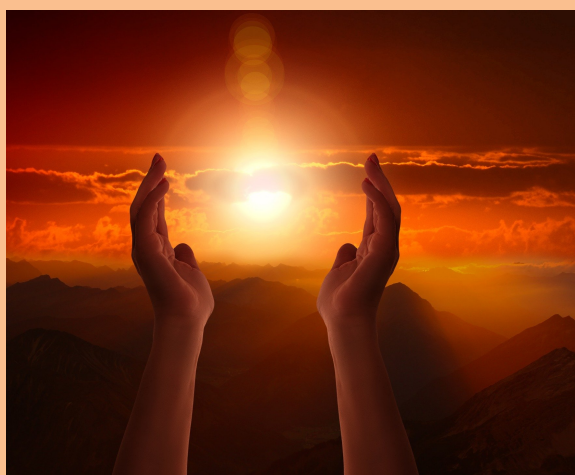


Dimanche 13 Juin 2021

la Paix intérieure



Au Jardin d'Alice

2, Le Noble
33750 Nérigean

de 9h00 à 19h00

Tarif:

Individuel : 80 €

Adhérents Coqs rouges : 70 €

Prévoir : Une tenue souple et confortable, un coussin et une couverture, et un pique nique pour le repas du midi.



Dans ce stage, nous mettrons l'accent sur le fait de **reconnaître notre nature profonde de Présence Consciente**, pour pouvoir ensuite **s'ancrer dans ses qualités de quiétude, d'harmonie, de paix, de silence et de compassion.**

Nous travaillerons avec l'aide de techniques d'intégration des émotions, de pratiques de lâcher prise et d'exercices somatiques, à laisser aller et transformer les structures conditionnées du passé, les émotions que nous n'avons pas pu intégrer, et les croyances limitatives qui nous encombrant. De cette façon nous pourrions retrouver plus d'espace en nous et assouplir la contraction de la structure de la personnalité.

A travers la pratique de méditations guidées, d'exercices introspectifs, et avec des temps de clarification et d'échanges, nous explorerons ensuite comment chaque moment nous ramène à la révélation de notre nature profonde.

En comprenant comment être dans une relation juste avec les mouvements qui s'opèrent en nous, nous pouvons nous unifier à cette paix infinie et inconditionnelle qui réside au cœur de notre être et l'incarner pleinement.

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