

## **Le tantra pour moi c'est :**

Contacter et retrouver mon pouvoir personnel, savoir qui je suis et oser rayonner de toute ma splendeur

## **Le tantra pour moi c'est :**

Ouvrir mon cœur dans la pleine présence, la pleine conscience, c'est aussi rencontrer et découvrir la bienveillance absolue, le don de soi, c'est réconcilier et unir mon homme et ma femme intérieurs, c'est aussi accueillir chaque être dans toute sa dimension, tel qu'il est

## **Le tantra pour moi c'est :**

Oser exprimer ce que j'aime, ce que je suis, ce qui me dérange, ce que je ne veux plus

## **Le tantra pour moi c'est :**

Apprendre à me connaître, à savoir comment je fonctionne, c'est aussi créer ma vie en conscience dans mes relations et dans mes actes, c'est regarder et accepter ma part d'ombre, je ne suis pas que lumière, c'est aussi m'aligner dans l'axe de mon être

## **Le tantra pour moi c'est :**

Chercher et trouver l'état d'extase et trouver le moyen de maintenir cet état dans toutes les circonstances de mon quotidien

## **Pour moi le tantra c'est aussi :**

La beauté, la douceur, la lenteur, mais le tantra c'est aussi déstabilisant, inconfortable mais c'est aussi libérateur, unificateur, le tantra c'est prendre son temps, apprécier, célébrer, contacter la joie.

## **Le tantra pour moi c'est :**

Un engagement envers soi.

## **Le tantra pour moi c'est :**

Etre autonome et responsable

## **Le tantra pour moi c'est :**

Une vie plus consciente, Une consommation plus consciente, Une sexualité plus consciente

**Le tantra pour moi c'est**, dans un premier temps : s'affranchir de tout ce qu'on m'a inculqué au niveau social culturel religieux et éducatif, pour ensuite pouvoir me rencontrer, voir qui je suis vraiment et pourquoi je suis faite, ce que j'aime ou non (sans conseil ni avis favorable des autres pour l'instant), reprendre confiance en mon ressenti et enfin, m'affirmer telle que je suis, m'aimer moi et vivre MA vie et pas celle des autres, arrêter de vouloir coller à une image (que ce que je crois) que les autres voudraient voir de moi, reprendre mon pouvoir personnel. En bref, un nettoyage de nos croyances et de nos conditionnements.

**Le tantra c'est la voix du cœur**, la voix de l'amour sans religion, dans la pleine conscience, la pleine présence, c'est accueillir « l'autre » tel qu'il est, là où il est, sans jugement et dans la bienveillance absolue, l'amour sans condition et c'est parce que je m'accueille ainsi que je peux accueillir les autres.

## **Le tantra pour moi c'est :**

Reprendre mon pouvoir féminin, je suis toutes les femmes, guerrière, sorcière, déesse, mais aussi fille, mère, amante, c'est aussi retrouver et explorer ma sensualité

## **Le tantra pour moi c'est :**

Contacter et retrouver ma puissance, ma force de vie, c'est aussi accueillir ma part animale et trouver le moyen de lier sexualité et spiritualité

**Le tantra c'est avoir l'audace de s'inviter au festin divin.**