



... was machst Du denn vom 21. - 25. August 2024?  
Herzlich willkommen zu  
„Worken im Süden - ein Fest des Lebens“  
mit Susanne, Markus & Friends

Wir sind, was wir denken.

Alles, was wir sind, entsteht aus unseren Gedanken.

Mit unseren Gedanken formen wir die Welt.

(Buddha)

Seit Jahrtausenden haben wir dieses Wissen. Mit The Work von Byron Katie haben wir seit über 30 Jahren eine wunderbare Methode, mit der wir Ordnung und Klarheit in unsere Gedanken bringen können. Eckhard Tolle meint dazu: „The Work von Byron Katie ist ein großer Segen für unseren Planeten. Die Ursache, die all unserem Leiden zugrunde liegt, ist unsere Identifikation mit unseren Gedanken, den "Geschichten", die andauernd in unserem Verstand kreisen.“

Was ist denn nun The Work?

The Work ist ein einfacher und kraftvoller Prozess, der von der US-Amerikanerin Byron Katie entwickelt wurde. Durch The Work gelingt es, Gedanken und Glaubenssätze zu identifizieren, die uns einschränken, Stress auslösen und uns aus dem inneren Gleichgewicht bringen.

Mit den vier Fragen

- Ist das wahr?
- Kannst du dir absolut sicher sein, dass das wahr ist?
- Wie reagierst du, wenn du diesen Gedanken glaubst?
- Wer wärst du ohne den Gedanken?

werden diese Gedanken hinterfragt und mit Umkehrungen noch weiter auf den Prüfstand gestellt. Mehr Informationen zu diesem Prozess gibt es hier: [www.vtw-the-work.org](http://www.vtw-the-work.org)



## Wer ist Byron Katie und wie begann The Work?

Byron Katie erwachte eines morgens im Februar 1986 aus einer tiefen Depression und hatte einen alles verändernden Moment der Erkenntnis. "Ich entdeckte, dass ich litt, wenn ich meinen Gedanken glaubte und dass ich nicht litt, wenn ich ihnen nicht glaubte und dass dies für jedes menschliche Wesen wahr ist. So einfach ist Freiheit. Ich habe entdeckt, dass Leiden freiwillig ist. Ich habe eine Freude in mir gefunden, die nie mehr verschwunden ist, nicht für einen einzigen Moment. Diese Freude ist in uns allen, immer." Es gibt viele Bezeichnungen für ein solches Erlebnis. Byron Katie selbst nennt es „Erwachen zur Wirklichkeit“.

Seit 1986 hat sie The Work weltweit an hunderttausende Menschen weitergegeben und gemeinsam mit ihrem Mann Stephen Mitchell mehrere Bücher über The Work verfasst, die in zahlreiche Sprachen übersetzt wurden.



Katrin



Markus



Susanne



Michael



Ilse



Marisa

## Wer sind wir und was ist das Besondere an „Worken im Süden - ein Fest des Lebens“?

Wir sind Coaches und Lehrcoaches im Verband für The Work und bieten 2024 zum fünften Mal eine „The Work“ Veranstaltung im Süden von Deutschland für Anfänger:innen und Fortgeschrittene an. Wir haben viel Erfahrung mit der Methode und der Durchführung von Seminaren und möchten anderen Coaches und Lehrcoaches die Gelegenheit bieten, an unserem Seminar mitzuwirken, z. B. mit einem Workshop, einem Morgenprogramm (wie z. B. Yoga) oder einer anderen Aktivität. Damit alle in den Genuss der Teilnahme kommen können werden die Aufgaben so verteilt, dass auch alle Mitwirkenden viel Zeit zum Worken und für ihren eigenen Prozess haben. Wir haben in den vergangenen Jahren erlebt, wie auf diese Weise ein wunderbares Miteinander mit gegenseitiger Unterstützung und viel Lebensfreude entstand. Daher freuen wir uns schon sehr darauf, erneut ein Fest des Lebens im traumhaften Chiemgau und dem schönen Ambiente des Hauses Jonathan erleben zu dürfen.

Vielen Dank für die schönen bereichernden Tage, für Euren Einsatz und den schönen Ort! Ich habe mir etwas ganz Wichtiges für mich mitgenommen, nämlich "ich muss nicht müssen", das begleitet mich seither täglich.

Ursula B.



Worken im Süden ist für mich eine wunderbare Mischung aus Ferien, Gemeinschaft pflegen, genährt und inspiriert Sein auf allen Ebenen!  
Franziska F.



