

## Organisatorisches:

### Termin:

30.11 - 4.12.2022

### Kosten:

Essen/Unterkunft individuell

Seminarbeitrag: 200€ - 400€

nach Selbsteinschätzung

### Ort:

Gemeinschaft Schloss Tempelhof

74594 Kressberg

### Anmeldung:

Alexandra Kraus

[willkommen@in-beziehung-sein.de](mailto:willkommen@in-beziehung-sein.de)

oder Tel.: 07957-9239146

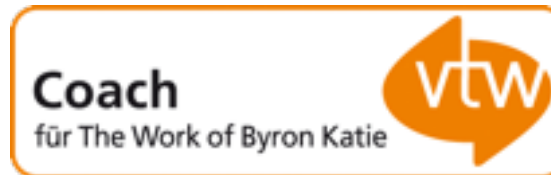
Alexandra Kraus, geb. 1968

Dipl. Sozialpädagogin, Coach,

Naturpädagogin, Seminarleiterin,

Lebt in der Gemeinschaft

Schloss Tempelhof



## Selbstliebe

&

## The Work v. Byron Katie

4 Tage mit Dir ...

.... und in Gemeinschaft

30.11 - 4.12.2022

# Selbstliebe - ich bin, wie ich bin!

Welche Überzeugungen trage ich in mir, die mich daran hindern mich so anzunehmen, wie ich bin?  
Welche Gedanken halten mich davon ab, mir zu erlauben, mich in meinem Leben an erste Stelle zu setzen?

Immer wieder begegnen wir uns selbst und unserer Umwelt mit Angst, Wut, Trauer und Ärger.

Tief sitzende Glaubenssätze, oft erlernt und verfestigt in der Kindheit, sind möglicherweise Verursacher unserer emotionalen Blockaden und den immer gleichen Denkmustern, sie kontrollieren auch unser Leben im hier und jetzt.

Mit „The Work“ von Byron Katie begegnest Du forschend und fragend diesen Mustern, die Dich in Deiner Entwicklung lähmen und Teil Deines Selbstbildes geworden sind. Sie finden Ihren Ursprung im Bewerten und Vergleichen und behindern Deinen Weg in eine positiv ausgerichtete Zukunft, in der Du selbstwirksam bist.

Der meditative Weg mit **“The Work”** gibt uns Antworten aus dem Inneren und lädt uns ein die Perspektive zu wechseln.

Während der gemeinsamen Zeit erlebst Du die tief transformatorische Kraft der Work.

In der stillen Begegnung mit Dir findest Antworten auf Deine Fragen:

**Wer Du wirklich bist und wie Du Dich wirklich leben willst?**

Willst Du der Liebe deines Lebens  
begegnen,.. ... schau in den Spiegel.