

# 21 et 22 Septembre 2025

# Alchimie de la COLÈRE



## Au Jardin d'Alice

2, Le Noble  
33750 Nérigean

**Samedi : de 9h00 à 19h30**  
**Dimanche : de 9h00 à 18h30**

### Tarif:

Individuel : 160 €  
Adhérents CR : 150 €  
Couple : 295 €



Dans son essence, la COLÈRE est une alliée, c'est une émotion qui est là pour nous protéger, pour défendre notre intégrité, nos valeurs, et pour faire respecter notre espace et nos limites.

Dans son expression pure, la colère n'est pas une émotion qui est contre les autres, au contraire, elle est là pour nous : elle est au service de notre amour pour nous mêmes. Elle nous permet de rester connectés à notre force, notre puissance et notre dignité.

Par contre, lorsque cette émotion est réprimée, elle ne peut plus s'exprimer de façon saine et libre : elle ne peut donc plus rétablir la sécurité et l'équilibre intérieurs. Elle va alors prendre des formes distordues qui cherchent à compenser les sentiments d'impuissance et d'insécurité liés à sa répression. Associée à la répression, la colère va se projeter vers l'extérieur et se transformer en fermeture, en rejet, en haine, en mépris, en jugements et en violence.

Dans le contenant sécurisant de ce stage, vous aurez l'opportunité de comprendre les principes énergétiques, protecteurs et relationnels de la colère, puis de mettre en conscience comment cette émotion vit en vous.

Vous pourrez ensuite travailler à lever la répression pour retrouver une relation pure et saine avec l'émotion, ce qui vous permettra de vous reconnecter aux qualités de sécurité, d'amour, d'innocence, de force intérieure, de vulnérabilité et de stabilité qui découlent d'une colère non réprimée.

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