



**Le Travail de Byron Katie**  
E-Cours intensif sur le thème de

**“LA MERE”**

**22 & 23 MARS 2025**  
**E-COURS EN LIGNE**  
**EN FRANCAIS**

avec  
**Régine et Frédéric**  
Facilitatrices Certifiées

THE WORK  
of Byron Katie  
FACILITATED

**E-COURS - “BASIC”**

**E-cours Basic : Thème “La Mère”**

**Les 22 et 23 mars 2025**

**En ligne (Zoom) - en français**

Animé par Régine Carricart-Held et Frédéric Decouchon-Laforet

Nous avons tou.te.s des croyances et des pensées au sujet de notre mère.

Que ce soient des pensées ancrées depuis l'enfance ou des croyances plus récentes, que notre mère/maman soit toujours de ce monde ou non, nous souffrons de ces histoires qui se rejouent en nous.

*“Ma mère devrait m'aimer, me protéger.*

*Je veux qu'elle me comprenne, qu'elle me soutienne.*

*J'ai besoin qu'elle soit plus présente ou au contraire qu'elle me laisse plus de liberté.*

*Ma mère est injuste, absente, distante, envahissante...”*

Tant que nous croyons toutes ces pensées, nous expérimentons de l'insatisfaction, de la frustration, de la colère ou de la tristesse.

Au cours de cet atelier, nous vous proposons d'identifier et de remettre en question les pensées qui nous éloignent de notre mère et sont la cause de notre souffrance.

*“Chaque personne est un reflet de vous-même - c'est votre mode de pensée qui vous revient”.* Byron Katie

**Informations pratiques :**

Nous vous proposons une formule “intensive” sur 2 journées.

Nous nous retrouverons pour 6 sessions de groupe :

le 22 et 23 mars 2025 : 13 h 30 / 15 h 00 - 16h 30 / 18 h 00 - 20 h 00 / 21 h 30

Durant les temps inter sessions, il vous sera proposé de poursuivre le Travail soit en autonomie soit en binôme.

Le lien Zoom et les indications vous seront envoyés par mail la veille du cours (le 21 mars 2025).

**Tarif :**

avant le 22 février : 110 €

après cette date : 130 €

**Renseignements :** [reginecarricart@gmail.com](mailto:reginecarricart@gmail.com)

[frederick.decouchon.tw@outlook.fr](mailto:frederick.decouchon.tw@outlook.fr)

**Inscription :** [lien](#)