

**14 Octobre 2018, 20 Janvier,
14 Avril et 23 Juin 2019**

Nés pour être Libres



Au Dojo des Coqs Rouges

14, Place Sainte Eulalie
Bordeaux Centre
(Tram B/Victoire)

De 9h00 à 13h00

Tarifs :

Adhérents yoga: 40 €
Non adhérents : 45 €



La liberté n'est pas quelque chose que l'on peut atteindre dans un futur plus ou moins proche. Elle est la qualité même de notre Essence, de notre nature profonde, et réside uniquement dans la clarté du moment présent.

Ce qui nous empêche de réaliser cela, c'est notre refus d'expérimenter chaque instant tel qu'il se présente à nous, avec toute la gamme de sentiments, d'émotions et de ressentis qui le composent.

Ce refus maintient notre attention bloquée à la périphérie de notre être, focalisée sur l'entretien et la maintenance de ces stratégies et moyens de contrôle que nous utilisons pour essayer de tenir à distance, compenser ou réprimer les parts de nous que nous ne voulons pas sentir.

Ces stages, au nombre limité de participants, vous offriront un contenant sécurisant pour accueillir ces émotions, sentiments et modes de fonctionnement qui sont jusque là restés dans l'ombre ou incompris.

Dans cet accueil et dans cette absence de résistance, les énergies bloquées par la répression se remettent en mouvement. L'équilibre et l'harmonie se restaurent alors naturellement, et dans cet espace au delà de l'effort, la liberté et la paix inhérentes à notre vraie nature de présence consciente se révèlent à nous.

Stage animé par **Samasta-Patrick Boulan**
Renseignements et inscriptions : **06 81 92 43 60**
www.turiya.fr