

# 21 et 22 MARS 2026

## GUÉRIR LES BLESSURES DE L' ADOLESCENCE

À la période de l'adolescence, nous sommes traversés par un afflux énorme d'énergie, sans avoir le mode d'emploi qui nous explique comment l'utiliser.

C'est une période très intense, à cause des changements biologiques et hormonaux, et de toute une gamme de nouvelles émotions qui s'activent en lien avec l'attraction sexuelle et l'identité de genre en construction. Une grande quantité d'impulsions et de désirs prennent forme, tout en créant une atmosphère d'impatience, d'envie d'autonomie, de découverte, d'exploration.

Mais l'intensité vécue par l'adolescent est souvent mal reçue, mal perçue, et jugée par son environnement familial et social.

La honte se met alors en place, bloquant la force de vie et ses impulsions, et un sentiment de rejet et de rébellion se construit pour compenser la perte de pouvoir ressentie.



Dans ce stage, les exercices proposés nous permettront :

- d'explorer les part d'ombre et ce qui a été réprimé en nous lors de cette période,
- de nous ouvrir à nouveau à la passion et aux aspirations de l'adolescence,
- de transformer la colère en compassion,
- de revenir sur les étapes du développement de la sexualité pour retrouver la connexion entre l'énergie sexuelle et le cœur.
- d'harmoniser les polarité masculin/féminin pour retrouver l'Union Mystique en soi.

**Au Jardin D'Alice - 2 lieu dit LE NOBLE - 33750 NÉRIGÉAN**

**samedi : 9h00 à 19h00, dimanche : 9h00 à 18h30**

**Tarif : Adhérents 160€ - Non Adhérents 170€**

**Stage animé par Patrick BOULAN : 06 81 92 43 60**