

# GEDANKEN LESE 01/23

The Work mit Laelia Kaderas



## Aufbrechen! Wann wenn nicht jetzt?!

Liebe Abonnent\*innen,

wieviel Zeit ist vergangen zwischen 2022 und 2023?  
Was bemerke ich als Antwort aus mir selbst?

Fragen an sich selbst: Was für ein Abenteuer!

The Work ist eine unerschöpfliche Quelle der Selbsterkenntnis.  
Lassen Sie The Work Teil Ihres Alltags werden!  
Unten finden Sie alles, was Sie benötigen, um reinzufinden.

Genießen Sie auch die neue „Sehgeschichte“!  
Ein Bild. Ein Gedanke. Eine Work.  
Was war *Ihr* erster Gedanke beim Anblick des Fotos?

Zuallererst aber: Freuen Sie sich auf eine Aussage von Byron Katie, die – jeden Monat neu – überraschende Einsichten in den Geist offenbart.

## IHR VIER-WOCHEN-SATZ AB HEUTE

**„Wenn du glaubst, wovor du Angst hast, ist es wahr für dich.  
Das macht es aber nicht wahr.“ – Byron Katie**

Nehmen Sie dieses Zitat einen Monat lang mit in Ihren Alltag. Stecken Sie es als Notizzettel in die Hosentasche, heften Sie es als Pin an den Kühlschrank, schreiben Sie es mit Fingerfarben ans Fenster, lassen Sie es auf dem Handy jeden Tag einmal aufploppen, schicken Sie es sich selbst als Mail ... Wie auch immer: Lassen Sie sich von Byron Katies Erfahrungswissen auf Schritt und Tritt begleiten und inspirieren.

## SO VERÄNDERTE THE WORK IHR LEBEN ...



Geschichten über Türen, die sich wundersam öffnen. Über ungeahnte Ausstiege aus Stress und Leid. Über Schalter, die sich umlegen. Über Erkenntnisse, die alles auf den Kopf stellen. Menschen erzählen, wie Sicht sich verändern kann – und was dann passiert: Ihren Geschichten lauschen können Sie ab dem 24. Januar 2023 auf allen gängigen Podcast-Plattformen – kostenlos.

Ralf Giesen (Bild) vom Verband für The Work von Byron Katie (vtw) hat sich eingefuchst und bringt das neue Format an den Start. In zunächst 20 Folgen kommen Menschen zu Wort, die sich unter sehr unterschiedlichen Umständen auf The Work eingelassen – und dabei Erstaunliches erfahren haben. Staunen Sie mit!

Und: Wenn Ihr Staunen kein Ende findet, lassen Sie andere teilhaben! Ich wünsche dem vtw-Podcast viele begeisterte Abonnent\*innen und der Welt die Chance, The Work kennen zu lernen und zu leben.

[vtw-Podcast ab 24. Januar 2023](#)

## EINTAUCHEN IN THE WORK



**Einzelcoaching. Individuelle Begleitung. Akut-Begleitung.**

### Den Druck rausnehmen!

Vorkenntnisse nicht erforderlich.

**Termin(e):** nach Vereinbarung

**Treffpunkt:** per zoom oder meet.jit.si, per Telefon oder persönlich am Ort unserer Wahl

[Mehr](#)

### Online: Kurz-Workshop zum Kennenlernen

### Kostenlos: Schnupperworken im Januar

**Termin:** Montag, 30. Januar 2023, 19 bis ca. 19.45 Uhr

**Treffpunkt:** am Bildschirm per zoom bzw. meet.jit.si

[Mehr](#)

Einzelcoaching direkt: [The Work intensiv – Individuelle Begleitung](#)

### Online: Kurz-Workshop im Januar 2023

### „Schreiben? Kann ich nicht! – Formulieren mit Format“

**Termin:** Sonnabend, 28. Januar, 16 bis 20 Uhr

**Treffpunkt:** am Bildschirm über zoom bzw. meet.jit.si

[Mehr](#)

Einzelcoaching direkt: [The Work intensiv – Individuelle Begleitung](#)

### Online: Langzeit-Workshop im März/April 2023

### „Raus aus der Angst!“

**6 Termine:** 1. März bis 29. März + 12. April 2023, jeden Mittwoch von 18 bis 20.15 Uhr

**Treffpunkt:** am Bildschirm über zoom bzw. meet.jit.si

[Mehr](#)

Einzelcoaching direkt: [The Work intensiv – Individuelle Begleitung](#)

### Präsenz: Workshop im Februar 2023

### „Hurra, ein Konflikt! Entspannter kommunizieren mit The Work von Byron Katie.“

**4 Termine:** dienstags, 7. bis 28. Februar 2023, 18 bis 20.15 Uhr

**Treffpunkt:** Evangelische Familienbildungsstätte (EFB) Oldenburg

[Mehr\\*](#)

\*Programmänderung: Anders als im Programmheft 2022/2023 angekündigt, umfasst der Kurs vier Abende – nicht sechs. Die Gebühr wird entsprechend reduziert.

Einzelcoaching direkt: [The Work intensiv – Individuelle Begleitung](#)

[Einfach loslegen!](#)

## SEHGESCHICHTEN

Ein Sinneseindruck mit Gedanke macht Bewertung macht Gefühl macht Aktion.

Eine wechselhafte Geschichte – jeden Monat wechselnd –

- übers Sehen, Denken, Wahrnehmen und Urteilen
- übers innere Geschichtenerzählen
- über das „Ich“



### So gesehen:

Oje! Da braut sich was zusammen!

[„Es wird ungemütlich für mich.“ Ist das wahr? ...]

### Oder so gesehen:

Lass uns lieber zurückgehen!

[„Sicher ist sicher.“ Ist das wahr? ...]

### Oder so:

Die ideale Atmosphäre für spektakuläre Blitze – und ich hab’ das Stativ nicht dabei!

[„Ich werde etwas verpassen.“ Ist das wahr? ...]

Fotos: [Eintauchen]: © Johnhain, pixabay.com | [Ralf Giesen am Laptop]: © vtw-the-work.org | [Sehgeschichten-Bild]: © Laelia Kaderas

Mögen Sie Feedback auf diesen Newsletter geben? Was gefällt Ihnen, was nicht? Was – konkret – wünschen Sie sich anders? Ich freue mich über jede Rückmeldung!

[Ihre persönliche Rückmeldung](#)

Und: Natürlich freuen Sie sich, wenn Sie den Newsletter weiterempfehlen oder/und weiterleiten: <http://eepurl.com/hv1LpX> bzw. <https://www.the-work-kaderas.de/#Newsletter> :-))

[Newsletter empfehlen](#)

Copyright (C) 2023 The Work mit Laelia Kaderas. All rights reserved.

[Einstellungen ändern](#) | [Abmelden](#)

Grow your business with mailchimp