



# Stage Renaissance Tantra Rencontre

---

Développement personnel  
Yoga, Méditation  
Thérapie



Avec Odile Grandjean & Jean-Pierre CARDI

**Du 17 au 20 mars 2022**

En bord de mer en Bretagne à Plévenon  
(Côtes d'Armor 22)

## Tantra Rencontre

### Une approche originale du développement personnel

Nos stages « Tantra Rencontre » sont **essentiellement pratiques**.

Ils offrent une approche **originale et synthétique** du développement personnel qui regroupe :

La thérapie de groupe  
Un espace de développement personnel

Chacun a la possibilité d'y cheminer à son rythme, en fonction de sa propre demande.

La participation à ces stages peut être « **à la carte** », ponctuelle, ou entrer dans **une démarche plus soutenue** avec un contrat personnalisé qui en définit les objectifs, les moyens et le cadre.

Les stages de Tantra-rencontre se déroulent sous forme **résidentielle de 3 à 7 jours** et ont lieu tout au long de l'année :

- dans la région de Bordeaux **au siège de [l'école du Tantra](#)**,
- dans d'autres régions, comme **en Bretagne dans notre antenne agréée**.

Ceux qui le souhaitent peuvent aussi bénéficier d'une démarche suivie avec un accompagnement individuel et régulier entre les stages.



### Remarque importante

Les différentes techniques décrites dans ce document et utilisées dans nos stages, dans le but d'activer notre potentiel humain d'auto-guérison psychosomatique et spirituel, ne se substituent en aucun cas à une approche médicale diagnostique et thérapeutique.

Les techniques évoquées ont pour intérêt majeur de pouvoir être employées lorsque la pathologie est clairement définie sur le plan médical, mais que l'impact positif des différentes thérapies médicales est jugé insuffisant ou insatisfaisant. Elles offrent leur potentiel thérapeutique et maïeutique dans un esprit de synergie profitable au chercheur de bien-être physique, psychique et spirituel. Il est de la responsabilité de chacun de recourir à un avis médical pour établir un diagnostic précis, les différentes approches thérapeutiques, conventionnelles comme non-conventionnelles, pouvant être utilement combinées pour son bénéfice.

## A qui s'adresse ce stage

### Les participants

Nos stages Tantra Rencontre s'adressent :

**A tous ceux qui souffrent, qui sont "mal dans leur peau",** qui veulent résoudre une difficulté personnelle sur le plan affectif ou relationnel, surmonter une épreuve, trouver une aide dans une situation dont ils n'arrivent pas à se sortir seuls



Quel que soit la motivation de départ, il faut savoir que les stages de Tantra Rencontre sont bien plus que de simples "groupes de thérapie" ayant pour but de soulager une souffrance.

Ils sont surtout **un lieu privilégié pour une démarche de connaissance de soi, de développement personnel,** ce qui permet **d'améliorer sa relation aux autres.**

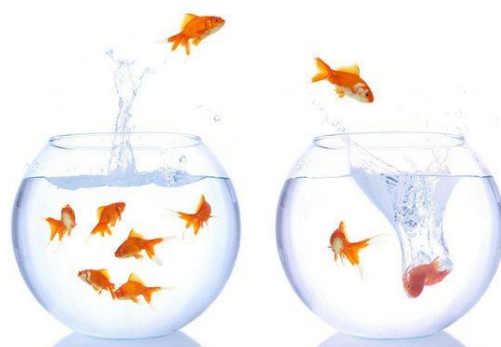
Si nous pratiquons différentes méthodes de guérison au sein des stages, il s'agit avant tout de "guérir" en prenant conscience :

- **de qui nous sommes vraiment,** derrière nos masques limitants,
- **et de l'ignorance des autres** qui nous tient enfermé dans la prison de l'égo.

**On y apprend surtout à prendre conscience de « ce qui est » en soi et autour de soi,** à se donner les moyens de ne plus en être la victime impuissante, et à devenir le créateur « conscient » de sa vie pour nous réaliser pleinement.

