

# The Work of Byron Katie mit Ralf Heske

*Erlebe die befreiende Kraft der 4 Fragen!*



## Seminar-Übersicht

### 2017

28. Dez – 1. Jan Hitdorf (NRW) **Silvester-Stille-Retreat „Entdecke deine wahre Natur“**  
Voraussetzung: 2 The Work Seminar-Tage

### 2018

27. – 28. Jan Hamburg **Wochenend-Seminar „Lieben was ist“**

9. – 16. Feb Chiemsee **Das Lieben-was-ist-Intensiv-Seminar**  
**„7 Tage, die dein Leben radikal verbessern können“**

18. – 25. Feb Chiemsee **Ausbildung Teil 2: „Klares Begleiten mit The Work“ (7 Tage)**

30. Mär – 2. April Hamburg **Das Lieben-was-ist-Intensiv-Seminar**  
und 10. – 13. Mai **„7 Tage, die dein Leben radikal verbessern können“**  
Urlaubssparend über Ostern und Himmelfahrt

18. – 21. Mai Hamburg **The-Work-Seminarleiter-Training: „Wie du authentisch weitergibst,**  
und 6.– 10. Jul **was du liebst“** über Pfingsten und ein langes Wochenende im Juli

22. – 29. Jun Rahden\* **Ausbildung Teil 1: „Vertiefe deine Erfahrung mit The Work“ (7 Tage)**

15. – 16. Sep München **Wochenend-Seminar „Lieben was ist“ (The-Work-Grundkurs)**

21. – 28. Sep Bayern **Ausbildung Teil 1: „Vertiefe deine Erfahrung mit The Work“ (7 Tage)**

12. – 19. Okt Rahden\* **Das Lieben-was-ist-Intensiv-Seminar**  
**„7 Tage, die dein Leben radikal verbessern können“**

16. – 23. Nov Rahden\* **Ausbildung Teil 2: „Klares Begleiten mit The Work“ (7 Tage)**

### 2019

24.02. – 03.03. Bayern **Ausbildung Teil 2: „Klares Begleiten mit The Work“ (7 Tage)**  
(voraussichtlich)

## Erlebnis-Abende „Erlebe die befreiende Kraft der 4 Fragen!“

**Chieming (Bayern)** 8. Februar 2018 (Do)

**Rahden\* (NRW)** 26. Juni 2018 (Di)

**München** 13. September 2018 (Do)

**Hamburg, Bremen** nächste Termine noch offen

\*Rahden liegt so ungefähr in der Mitte von Bremen, Bielefeld, Hannover und Osnabrück.

## Infos, Anmeldung, Aktuelles und weitere Termine

Ralf Heske, Eielkampsweg 21e, D-25469 Halstenbek, mail@ralf-heske.de  
www.ralf-heske.de, Telefon: 04101 8 55 99 88, www.facebook.com/coach.ralf.heske

Alle Termine ohne Gewähr.

# Über The Work of Byron Katie

The Work ist eine einfache Möglichkeit, den Verstand zu klären. Und wenn dein Verstand klar ist, dann klärt sich auch deine Gefühlswelt. So kannst du glücklicher, liebevoller, voller Energie und erfolgreicher leben.

Du kannst The Work beispielsweise anwenden, um jeden Stress mit anderen Menschen aufzulösen. Und du kannst mit The Work auch die Glaubenssätze finden, die dein Leben schwierig gemacht und dein Selbstwertgefühl klein gehalten haben. Auch diese Glaubenssätze kannst du mit The Work auflösen. Die Folge ist Selbst-Annahme, Selbst-Liebe und kreative, kraftvolle Handlungsfähigkeit.

Wenn du dich auf The Work einlässt, dann wirst du mehr und mehr das annehmen, ja sogar das lieben, was ist. Es schwächt dich enorm, wenn du gegen die Realität ankämpfst. Trotzdem tun die meisten Menschen das Hunderte Mal am Tag. Zu lieben was ist, ist die Voraussetzung für klares, effektives und selbstbestimmtes Handeln.

Mein eigenes Leben ist durch The Work so wunderbar geworden, wie ich es mir früher überhaupt nicht hätte vorstellen können. Das berichten auch Tausende anderer Menschen. Worauf willst du warten? Wenn du klar und glücklich sein möchtest. dann kannst du jetzt damit beginnen!

## Erlebnis-Abende

Bieten dir die Gelegenheit, The Work auf lebendige Art kennenzulernen. Du erhältst eine Anleitung, mit der du The Work für dich selbst anwenden kannst.

## Wochenend-Seminare

Auf den „*Lieben was ist*“-Seminaren lernst du, wie du The Work gut für dich anwenden kannst – auch nach dem Seminar. Du hast die Möglichkeit, dich von stressigen Gedanken zu befreien und eine ganz neue Sichtweise auf das Leben zu gewinnen. Für viele war solch ein Wochenende der Start in ihr neues, glücklicheres Leben. Manchmal biete ich auch thematische Seminare wie „*Wie du dich selbst wirklich lieben kannst – Dein Glücksseminar*“ an.

## Das Lieben-was-ist-Intensiv-Seminar

In diesem Seminar kannst du entdecken, wer du wirklich bist – wer du bist ohne deine alten, einschränkenden Glaubenssätze und ohne deine stressverursachenden Gedanken.

### Was kann dir dieses Seminar bringen?

- ein erfüllendes Gefühl von innerem Frieden und tiefer Zufriedenheit
- mehr Lebensfreude, Leichtigkeit und Lebendigkeit und ein gesundes Selbstwertgefühl
- ein tiefes Gefühl von Liebe und Annahme, und zwar dir selbst und anderen gegenüber
- einen besseren Zugang zu deiner Kreativität, zu deiner Intuition und zu deinem inneren Wissen
- mehr innere Ruhe – und du kannst Frieden schließen mit deinen Gedanken und Gefühlen
- ein allgemein besseres und positiveres Lebensgefühl und mehr Handlungsmöglichkeiten
- die Fähigkeit, klarer und wertschätzender zu kommunizieren
- einen entspannten Körper, ein schöneres Gesicht, sowie eine Ausstrahlung, die den wunderbaren Kontakt zu deinem wahren Sein zum Ausdruck bringt
- einen erholsameren Schlaf und ein besseres Körpergefühl
- immer mehr zu lieben was ist – und das bedeutet glücklich und frei zu sein – unabhängig von den äußeren Umständen

## Die Ausbildung zum anerkannten Coach für The Work

... wäre dann der nächste Schritt. Infos dazu findest du auf meiner Website unter „Termine“.

