



BEZIEHUNGEN ... **LEBENS**LUST ... statt *LEBENS*FRUST

Ärger mit dem Partner/der Partnerin/Ihren Kindern? Den Eltern/Schwiegereltern?
Sind da noch alte, stressvolle 'Geschichten' mit Ihrer Mutter/Ihrem Vater (auch wenn sie womöglich schon verstorben sind)?
Stress im Arbeitsumfeld? Mit Vorgesetzten/KollegInnen?
Und wie ist Ihre Beziehung zu sich selbst?
Haben Sie das Gefühl ‚Sie können nicht „nein“ sagen? Machen Sie sich immer wieder Selbstvorwürfe/ haben Sie ein schlechtes Gewissen?

„BEZIEHUNGEN“ - EIN TAG mit The Work von Byron Katie

Samstag, 23.11.2019 von 9 – 17 Uhr in Wien

Beim **Workshop mit The Work** werden wir uns mit unseren ganz persönlichen Stress-Themen auseinandersetzen und können durch liebevolle Selbsterkenntnis mit Hilfe von The Work zu neuen Blickwinkeln, Lösungsmöglichkeiten und praktischer Anwendung im täglichen Leben finden.

Es sind nicht die anderen Menschen/die Lebenssituationen an sich, die uns Stress bereiten, Angst machen, Aggressionen verursachen, Verzweiflung auslösen – es sind immer *unsere Gedanken* darüber. Und diese Gedanken „programmieren“ wie wir leben. Solange wir unsere Gedanken unbesehen glauben, so lange leiden wir.

Mit dem **Werkzeug von The Work** erwirbt jede/r für sich die **Hilfe zur Selbsthilfe**, auch für zu Hause.

Es IST möglich, wieder **LEBENSLUST statt *LEBENS*FRUST zu erleben !**

Fragen zum Workshop und Anmeldungen:

Mag. Herta Meirer

lernpaedagogik@gmail.com

www.herta-meirer.at

0650 408 408 9