**Au-delà d'attitudes sectaires,** qui iraient à l'encontre de ces objectifs, nous pratiquons plutôt la tolérance, le non-jugement, l'acceptation de l'autre et de soi-même.

**On y trouve un accompagnement et des moyens** pour grandir intérieurement dans l'épanouissement de toutes les dimensions de l'être. Chacun peut y cheminer à son propre rythme, sur "la voie" qui le conduit à la source de **l'amour, de la conscience et de la liberté.**



## Programme et méthode

### Les moyens

Au cours de nos stages, **l'accent est mis sur l'expérience vécue** plus que sur l'acquisition de connaissances. Les multiples techniques utilisées sont destinées à accroître la conscience par-delà les limitations de l'ego, et agissent sur différents plans :

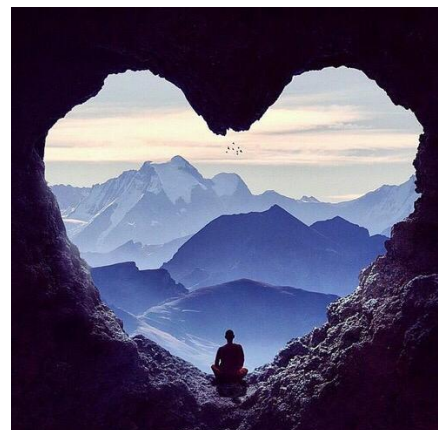
- **Les techniques physiques** : travail corporel, danse libre, yoga, méditations dynamiques...
- **Les techniques psychologiques** : jeux de rencontre avec l'autre, travail sur les émotions, apprentissage à l'écoute sans jugements...
- **Les techniques énergétiques** : bioénergie, catharsis, travail sur les chakras, tantra-yoga, respiration holotropique...

Une véritable "alchimie de l'énergie" s'opère dans le "creuset" formé par le groupe, créant les conditions pour que la transformation s'accomplisse en chacun, **là où elle est nécessaire**.

Les expériences proposées se présentent sous formes de jeux, de mises en situation et de techniques spécifiques empruntées aux thérapies modernes du courant humaniste et transpersonnel (Bio-énergie, Gestalt, Encounter, Rebirth...) qui sont toutes **destinées à débloquer l'énergie où se cristallisent nos complexes, nos peurs, nos manques**.

Ces approches viennent compléter des techniques plus traditionnelles comme le tantra-yoga (pratiqués en couple), la danse Soufi, la méditation. On utilise aussi le massage et toutes techniques permettant de **développer la sensibilité et l'ouverture du corps, d'ouvrir le cœur et de calmer le mental** afin de retrouver le silence intérieur.

Ce travail s'effectue au sein d'un "groupe de rencontre" dont le but est d'aider chaque participant **à éclairer ses propres difficultés et à les dépasser** en utilisant le groupe comme "thérapeute". C'est une occasion unique de se remettre en question, de se confronter avec ses contradictions tant internes qu'externes, tant affectives que sociales.



**Le but visé est la libération du poids des émotions** liées aux difficultés de chacun.

C'est aussi un **apprentissage du "savoir-faire" et du "savoir-être"** qui permettent d'être bien dans sa peau, d'avoir de bonnes relations avec les autres et avant tout avec soi-même, prélude indispensable à tout cheminement sur une voie initiatique.



### Stage animé par



#### Odile Grandjean

Odile est thérapeute et professeure de Kundalini Yoga à Lamballe, formée à [l'école du Tantra](#) (à Juillac).

Née dans une famille nombreuse et modeste, en province, à l'ouest. « Mordue » de dessin, elle voulait être artiste, mais devint professeure d'arts plastiques.

Elle a connu l'école du Tantra en 1991, et y a fait un long parcours dans la thérapie et le yoga.

Alors... artisane ou artiste, pédagogue ou transmetteuse, c'est à la croisée de ces chemins de vie qu'elle a tracé sa voie : partager ses expériences avec le plus grand nombre, faire de sa vie une re-création permanente grâce aux arts, à la pratique du yoga, aux échanges, au plaisir de vivre.



