



Un lieu

Un espace

Un accueil

La **Villa Tranquillité** se présente comme un lieu d'accueil, où l'on y trouve différentes propositions selon la demande des personnes :

1. **Un accueil confortable et paisible en chambre d'hôte dans une ambiance de repos et de ressourcement, dans la proximité avec la nature** : <http://www.villa-tranquillite.fr/menu1.html>
2. Une alimentation de qualité avec des formules étapes promotionnelles hors saison et sur réservation (nuit + petit déjeuner + dîner), ou la table d'hôte au choix : familiale (15 €) ou gastronomiques (25 € : plateau de fruits de mer, plat raffinés...) selon les souhaits. Alimentation végétarienne à 80% biologique convenant à tout public, possibilité de proposer du poisson. Prise en compte des régimes particuliers. Voir page <http://www.villa-tranquillite.fr/tarifs.html>
3. Un **réseau bien-être et santé** fonctionne toute l'année, avec différentes propositions : massages, Reiki, Tai Ji Quan, Qi Gong, naturopathe, énergéticien, homéopathe, sophrologue... Notre réseau s'enrichit. Nous aimons cette forme de coopération avec des personnes locales et leurs compétences partageant le même esprit d'écoute et d'attention <http://www.villa-tranquillite.fr/reseau.html>. et pourquoi pas : survol du golfe en Hélicoptère ?
4. Des **week-end ou séjours à thèmes en groupe hors saison** : week-end de yoga, ateliers culinaires, ateliers d'écriture, et dans nos souhaits des séjours avec des "personnes d'un autre âge" : <http://www.villa-tranquillite.fr/agenda.html>. Pour exemple, voir les précédentes propositions <http://www.villa-tranquillite.fr/telecharger/sejperso/agenda.pdf>
5. Des séjours personnalisés, proposés selon les demandes, à partir de nos ressources personnelles ou en liens avec des **compétences locales**. Nous pouvons évoquer :
 - Une **dimension d'écoute** qui est précieuse pour toute personne en recherche se posant des questions par rapport à sa vie : faire le point, réfléchir ensemble, s'orienter... C'est **une relation naturelle et spontanée** de l'ordre du vivant, de l'attention, qui se tisse au fil des séjours, sans prétention thérapeutique (la relation en soi est thérapeutique). De nombreuses personnes en bénéficient sans que ce soit programmé, c'est une attention naturelle.
 - **Des séances de yoga** (plutôt hors saison ou jusqu'au 12 juillet), où l'écoute est plus affinée, passe par le corps, l'éveil de la sensibilité, la perception directe, l'observation. C'est un état de disponibilité totale qui est apprécié par les personnes en faisant l'expérience. Le yoga permet de développer son potentiel de santé par des postures, celles-ci n'étant qu'un prétexte à l'écoute et l'observation. À découvrir. <http://www.villa-tranquillite.fr/yoga.html>
 - **La santé** : une dimension très présente, et tout aussi naturelle. Ici, **on découvre une autre manière de s'alimenter**, sans dogmatisme, ni frustration, en mettant l'accent sur la qualité des produits, la **cohérence alimentaire** rapportée aux besoins de chacun. Nous avons accueilli de nombreuses personnes ayant des problèmes de santé. En prêtant attention à leurs préoccupations et aux prescriptions médicales, on peut découvrir ensemble d'autres possibilités culinaires, s'orienter autrement lorsque c'est souhaité et dans le respect des démarches individuelles. C'est une question d'attention.

- Très probablement l'axe vertical de cet accueil s'inspire-t-il de l'approche de Krisnamurti, une démarche de **connaissance de soi** qui a beaucoup compté pour nous, dont vous pourrez trouver **de nombreux ouvrages, vidéo, DVD dans notre bibliothèque** <http://www.villa-tranquillite.fr/jiddu.html>. Des personnes viennent en séjour spécifiquement pour consulter cette documentation. Dans ce domaine, à plus forte raison, pas d'obligation et pas de prosélytisme. Seules les personnes intéressées feront le pas pour découvrir ce "non-enseignement" qui a pour intention de libérer l'homme de toutes formes de conditionnements. De nombreuses personnes ont la possibilité de découvrir cette approche dans ce lieu. Libre à chacun... !
- Et au-delà d'un simple séjour, le lien continu. La **Villa Tranquillité c'est aussi un réseau**. Les personnes peuvent laisser leur adresse e-mail pour conserver le lien. Elles nous rappellent, nous donnent des nouvelles. Nous envoyons quelques informations utiles, tout en réfléchissant sur les modes de communication possibles.
- En résumé : la **Villa Tranquillité c'est un lieu vivant, un lieu qui bouge**. Un lieu où l'on vient passer de simples vacances sans chercher au-delà, mais qui peut être aussi un espace où chacun peut puiser **d'innombrables ressources**, selon sa demande, son souhait. Nous sommes très respectueux des démarches et vigilants à ne pas envahir, déborder, empiéter... tout un art à expérimenter. Et la demande de chacun va aussi nous stimuler pour continuer, chercher, rebondir, trouver, proposer...

Agnès Duraffour, mai 2009

