

Gelassener durchs Leben mit The Work of Byron Katie

Wochenendseminar 4.+5. Nov 2017

Sa 10-16 Uhr + So 10-15 Uhr

Kosten: 80€

Kalckreuthstraße 11, Berlin-Schöneberg (Nähe U Nollendorfplatz)

Anmeldung an kontakt@thework-schoeneberg.de

Mehr Infos unter www.thework-schoeneberg.de

Treiben deine Kinder dich zur Weißglut? Ärgerst du dich über deine Kollegen? Bist du von deinem Partner enttäuscht? Möchtest du einen Weg zu mehr Gelassenheit, Klarheit und innerem Frieden finden?

Dann wurde dieses Wochenendseminar für dich konzipiert. Die einzige Voraussetzung, die du mitbringen musst, ist die Bereitschaft, deine Überzeugungen zu hinterfragen.

Du lernst »The Work of Byron Katie« kennen und lernst, diese Methode für dich zu nutzen. The Work ist eine Methode der Selbsterkenntnis. Sie reduziert Stress und führt zu mehr Gelassenheit und innerem Frieden. Das Ziel des Seminars ist es, dass du The Work nach dem Wochenende selbständig in deinem Leben anwenden kannst.

Die Methode ist einfach. Sie besteht im Kern aus vier Fragen und den sogenannten Umkehrungen. Diese erlauben uns, unsere Befürchtungen und Bewertungen anhand unserer eigenen, inneren Wahrheit zu überprüfen. Das eröffnet oft völlig neue Sichtweisen. The Work zieht ihre Kraft aus der Offenheit, diese Fragen ehrlich für sich selbst zu beantworten. Das Schöne daran: Deine Antworten müssen »nur« dich selbst überzeugen.