#### Jean-Pierre Cardi

Depuis le plus jeune âge Jean-Pierre est fasciné par les grandes civilisations perdues et la sagesse des traditions.

De formation scientifique, en quête de sens et de connaissance, il a parcouru le monde entier à la recherche de réponses. Finalement, tel l'Alchimiste de Paolo Coello, Jean-Pierre est descendu dans ses mondes intérieurs pour y découvrir les trésors cachés d'un moi plus grand, l'universalité des enseignements, et oser être petit à petit...

Ses formations d'enseignant de Kundalini Yoga et de thérapeute à [l'école du Tantra](#) pendant 5 ans ont été une étape déterminante. Il est formé dans le domaine des états modifiés de conscience par les spécialistes [Patrick Drouot](#), [Olivier Lockert](#), et des membres de [l'institut Monroe](#). Il a aussi été initié au Chamanisme en France et au Pérou.

Jean-Pierre transmet à son tour en tant qu'hypnothérapeute et énergétique. Il anime aussi des stages de yoga, de développement personnel et des voyages initiatiques.

**Association Auréa Bien-être** (Yoga, stages, voyages initiatiques) : [www.aurea-bien-etre.fr](http://www.aurea-bien-etre.fr)

**Espace Orion** (Centre de thérapies brèves) : [www.espace-orion.com](http://www.espace-orion.com)

## Côté logistique



### Lieu de RDV & horaires

Le lieu de stage est en bord de mer en Bretagne, dans les Côtes d'Armor à Plévenon.

- **Judi 17 mars** : début à 9h.
- **Dimanche 20 mars** : fin vers 18h.

### Hébergement et repas

Nous avons soigneusement sélectionné un gîte en bord de mer propice à la détente, afin d'être ensemble et assurer votre confort. Les chambres peuvent être partagées. Le lieu vous sera communiqué dès votre inscription.

#### Les repas seront pris sur place

L'hébergement et les repas sont fournis dans la prestation.

**Conseil** : Réservez au plus tôt, places limitées.

### Les transports

#### En voiture :

A 1h30 de Rennes, à 5h de Paris.

#### En train :

Arriver à Rennes ou Lamballe, et nous trouverons un covoiturage.

#### Covoiturage :

Nous vous mettrons en relation avec les autres participants sur [togetzer](https://www.togetzer.com).  
Sinon vous avez [blablacar](https://www.blablacar.com).



## Les tarifs

### Avant le 1er mars 2022 :

Tarif préférentiel **tout compris de 100€ par jour** avec l'animation, l'hébergement et les repas (total 400€ pour les 4 jours)

### Après le 1er mars 2022 : 425€

Pour les personnes sous contrat avec le Château Laroque, consultez votre contrat.

Paiement possible en plusieurs fois et avec des chèques vacances.

L'argent ne doit pas être un obstacle si vous vous sentez appelé(e), parlons-en...

### Nombre de places limité

Inscriptions dans l'ordre d'arrivée

#### Ce prix comprend

- **Les activités** comme mentionnées dans le programme,
- **L'accompagnement** d'Odile Grandjean et de Jean-Pierre CARDI,
- **L'hébergement** du 17 au 20 mars (3 nuits) en chambre partagée,
- **Les repas** de jeudi 17 mars à midi au dimanche 20 mars à midi (10 repas).

#### Ce prix ne comprend pas

- Les transports et l'option chambre individuelle si possible,
- Tout autre service non mentionné dans le programme ou ci-dessus.

### Renseignements

De préférence par mail à [contact@aurea-bien-etre.fr](mailto:contact@aurea-bien-etre.fr)

Sinon appeler Jean-Pierre au 06 87 80 67 44.

### Organisation

Association AUREA BIEN-ETRE

33 rue de Bréal 35160 Talensac ([www.aurea-bien-etre.fr](http://www.aurea-bien-etre.fr))

Consulter le bulletin d'inscription pour plus d'informations.

