

« Traverser nos murs intérieurs »

4, 5 et 6 novembre 2022 (début le 4 à 9h30, clôture le 6 à 16h)



Nous vous proposons trois jours de stage non résidentiel pour nous émerveiller devant la beauté de notre vie, voir plus clair, aimer davantage !

Ce stage a pour intention de nous permettre d'explorer tour à tour la puissance du Travail (The Work) de Byron Katie et celle de la CNV de Marshall Rosenberg, puis de voir par où l'investigation de nos pensées et un certain art du dialogue peuvent s'enrichir et se compléter mutuellement au quotidien.

Peut-être avons-nous eu recours au pouvoir de l'optimisme, au pouvoir de la volonté et au pouvoir de l'effort, sans réussir à nous libérer d'un malaise qui nous habite, d'une relation qui n'est pas satisfaisante ? Essayons cette fois-ci le pouvoir de la vérité, pour voir ! Ouvrons-nous aux questions du Travail de Byron Katie, découvrons ce qui est vrai pour nous

Le Travail de Byron Katie, basé sur le questionnement, permet de prendre conscience de nos pensées limitantes et de les laisser nous quitter, afin de devenir plus libres et plus reliés à ce que nous voulons vraiment.

Une fois ce Travail fait, nous pouvons explorer la manière de partager ce que nous vivons et ce qui compte pour nous, en prenant notre responsabilité à 100% lorsque nous nous adresserons à notre vis-à-vis, quel qu'il soit.

Lorsque nous parvenons à exprimer ce qui nous importe sans accuser ni faire de reproche, c'est un autre monde relationnel qui s'ouvre à nous... Nous constatons aussi à quel point accueillir l'autre devient plus aisé, une fois que nous avons questionné nos pensées à son égard. Les murs érigés entre nous et l'autre, ou les autres, s'effondrent d'eux-mêmes.

Lieu : Le stage se déroulera à la Maison Jean Marie Vianney, 27 rue du docteur Nodet, 01000 Bourg en Bresse.

Horaire : 9h30-18h30 le 1^{er} jour, 9h-18h30 le 2^{ème} jour, 9h-16h le 3^{ème} jour

Animation : Anne Bourrit & Nathalie Membrez

Inscriptions : auprès de Lucie Fauvet, lucie.fauvet@orange.fr, tél. 06 80 35 52 43

Les frais pédagogiques : 430€, à payer sur place ou dès que vous aurez la confirmation de la tenue du stage.

Prérequis : avoir suivi 6 jours de formation à la CNV