès de maîtres reconnus. Désireux de faire partager mon expérience, j'ai développé une pratique et un enseignement du massage nourri, bien sûr, de mon ressenti dans le Tantra. J'y intègre aussi mon expérience d'artiste de la scène (comédien, danseur, metteur en scène), et du chamanisme amérindien. Formateur en massage et gestion du stress, j'ai créé le **massage papillon** et le **massage du lâcher prise** dans l'esprit du Tantra.

Reliant art et conscience, je souhaite inviter chacun à vivre l'expérience tantrique avec authenticité et spontanéité.

Auteur de l'ouvrage **44 actes ordinaires et extra-ordinaires pour changer ma vie**. Editions Tredaniel (mai 2011)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

TEL : 06 16 43 16 49 - 01 46 06 70 17

[daniellabille9@yahoo.fr](mailto:daniellabille9@yahoo.fr)

33 rue des Trois frères, 75018 PARIS

Métro Abbesses ou Anvers

Calendrier sur : <http://www.etreplus.fr/>

## ATELIERS

Les ateliers ont lieu au 33 rue des Trois frères,  
75018 PARIS (M° Abbesses). Le calendrier  
est disponible sur : <http://www.etreplus.fr/>

### - MASSAGE ET TANTRA

Le but de cet atelier est de ressentir vraiment son corps, de lâcher prise pour entrer dans le monde des sensations.

Massage global de tout le corps avec reconnaissance de l'énergie vitale, sexuelle, sacrée.

- le JEUDI, 19h30-21h30. Tarif : 25 €
- un DIMANCHE par mois, 11h-18h. Tarif : 55 €

### - DANSE CONTACT ET MASSAGE

Cet atelier vise à explorer la liberté de son corps, en l'utilisant dans sa totalité. Les exercices proposés permettent d'entrer en relation dans la lenteur et l'écoute, et de jouer progressivement sur différents types de contacts avec l'autre.

- Le JEUDI, 11h-13h. Tarif : 15 €
- un SAMEDI par mois, 14h30-18h30. Tarif : 25 €

### - YOGA TANTRA

*Assis ou allongé, plus léger qu'une plume, aller au-delà du mental.* Vigyana Bhairava Tantra

Une méditation en mouvement, pour apprendre à lâcher le mental et les tensions, ouvrir le moi à l'espace environnant, laisser le corps entrer dans la danse du « frémissement du papillon » en silence, avec la musique, ou les bols chantants tibétains...

Expérimentez les « micros-pratiques » de méditation (moins d'une minute). Elles font peu à peu pressentir dans le corps un état hors du temps, celui de la vacuité. Elles peuvent facilement être intégrées à la vie de tous les jours.

- Le LUNDI 19h30-21h30 et rendez vous chamaniques (pleines lunes, solstices). Tarif : 18 €

## FORMATIONS

À Paris. Possibilité de me déplacer en RP ou en province pour des groupes de plus de 6 pers.

### - FORMATIONS MASSAGE

En individuel, en groupe et pour les couples.

Massage amma, Tantra, massage des animaux totems.

Formations sur **3, 6, 9 séances** - certifiée et suivi post formation.

### - INITIATIONS AU TANTRA

En couple / en individuel. Sur entretien et après un massage

## STAGES

- « LE RITUEL DES 6 IDENTITÉS AMOUREUSES » : de la rencontre au couple tantrique

Le **Dimanche 27 mars 2011** à Paris. 10h-18h. Tarif : 55 €

- « VIVRE SON OMBRE ET SA LUMIÈRE » : Tantra et art (danse, mandalas). Week-end des **30 avril-1er mai 2011** à Paris. Tarif : 130 €

- « AGIR POUR CHANGER MA VIE » : Tantra et loi de l'attraction. Le **dimanche 22 mai** à Paris (conférence sur le thème le 29 avril). Tarif : 70 €

- « TANTRA - MASSAGE - CHAMANISME » :  
Août 2011. 3 jours en Bretagne. Tarif : 200 €

## MASSAGE : SEANCES INDIVIDUELLES

**Séances au 33 rue des Trois frères, 75018, Paris.**

**Je me déplace également à domicile.**

Prendre rendez-vous une semaine à l'avance.

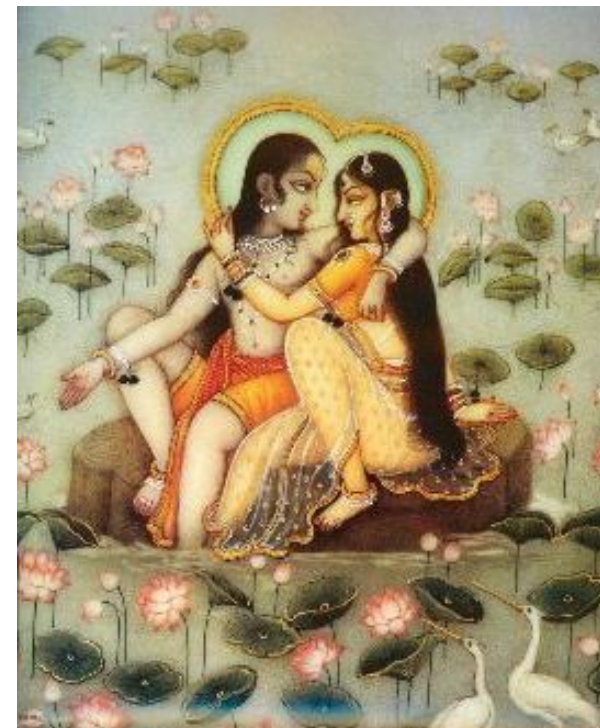
Massage thérapie : après entretien

- 45 mn. Tarif : 55 €
- 90 mn. Tarif : 110 €
- Abonnement 5 séances de 90 mn : 400 €

# • TANTRA

तन्त्र

## Daniel LABILLE



## MASSAGE - DANSE - MÉDITATION

TEL : 06 16 43 16 49 - - 01 46 06 70 17

[daniellabille9@yahoo.fr](mailto:daniellabille9@yahoo.fr)

<http://lesmainsdubonheur.fr/pub/daniel-labille.php>

SOINS

INITIATIONS

FORMATIONS

STAGES