Hier sind ein paar Stimmen von Teilnehmer:innen:

„Worken im Süden“ war ein gelungenes Gesamtangebot, das entspanntes Urlaubsfeeling und tiefe Erkenntnisprozesse zugleich ermöglicht hat. Ich liebte die abwechslungsreichen Lebens-Themen, die im Plenum und in den



Workshops bearbeitet werden konnten in Kombination mit den entspannten Erlebnissen

beim Morningwalk, bzw. beim Morning-Swim im See, dem Bewegungsprogramm Free-Motion, den lustigen Stunden am Lagerfeuer mit viel fröhlichem Gesang - und all die vielen interessanten Gespräche in den Pausen und beim Essen- ebenso wie die lustigen Tanzstunden und das schöne Abschlussfest. Ein rundum

gelungenes Erlebnis - mit The Work als Herzstück. Andrea H.



Ist das nicht nur was für Fortgeschrittene?

Im Gegenteil: Wenn Du neu bist bei The Work werden wir dafür sorgen, dass Dir regelmäßig erfahrene Lehrcoaches und Coaches zur Seite stehen, die Dich in einem geschützten Rahmen die Work erleben und kennenlernen lassen.

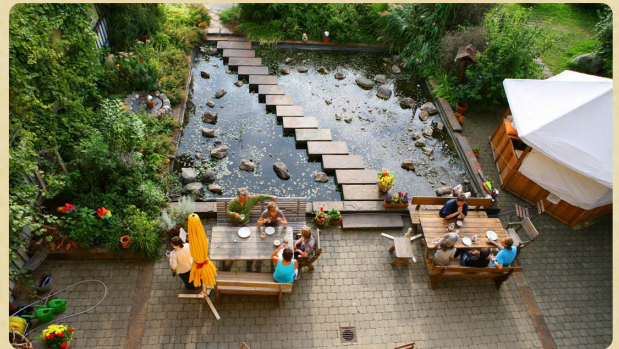
Aber wie soll das genau aussehen?

Nach einem schönen Morgenprogramm wartet die erste Mahlzeit des Tages auf uns. Vom Speiseraum, in dem alles für uns vorbereitet ist, geht es dann vielleicht auf die Terrasse oder doch lieber in den Wintergarten? Frisch gestärkt beginnen wir in einem der schönen Räume mit dem



Programm des Tages, bei dem erfahrene

Seminarleiter:innen Wege aufzeigen werden, wie „The Work“ helfen kann, neue Sichtweisen zu entdecken. Mit verschiedenen Workshops am Nachmittag werden wir uns schenken, was Albert Einstein so klar formulierte: „Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.“ Wir überprüfen unsere gewohnten Denkmuster und finden möglicherweise ganz neue Blickwinkel.



Willkommen bei unserer sommerlichen Reise zu Leichtigkeit und innerem Frieden!

Erneut füllt sich der Raum mit Neugierigen, die absolutes Neuland betreten und auch mit „alten Hasen“, die schon so oft erleben durften, dass ein stress-, angst- oder schmerzereffüllter Gedanke so viel von seinem Gewicht verlieren kann. Den Tag wollen wir am Lagerfeuer mit einem „Fest des Lebens“ beschließen. Wir wollen singen, tanzen, lachen, Geschichten hören und natürlich plaudern - und wer es lieber ruhiger mag, sucht sich einen stilleren Ort, vielleicht ist die Sauna, der Hotpool oder der Massagebereich „the place to be“?





## Was genau erwartet mich an den einzelnen Tagen?

Das diesjährige Programm steht unter dem Motto „Leben in Hülle und Fülle“. Was bedeutet das für Dich? Ein glückliches Leben zu führen, das sorgenfrei, bedeutungsvoll und erfüllend ist? Sich selbst zu lieben ohne Einschränkungen? Finde es heraus!

Mittwoch, 21. August 2024

- 14:30 Uhr: Ankommen, Natur genießen oder auf Wunsch:  
15.00 - 16:30 Uhr Einführung in The Work
- 17:00 Uhr: Begrüßung und in der Gruppe ankommen
- 18:00 Uhr: Abendessen
- 20:00 Uhr: „Fest des Lebens“ (Vorlesen, Singen, Tanzen am Lagerfeuer)



Donnerstag, 22. August 2024

- 07:30 Uhr Morgenprogramm, Frühstück
- 09:30 Uhr Plenum: „Ein reiches Beziehungsleben führen“
- 12:30 Uhr Tanzen, Mittagessen, Mittagspause, Schwimmen im See
- 15:30 Uhr Unterschiedliche Workshop-Angebote
- 18:30 Uhr Abendessen und Pause
- 20:00 Uhr „Fest des Lebens“ (Vorlesen, Singen, Tanzen am Lagerfeuer)

Freitag, 23. August 2024

- 07:30 Uhr Morgenprogramm, Frühstück
- 09:30 Uhr Plenum: „Wieviel Geld darf oder muss ich haben?“
- 12:30 Uhr Tanzen, Mittagessen, Mittagspause, Schwimmen im See
- 15:30 Uhr Unterschiedliche Workshop-Angebote
- 18:30 Uhr Abendessen und Pause
- 20:00 Uhr „Fest des Lebens“ und Nachtwanderung



