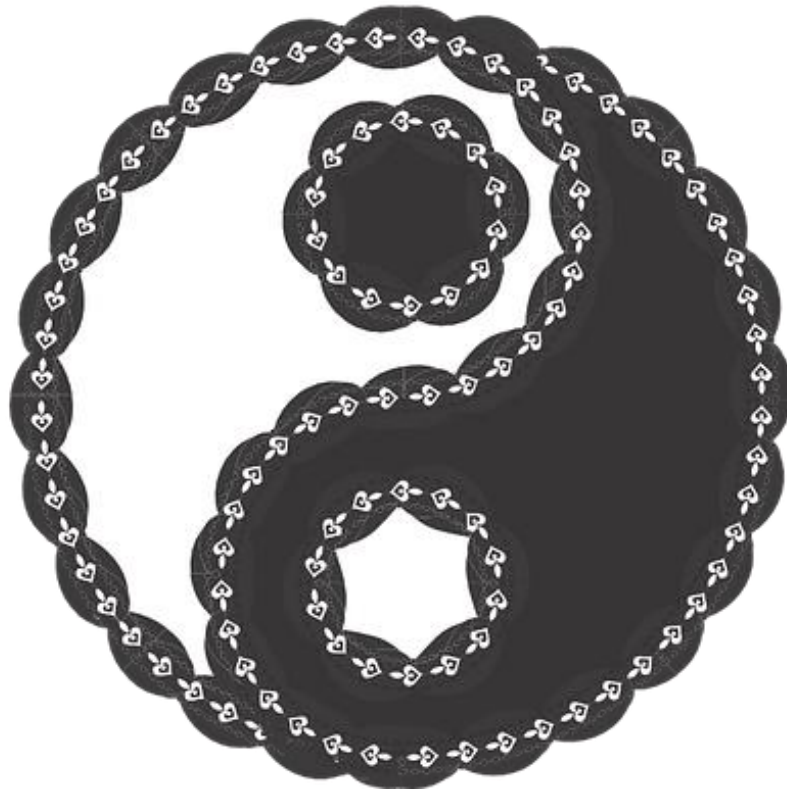


Kurs

## Meditations-Zyklus

# Mein Leben gehört mir



- Quelle: pixabay.com -

# Meditation

Innehalten



Kraft, Zuversicht und Vertrauen tanken



in Ruhe, Harmonie und Frieden kommen



Gedanken loslassen



sich mit dem ureigensten Wesenskern verbinden



die Botschaften seiner Seele wahrnehmen

# Mein Leben gehört mir

Was bedeutet das...?

lachen oder weinen?      bejahen oder verneinen?

zuversichtlich oder resigniert?

vertrauen oder misstrauen?      beginnen oder aufhören?

hingeben oder abgrenzen?      loslassen oder festhalten?

leicht sein oder schwer sein?

aktiv oder passiv?      stillstehen oder weitergehen?

lieben oder hassen?

selbstbestimmt oder fremdbestimmt?

vergeben oder vergelten?

leben oder funktionieren?      bewirken oder verwirken?

Lass dich durch Visualisierungsübungen, Meditationen, bewusstseinsweiternde Anregungen, Körperübungen und Musik inspirieren. Du wirst an diesen 9 Abenden deine eigenen Antworten finden, um dein Leben in Selbstbestimmung zu verwirklichen.

## Daten

### Gruppe 1

Di, 19.01.2021  
Di, 23.02.2021  
Di, 23.03.2021  
Di, 27.04.2021  
Di, 25.05.2021  
Di, 29.06.2021  
Di, 31.08.2021  
Di, 19.10.2021  
Di, 23.11.2021

### Gruppe2

Di, 26.01.2021  
Di, 02.03.2021  
Di, 30.03.2021  
Di, 04.05.2021  
Di, 01.06.2021  
Di, 06.07.2021  
Di, 07.09.2021  
Di, 26.10.2021  
Di, 30.11.2021

## Zeit

19:30 – 21:30 Uhr

## Ort

Kultur & Bewegungsraum, Obfalken 2, 6030 Ebikon

## Seminarkosten

Kosten pro Jahr Fr. 380 <sup>1</sup>



## Anmeldung Meditationszyklus <sup>2</sup>

Gruppe 1 |  Gruppe 2

Vorname / Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Ort / Datum / Unterschrift \_\_\_\_\_

<sup>1</sup> Bei Abmeldungen bis 4 Wochen vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 50 erhoben. Bei Rücktritt bis 2 Wochen vor Kursbeginn, ist die Hälfte des Kursbetrages, danach der ganze Betrag zu bezahlen, es sei denn, die Teilnehmerin, bzw. der Teilnehmer findet eine Ersatzperson.

<sup>2</sup> Es gelten die jeweils aktuellen Pandemie-Vorgaben der Behörden. Bei nicht Durchführbarkeit infolge behördlicher Einschränkungen wird, ohne Garantie, nach möglichen Ersatzdaten gesucht.