

Lieben was ist. - The Work of Byron Katie

Tagesseminar

Alles, was du für dieses Seminar brauchst, ist ein offener Geist.
Du gewinnst Selbstliebe und Gelassenheit gegenüber deinen Stressmomenten.

- Beurteile deine Mitmenschen
- Untersuche deine Gedanken über sie
- Gewinne eine andere Sichtweise deiner Gedanken
- Lerne die Wahrheit zu akzeptieren

Wir wollen ja so gerne loslassen und wissen oft nicht wie. Ursachen hierfür liegen in nicht hinterfragten Überzeugungen und Glaubensmustern. «The Work» ist eine Selbsterforschungsmethode bestehend aus vier Fragen und Umkehrungen. Mit deren Hilfe reflektierst du deine Situation, so stoppt das Gedankenkarussell und du erlebst wieder Klarheit, Leichtigkeit und Frieden.

Voraussetzung: Du hast dich schon mal mit The Work befasst und möchtest diese wunderbare Methode noch besser kennenlernen.

Anrechnung Anerkennung zum Coach für «The Work» vtw: ein Tag

Wir freuen uns auf dich!

Daten: SA, 23. Juli 2022

Jeweils von 9.00 bis 17.30 Uhr

SA, 17. September 2022

CHF 180.— pro Person

SA, 19. November 2022

Praxis Auf den Punkt, Tannlihag 3c, 5703 Seon



Karin Schären

Tannlihag 3c
5703 Seon
www.adp-coaching.ch
079 299 05 76



Irene Eschmann

Bürgerweg 13
4655 Stüsslingen
079 295 77 74
irene.eschmann@bluewin.ch