

Selbstliebe: Ein Ja zu mir

The Work of Byron Katie

mit Colette Grünbaum in Winterthur
24./25.2.2024



Lebst du so, dass du mit dir und deinem Leben zufrieden bist? Was bräuchte es, dass du diese Frage herzlich mit einem "Ja" beantworten könntest? Ein Herunterschrauben deiner Erwartungen und Ansprüche an dich? Einen Sichtwechsel vom Haar zum Gewürzbouquet in der Suppe? Oder brauchst du mehr Mut, deine Wünsche auch umzusetzen, wo sie unkonventionell und etwas gewagt sind?

Mit Freude lade ich dich ein, dies herauszufinden und den Weg zu mehr Selbstliebe mit The Work zu gehen: Jede Untersuchung mit den Fragen, bringt dich näher zu dir selber und zu den Perlen der Weisheit in deinem Inneren.

THE WORK

Die Antworten, die du suchst, liegen in deinem Inneren für dich bereit. Sie warten darauf, von dir enthüllt zu werden. Mit den Fragen von The Work horchen wir in Stille in unser Inneres und warten, bis das tief in uns Verborgene ans Licht kommt.

„The Work“ gilt als einer der effizientesten Wege zur Lösung von Konflikten aller Art in Zweierbeziehungen, Familien- und Arbeitsverhältnissen. Überzeugungen und Gedankenmuster, die uns schwächen und begrenzen, werden mit The Work aufgespürt und mit vier Fragen untersucht. Dabei wird der Zusammenhang zwischen Denken, Fühlen und Handeln deutlich, und wir erkennen, was tatsächlich hinter festgefahrenen Verhaltensmustern steckt. In der Umkehrung der eigenen Überzeugungen eröffnen sich neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten. Die durch die Untersuchung freigesetzte Energie ermöglicht es, Klarheit, Spontaneität und Kreativität mit Leichtigkeit zu leben.

Erlebe die Kraft von The Work, dieser Selbstbefragungs-Methode, die das Fundament legt, um tief greifende Veränderungen in deinem Leben willkommen zu heissen.

Wann: 24./25.2.2024

Sa.10.00-18.00 & So. 9.00 bis 17.00 Uhr

Wo: Spuren Salon, Bahnhofplatz 14,
3. Stock, Winterthur

Kosten: Seminar CHF 380.-

Kursleitung und Anmeldung:

Colette Grünbaum, Tel. 079 743 36 80
office@gruenbaum.ch
www.gruenbaum.ch



Colette Grünbaum, von ITW (Inst. für The Work) zertifizierte Begleiterin für "The Work". Seit 2000 Kurse, Einzelarbeit und seit 2008 Ausbildungen mit The Work. Atemtherapeutin, Systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutin.



Dieser Kurs wird mit zwei Tagen an die Anerkennung zum Coach vtW angerechnet.

Lit.: PERLEN TAUCHEN mit The Work of Byron Katie von Colette Grünbaum im J. Kamphausen Verlag, 2017