

SAMEDI 25
NOVEMBRE
2017 À 14H30

Rencontre avec
Agnès
PONCET



Thérapeute en Libération du péricarde (Ostéopathie bioénergétique cellulaire) et animatrice du Travail de Byron Katie (The Work) en séances individuelles, stages et ateliers.

J'ai participé à l'école pour le Travail de Byron Katie en 2015, 2016 et 2017 et suis actuellement en cours de certification, membre actif de l'association Le Travail de Byron Katie pour la francophonie et membre de l'Institut for The Work, Californie.

14, Rue Violet - BESANCON
Salle 1^{er} étage espace associatif Simone de Beauvoir
(Quartier St Claude - face lycée St Jean)

Entrée gratuite participation chapeau
(pas de réservation)

Renseignements : C. DELABRE :
06 82.69.63.49

yoga.union.comtoise@gmail.com
www.franchecomteyoga.com

Les causeries du samedi
après-midi A l'Union
Comtoise de Yoga



Aimer ce qui est !

Grâce au Travail de Byron Katie

Il devrait me comprendre...

Mon fils refuse de me voir...

Cela n'aurait pas dû m'arriver...

Il ne me respecte pas, Jo est

irresponsable... etc...

" Qui seriez-vous sans vos histoires ? "

Découvrez le Travail de Byron Katie (The Work), une démarche qui permet d'identifier et de questionner les pensées qui sont à l'origine de la souffrance, à l'aide de 4 questions simples.

✚ Lorsque nos pensées sont remises en question, l'anxiété, la peur, la tristesse, la colère, disparaissent quel que soit le sujet qui nous perturbe : les relations de couple, les enfants, le travail, la maladie, l'argent... Les jugements s'évanouissent. Délivrés du passé ou de l'avenir, vous retrouvez les préceptes de sagesse, la joie, la paix et l'amour.

✚ "Depuis le début des temps, les êtres humains ont essayé de changer le monde pour être heureux. C'est prendre le problème du mauvais côté. Ce que Le Travail nous offre, c'est une chance de changer le projecteur -l'esprit- plutôt que ce qui est projeté". **Byron Katie**, auteur de : *Aimer ce qui est*.

✚ "Le Travail de B. Katie est une bénédiction pour la planète. Le Travail agit tel un rasoir acéré qui coupe à travers l'illusion et vous permet de connaître l'éternelle essence de votre être.
» **Eckhart Tolle**, auteur de "*Le pouvoir du moment présent*".

✚ "*Soit vous croyez vos pensées, soit vous les questionnez, vous n'avez pas d'autres choix*" **B.K.**