



**Amour / Conscience / Liberté / Créativité / Humilité**

**Le Tantra Blanc** est la quintessence du Kundalini Yoga. Il agit en profondeur sur le corps et l'esprit en purifiant et libérant vos énergies créatrices.

A l'honneur cette année 2026 : **le 1<sup>er</sup> chakra, le chakra racine, connecté à notre ancrage.**

Les ateliers proposés sont ouverts à tous : accessibles aux avancés comme aux débutants, chacun travaillant à son niveau.

Vous aurez l'occasion d'expérimenter :

- **La Sadhana**, pratique d'éveil de l'énergie et de montée en conscience.
- **Le Kundalini Yoga**, pratique à la fois dynamique et méditative.
- **La Méditation Active**, puissant outil de conscience et de libération.
- **Le Tantra Blanc** : deux séances, une chaque après midi.

**13 et 14 juin 2026**

**Domaine de Milhas à Cumiès, 11410**  
(60 km sud-est Toulouse)

**Places limitées**

# Ecole du Tantra

Les séances de Tantra Blanc seront dirigées par Anand Sharabi (Jean-Jacques Rigou), directeur fondateur de l'Ecole du Tantra et de la Fédération Tantra & Kundalini yoga qui relie tous les praticiens et enseignants formés par cette école.

Le Tantra Blanc, tel qu'il lui a été transmis par Yogi Bhajan, constitue la quintessence de la pratique du Kundalini yoga.

Les séances de Tantra Blanc sont des rituels très puissants qui travaillent à purifier et à libérer l'énergie créatrice, là où elle est bloquée, dans toutes les dimensions de l'être (corporelle, émotionnelle, psychique et spirituelle).

En célébrant l'union des principes masculin et féminin à l'intérieur de soi et avec l'autre on recrée le lien sacré entre le sexe, le cœur et l'esprit dans une profonde communion d'âme à âme avec son partenaire.

Guérison des blessures karmiques, éveil de l'énergie Kundalini, expériences d'expansion de conscience et d'ouverture du cœur sont parmi les nombreux bienfaits qu'on peut attendre de cette pratique ancestrale restée longtemps secrète et réservée aux seuls initiés.

## ASPECTS PRATIQUES

Du samedi 10h au dimanche 18h

**Lieu :** Domaine de Milhas à Cumiès, 11410

**Tarif tout inclus :** 255€ (en grand dortoir) à 285€ en chambre de 2

### Informations :

Auprès de vos professeurs affiliés à la FTKY

### Réservations :

ecoledutantra@gmail.com ou au 05 57 47 47 17

**Date limite d'inscription :** 1<sup>er</sup> juin 2026