Einführung - 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.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

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

Wir freuen uns auf dich!

Samstag, 3. September 2022

9.00 bis 17.30 Uhr

CHF 180.— pro Person

Praxis Auf den Punkt, Tannlihag 3c, 5703 Seon

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

Auf den Punkt
Coaching und Begleitung

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