

Le Tantra, horizon sacré de la relation

Marisa Ortolan et Jacques Lucas

Table des matières

Préambule 7

PREMIÈRE PARTIE

1. Nos chemins vers le Tantra 9

2. La voie du Tantra 21

Aux origines de l'humanité 22

 Sur le plan social 24

 La première révolution 25

 L'exception tantrique 28

 La fin de l'ère tantrique 30

 De nos jours 33

Originalité du Tantra 35

 La nécessité tantrique de la co-animation 39

 Psychothérapie et spiritualité 44

 Les Tantras 52

 Les chakras 57

 Liens entre la théorie des chakras et les
 thérapies psychocorporelles 70

 Tantra et travail sur soi en sept points 72

 Le masculin et le féminin 88

 La libération du désir et la sexualité consciente 95

La visée spirituelle 99

 Qu'est-ce que l'expérience du « Sacré » ? 102

 La méditation 104

 Concrètement : les rituels, portes de la perception
 et de l'ouverture du cœur 108

 Regard sur la mort 112

 Le potentiel de liberté 114

En conclusion de cette première partie 116

DEUXIÈME PARTIE

3. Guérir la relation 117

A - LE RELATIONNEL - Fonctionnements et dysfonctionnements	118
« La contagion » familiale	118
Héritage transgénérationnel	118
Le 1 ^{er} temps : la phase fusionnelle.....	122
Le 2 ^e temps : la conscience de l'altérité.....	123
Le 3 ^e temps : l'apport du tiers, de la Loi.....	124
Les problématiques incestuelles.....	126
Rapports hommes femmes.....	129
Les cinq étapes de la relation	131
Répercussions des traumatismes affectifs et sexuels	161
Les comportements sexuels	161
Au sujet des problèmes liés à la sexualité	162
Pour l'homme	162
Pour la femme	164
Pour le couple	166
B - GUÉRIR LA RELATION PAR LE TANTRA	167
La vision tantrique	167
Commentaires sur le déroulement d'un stage.....	170
L'après Tantra	176
Perspectives sur une société tantrique moderne.....	179
Intérêt du Tantra dans l'exercice du métier de psychothérapeute	184
CONCLUSION.....	187
Annexes	189
Les femmes et l'éducation	191
Bibliographie	193
Remerciements.....	195