

'Het ego zorgt er voor,  
dat we nooit iemand anders kunnen zijn,  
dan wie we geloven te zijn'.

## Dagworkshop

### The Work

**9 november** (13.30-20.00)

Amsterdam

The Work of Byron Katie is een methode voor stressreductie. Het is een simpele en krachtige methode van zelfonderzoek, een proces van verdiepend bewustzijn.

We zijn geneigd om alles wat we denken automatisch voor waar aan te nemen. Onze stressvolle gedachten en overtuigingen kunnen blokkades gaan vormen in ons denken en in de wijze waarop we ons vervolgens gedragen. Door onze gedachten te onderzoeken op waarheid kunnen gevoelens en gedachten transformeren en kan het ons openen tot het voelen van een hernieuwde kracht. Een kracht die veel meer is dan alleen een inzicht dat even verlichting brengt. Het kan beweging brengen rondom thema's als gezondheid, relatieproblemen, onzekerheid, verslavingen, familie, loopbaan, etc.

In deze dagworkshop van The Work krijg je praktische handvatten om je denkwereld op 'pauze' te zetten. We onderzoeken onze denkwereld op een meditatieve manier, zonder te vechten met de realiteit. Met inspiratie en handige tools ga je naar huis en is de eerste stap gezet om The Work toe te gaan passen in je dagelijkse leven.

#### **Voor wie?**

Voor iedereen die meer rust, vrijheid en helderheid in zijn denken, voelen en handelen wil krijgen.

#### **Wat kan deze workshop je opleveren?**

- Inzicht in je denken en je gedragspatronen
- Meer energie: het ervaren van vertrouwen
- Meer rust en vermindering van stress
- Een manier om met conflicten om te gaan
- Meer in verbinding te staan met je kracht en intuïtie
- Meer evenwicht en aanwezigheid in het nu
- Meer in verbinding te staan met je kracht en intuïtie

## **Praktische informatie:**

Locatie: WG terrein

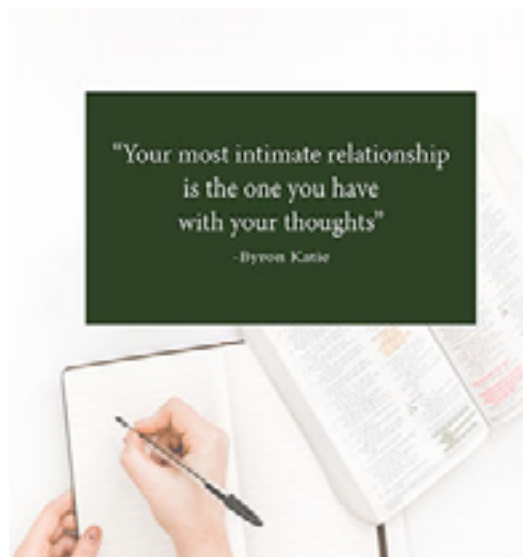
Ketelhuisplein 47  
Amsterdam

Datum: Workshop 2: 9 november 13.30-20.00

Early bird: 79,- € incl. BTW (vóór 7 okt.)

Investering: 110,- € incl. BTW (ná 7 okt.)

Inclusief koffie en thee en werkmaterialen.



## **Voorwaarden**

Bij aanmelding van deze dagworkshop gaat u akkoord met de volgende voorwaarden:

- Annulering is mogelijk door een email te sturen naar [info@livingturnaround.nl](mailto:info@livingturnaround.nl) o.v.v. "annulering deelname dagworkshop".
- Bij annulering (minimaal 14 dagen voor de workshop) van deelname ontvangt de deelnemer 70 % van de kosten retour. Bij annulering binnen 14 dagen voor aanvang van de workshop blijft het volledig bedrag verschuldigd.
- Indien de workshop door onvoorziene omstandigheden vanuit de organisatie geannuleerd moet worden ontvangt u het volledige bedrag retour.
- De workshop zal plaatsvinden bij minimaal zes deelnemers en maximaal tien deelnemers.
- De aanmelding voor deze workshop kan bij verhindering overgedragen worden aan een andere persoon. Neem hiervoor contact op met [info@livingturnaround.nl](mailto:info@livingturnaround.nl)