

Dunkel - CB

Das **Dunkel-CB** ist eine Weiterentwicklung des von Scott Peck entwickelten Gemeinschaftsbildungsprozesses (Communitybuilding-Process), auch als „CB“ oder *Wir-Prozess* bekannt.

Die TeilnehmerInnen sitzen in Sequenzen von jeweils 2 bis 3 Stunden in einem abgedunkelten Raum im Kreis zusammen. In der Dunkelheit verändert sich der Fokus unserer Aufmerksamkeit entscheidend. Während uns der Prozess im Hellen mit den äußeren Geschehnissen in der Gruppe wiederkehrend beschäftigt, steht im **Dunkel-CB** das Sehen und Gesehenwerden nicht mehr im Vordergrund. Die Wahrnehmung dessen, was uns im Innern tatsächlich bewegt, fällt entsprechend leichter und *der gemeinsame Raum* wird wahrnehmbar. Hörsinn und sensorisches Empfinden werden sensibler und wir beginnen, ganz neu zuzuhören. Dies und die Befreiung von der visuellen Ablenkung bilden eine wunderbare Voraussetzung, um auch die feinen, emotionalen Nuancen in den Mitteilungen der Anderen wahrnehmen zu können und unseren eigenen ungeteilt zu folgen.

Den **Empfehlungen** des *Communitybuilding* entsprechend (s. a. Flyer „Gemeinschaftsbildung“ auf unserer Seite *Termine/ Seminare*) teilen wir uns dann mit, wenn wir *bewegt* sind. Dabei entdecken wir jeweils weitere, tiefere und höhere Schichten unseres Selbst und nähern uns dem an, *wer wir sind, wer wir meinen sein zu müssen und wer wir sein könn(t)en. Als Individuum und als Gemeinschaft.* Ansonsten folgt das **Dunkel-CB** auch generell den *Empfehlungen*, wie wir sie im herkömmlichen Gemeinschaftsbildungsprozess anwenden und wird von mir ebenso begleitet.

Termine 2012:

27. - 29. April

4. - 6. Mai

8. - 10. Juni

6. - 8. Juli

“

5. - 11. August

21. - 23. September

19. - 21. Oktober

Alle Termine Dunkel-CB + CB

Gemeinschaftsbildung - wenn es weiter geht... (s. Termine/ Seminare)

Dunkel-CB/ CB wechselnd

Nur Dunkel-CB

Anmeldeschluss ist jeweils 4 Wochen vor Termin

Begleitung/ Facilitator – Andreas Tietz

Gern komme ich auch zu einem Gemeinschaftsbildungsprozess zu Euch, ab 8 TeilnehmerInnen.

Zeiten

Wir beginnen jeweils **Freitag Abend** nach einem gemeinsamen Abendessen **um 19:00 Uhr** mit einer Einführung und ersten Sitzung. Mit einer Abschlusssitzung **am Sonntag** nach dem Mittagessen **beschließen wir das Wochenende gegen 15:00 Uhr.**

Gebühr

100,- bis 120,-€ (Bitte bis max. 4 Wochen vor Termin überweisen um Platz zu reservieren) + 55,- Verpflegung /Platz/ Raummiete. Zuzügl. Übernachtung (Einzelzi., Mehrbettzi., Zelten. Preise auf Anfrage)

Kontakt, Information

tietztiefeoekologie@gmx.de + www.ltgi.de/Selbständige/Termine/Seminare 2012. Tel. 03525 517841

Bankverbindung: A. Tietz; Kto 924407 Blz 68092300 Volksbank Staufen/ **Kennwort:** Cb + gewünschten Termin

Der Prozess

Im **Gemeinschaftsbildungsprozess** geht es darum, selbstverantwortlich (so weit wir uns trauen) und schrittweise zu unseren Gefühlen und Gedanken zu stehen, damit *sichtbar* zu werden. Dieses Sichtbarwerden und *Aus-Sich-Selbst-Mitteilen* ist der Boden, auf dem eine authentische Gemeinschaft entsteht. Das offene Mitteilen inspiriert uns auch immer wieder wechselseitig, unsere eigenen Haltungen und Einstellungen mitfühlend und ehrlich zu prüfen, statt sie abwehrend oder vorwurfsvoll auf die anderen zu projizieren.

Allein das Zusammensitzen im Kreis, ohne Konzept, ohne Leitung, ohne Techniken bringt das, was uns von den Anderen, von der Gemeinschaftserfahrung tatsächlich trennt, hervor. Dabei *untersucht* jedeR TeilnehmerIn selbst ihr/sein Erleben auf weitere Schichten und Zusammenhänge und teilt sich da mit, wo er/sie *bewegt* ist – bis nichts mehr im Weg steht, *um ganz da zu sein* - mit offenem Herz und offenem Verstand. Beides. Das ist eine ganz wunderbare Erfahrung – sie hat etwas magisches. Es entsteht ein Raum von tief empfundener Dankbarkeit und Freude aneinander und miteinander. Manche beschreiben es so, dass sie zum ersten mal das Gefühl haben, in einer Gruppe anzukommen. Andere erleben es als den Himmel, der aufgeht. Von hier aus erarbeiten sich Entscheidungen und Beschlüsse vollkommen anders.

