

## (20MBGA-GG1) geschlossene Gruppe 2020

**Kursleitung:** Alfred Spill

**Co-Leitung:** offen

**Ort:** Nibelungenstraße 309, 64625 Bensheim, 3. Eingang, Treppe hoch, Raum: ZEN

### Termine geändert wegen Corona Virus:

28.01.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Wünsche und Sehnsüchte kreieren den Mangel
25.02.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Angst und wann sie mich beherrschen kann
24.03.2020 Di ver.	19:00-21:30	2,5 h	Verschoben wegen Corona Virus
28.04.2020 Di ver.	19:00-21:30	2,5 h	Verschoben wegen Corona Virus
26.05.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Polarität: Gewissheit – Ungewissheit, Wissen-Nichtwissen
23.06.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Veränderungen finden nur an der Grenze statt
21.07.2020 Di neu	19:00-21:30	2,5 h	Abgrenzung: wie schütze ich meinen inneren Raum?
18.08.2020 Di neu	19:00-21:30	2,5 h	Mein Werte – Deine Werte
22.09.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Was beeinflusst mein Selbstwertgefühl?
20.10.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Vertrauen ins Leben
24.11.2020 Di	19:00-21:30	2,5 h	Lebenswichtige Berührungen
20.12.2020 So	09:00-12:00	3,0 h	Ein Morgen im Schweigen

1. Einsteiger in die Gruppe nach Kursbeginn bedürfen der Zustimmung aller festen Kursteilnehmer
2. Die Themen sind ein vorbereiteter Vorschlag der Kursleitung, wir arbeiten an dem, was in der Gruppe zu Beginn eines Termins da ist.
3. Die Themen können in Übereinstimmung jederzeit geändert werden.
4. Die Termine finden statt, unabhängig von der anwesenden Teilnehmerzahl.
5. Der Kursleiter kann eine\*n Co-Trainer\*in einbeziehen.

### Format:

19:00	Ankommen in Stille
19:05	Eröffnungsrunde, Abklärung des Themas
19:15	Meditation
19:30	Arbeiten am Thema
20:30	Meditation
20:45	Abschlussrunde
21:00	Ende