Samstag, 24. August 2024

- 07:30 Uhr Morgenprogramm, Frühstück
- 09:30 Uhr Plenum: „Grenzenlose Selbstliebe“
- 12:30 Uhr Tanzen, Mittagessen, Mittagspause, Schwimmen im See
- 15:30 Uhr Unterschiedliche Workshopangebote
- 18:30 Uhr Abendessen, Pause
- 20:00 Uhr Abschlussparty und Lagerfeuer

Sonntag, 25. August 2024

- 07:30 Uhr Morgenprogramm, Frühstück
- 09:30 Uhr Plenum „Hülle und Fülle in die Welt bringen“
- 13:00 Uhr Tanzen, Mittagessen, Abreise

Wir laden Dich ein unsere Angebote zu nutzen, wie es für Dich passt. Du kannst Dir gerne auch mal eine Auszeit nehmen.



## Klingt das gut?

Dann komm mit uns, vom 21. bis 25. August 2024, in das Haus Jonathan und lass uns eintauchen in die Welt unserer Gedanken. Lass uns Schmerz, Trauer, Wut oder Stress, einfach alles, was uns belastet, mit dieser Methode untersuchen und schauen, welche Freiräume sich daraus ergeben. Und bei all dem wollen wir nicht vergessen, das Leben zu feiern und zu genießen! Solltest Du nicht die ganze Zeit dabei sein können, dann komm auf uns zu und lass uns das besprechen.

## Was kostet dieses Seminar?

450, 00 € (inkl. MwSt.), 399 € Frühbucherpreis bis zum 31.5.24

## Rabattoptionen

25, 00 € Abzug für Teilnehmer:innen, die schon einmal dabei waren

50, 00 € - 150, 00 € Abzug für Mitwirkende. Alle sind eingeladen, uns im Rahmen der verfügbaren Aufgaben zu unterstützen.

50, 00 € Abzug pro Werbung einer/eines weiteren vollzahlenden Teilnehmer/in!

Ausserdem bezahlen wir 25, 00 € pro Teilnehmer:in an das GO FISHNET Projekt in Kenia [www.gofishnet.net](http://www.gofishnet.net)

Anrechenbar auf die Anerkennung zum Coach (vtw) mit 3,5 Tagen

## Anmeldung:

Anmelden unter [info@working-with-friends.de](mailto:info@working-with-friends.de) und im Haus Jonathan unter [info@jonathan-seminarhotel.de](mailto:info@jonathan-seminarhotel.de)

## Verpflegung



Vollpension, dabei ist Vitalkost die Devise mit abwechslungsreichen Mahlzeiten vegetarischer Ausrichtung und vielen Kräutern. Auf Wunsch wird auch gerne vegan oder makrobiotisch gekocht oder Rohköstliches auf den Tisch gebracht. Sollten speziellere Wünsche da sein, so nimmt die Küche gerne Rücksicht darauf! Die Lebensmittel stammen zum Großteil aus bewusstem Anbau, zum Teil aus dem eigenen Permakulturgarten. Tag und Nacht steht ein reichhaltiges Angebot an Getränken frei zur Verfügung. Dabei hast Du die Wahl zwischen verschiedenen Teesorten, (Getreide-) Kaffee, (Getreide-) Milch, Yogitee,

Fruchtsaftgetränken und Osmosewasser kalt und warm. Zusätzlich ist ein Obstkorb immer mit frischem saisonalen Obst gefüllt.

## Unterkunft pro Person inkl. Vollpension (Preisliste 2024)

- 142, 00 € - Einzelzimmer (sehr begrenzt verfügbar)
- 112, 00 € - Doppelzimmer (begrenzt verfügbar)
- 96, 00 € - Dreibettzimmer
- 96, 00 € - Wohnstudio (4 Personen)
- 88, 00 € - Vierbettzimmer
- 73, 00 € - Dormitorium/Mehrbettzimmer (ab 5 Personen)
- 68,00 € - Übernachtung im Zelt/Auto im Garten des Jonathan





*Hast Du schon Lust bekommen und willst dabei sein?*

Dann melde Dich zunächst im Haus Jonathan und reserviere unter [info@jonathan-seminarhotel.de](mailto:info@jonathan-seminarhotel.de) Dir im Haus einen Platz .  
Dann melde Dich mit einer Nachricht unter [info@working-with-friends.de](mailto:info@working-with-friends.de) bei uns an und teile uns mit, ob Du eventuell mitwirken möchtest.



Wir danken allen Teilnehmenden, dass wir die Fotos benutzen dürfen!

Wir freuen uns von Herzen auf Dich,  
Susanne, Markus & Friends

Änderungen vorbehalten!

Veranstalter: WORKING WITH FRIENDS / Susanne Ulrich, Untere Weidenstraße 13, D-81543 München