Keine Leitung

Der CB-Prozess kennt keine „Leitung“. Die Gruppenmitglieder lernen, sich selbst zu korrigieren. Dabei erfahren sie ganz von allein die unterschiedlichen Phasen des Prozesses mit ihren Qualitäten: **Pseudo, Chaos, Entleeren und Authentische Gemeinschaft**. JedeR wird die Dynamiken auf seine/ ihre Art durchleben und durchleiden, bis er/sie begreift, dass man absolut nichts tun kann, um Gemeinschaft zu *machen*. **Authentische Gemeinschaft** geschieht von selbst, wenn Wehren und Machen aufgegeben werden können

Die Aufgabe der Prozessbegleitung ist es, den Raum und die Ausrichtung zu halten. Manchmal weisen wir die Gruppe auf etwas hin – mehr nicht. Aus Erfahrung *vertrauen* wir dem Prozess und sind mit diesem Vertrauen präsent. In unserer stillen, wachen Anteilnahme am Prozessgeschehen geben wir Impulse der Orientierung; wir wissen, dass die Intelligenz der Gruppe sich selbst zu ihrem höchst möglichen Ausdruck verhilft, wenn sich die GruppenteilnehmerInnen erst einmal dem Prozess anvertrauen

Dunkel- CB

Die TeilnehmerInnen sitzen in Sequenzen von jeweils 2 bis 3 Stunden in einem abgedunkelten Raum im Kreis zusammen. Auf Absprache auch die Nacht hindurch. In der Dunkelheit verändert sich der Fokus unserer Aufmerksamkeit entscheidend. Während uns der Prozess im Hellen noch sehr mit den äußeren Geschehnissen in der Gruppe beschäftigt, brauchen wir uns im *Dunkel-CB* nicht mehr darum kümmern. Die Wahrnehmung dessen, was uns im Innern tatsächlich bewegt, fällt entsprechend leichter. Hörsinn und sensorisches Empfinden werden sensibler und wir beginnen, mit dem ganzen Wesen zu *lauschen*. Dies schafft eine wunderbare Voraussetzung, um auch die feinen, emotionalen Nuancen in den Mitteilungen der Anderen wahrzunehmen - und unseren eigenen zu folgen.

Die Empfehlungen (sind KEINE Regeln):

- Sprich von Dir und Deiner momentanen Erfahrung.
- Erforsche Dich, doziere nicht.
- Sprich in der ICH – Form.
- Schließe ein – vermeide auszuschließen, auch Dich selber.
- Sei emotional anwesend.
- Versuche nicht zu heilen oder zu therapieren, indem Du Ratschläge gibst.
- Erkenne den Wert von Stille und Schweigen.
- Geh ein Risiko ein.

Für wen...? Und wie...?

Scott Peck (t) hat mit **Community Building** („CB“), auch als *Wir-Prozess* bekannt, einen Prozess aufgezeigt, der jede Gruppe zu unerwarteter Nähe und Handlungsfähigkeit führen kann. Dabei ist es ohne Bedeutung, ob sich die TeilnehmerInnen schon kennen oder nicht. Gefühle und Gedanken, die oft schon ein Leben lang zurückgehalten sind, wenn es um Gemeinschaft geht, werden sich in jedem Fall früher oder später zeigen - und das Entstehen der *ersehnten* Gemeinschaftserfahrung zunächst verhindern. Wir kennen das u.a. als Selbstzweifel, Misstrauen und Verwirrung, Einsamkeit, Ärger, beredtes Schweigen Konkurrenz oder Scham. Und das soll niemand merken! **CB geht die entgegengesetzte Richtung**; wir müssen das Gemeinsame finden und benennen *dürfen*, wenn wir Gemeinschaft wollen. Auch wenn es zunächst der Schmerz ist, uns *nicht* verbunden zu fühlen. Von da geht es weiter... und es wird leichter.

Begleitung/ Facilitator

Andreas Tietz, Jahrg. '60. Ausgebildet zum Körper- und Atemtherapeuten. Seit meinem 18. Lebensjahr ist es das Gemeinschaftsleben und parallel dazu unterschiedliche Heilwege, an denen ich meine Lebens- und berufliche Ausrichtung orientiert habe. Dazu gehörte auch ein langjähriger Initiationsweg in der indigenen Heil-Tradition der *Lakota Indianer*.

Heute liegt mein beruflicher Schwerpunkt auf der Gemeinschaftsbildung -entwicklung nach S. Peck (www.ltgj.de/Termine/Seminare) und der *Bildung für ganzheitlich nachhaltige Entwicklung*, (BNE und Tiefenökologie).



Termine 2012

Lebenstraumgemeinschaft Jahnishausen (bei Riesa, Sachsen)

27. - 29. April

8. - 10. Juni Alle Termine CB **und** Dunkel-CB

6. - 8. Juli

21. - 23. September

19. - 21. Oktober Nur Dunkel-CB

3. - 10. August

„Gemeinschaftsbildung -
wenn es weiter geht...“
(s. www.ltgj.de/Termine/Seminare)

Anmeldeschluss ist jeweils 4 Wochen vor Termin.

Gern komme ich auch zu Euch – ab 8 TeilnehmerInnen

Zeitraumen

Wir beginnen jeweils Freitag Abend nach einem gemeinsamen Abendessen um 19:00 Uhr mit einer Einführung und ersten Sitzung. Mit einer Abschlußrunde am Sonntag nach dem Mittagessen beschließen wir das Wochenende gegen 15:00 Uhr.

Gebühr

120,- bis 140,-€ (Bitte bis max. 4 Wochen vor Termin überweisen um einen Platz zu sichern) + 55,- für Verpflegung/ Platz- und Raummiete. Zuzügl. Übernachtung (Einzelz., Mehrbettz., Zelten. Preise auf Anfrage)

Kontakt und weitere Information

Andreas Tietz

tietztiefeoekologie@gmx.de
www.ltgj.de/Selbständige/Termine/Seminare.
Tel. 03525 517841
Bankverbindung Volksbank Staufen: A. Tietz;
Kto 924407 Blz 68092300 /
Kennwort: Cb + den Termin

Gemeinschaftsbildung

Communitybuilding nach Scott Peck

Begleitung/ Facilitator - Andreas Tietz

Seminarprogramm

2012