

24 et 25 Novembre 2018

Transformer la peur



Au Jardin d'Alice

2, Le Noble
33750 Nérigean

Samedi : de 9h30 à 20h30
Dimanche : de 9h00 à 18h30

Tarif :

Individuel : 160 €
Etudiant/ddeur d'emploi : 135 €
Couple : 290 €



La peur réside à la racine de la structure de notre identité, et le refus de la ressentir est à l'origine d'un grand nombre de nos comportements et actions.

Elle se cache sous le masque que nous présentons en société, sous nos comportements de co-dépendance, derrière le contrôle, les jugements, et toutes nos stratégies d'évitement et de déni.

Quand la peur est aux commandes, elle impose un carcan qui inhibe notre énergie et notre élan vital. Il devient donc difficile de rester pleinement présents et connectés à la passion, à la joie, à notre créativité et aux plaisirs de la vie.

Mais la peur en elle même n'est pas le problème. C'est seulement lorsqu'elle n'est pas acceptée et ressentie qu'elle a le potentiel de limiter notre expérience de la vie.

Transformer la peur, c'est donc en explorer ses différents aspects, l'accueillir, et développer une relation ouverte et profonde avec elle en sortant des schémas conditionnés.

Cet accueil va permettre à la peur de nous ouvrir l'accès à des espaces plus profonds en nous, d'où nous pourrions retrouver les qualités naturelles de notre Être, et instaurer un rapport sain avec une force intérieure authentique, empreinte d'innocence et de vulnérabilité.

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