

Kursanmeldung und Bedingungen

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich (**Kursvermerk F15, F16 und/oder F17**) per E-Mail oder mit der Anmeldekarte an. Rechtzeitig vor Kursbeginn erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Die Rechnung können Sie während des Kurses bar oder mit Karte bezahlen.

Falls der Kurs bereits ausgebucht ist, erhalten Sie baldmöglichst nach Eintreffen der Anmeldung Nachricht.

Bei Abmeldungen bis vier Wochen vor Kursbeginn berechnen wir Fr. 60.– Bearbeitungsgebühr. Bei Abmeldungen unter vier Wochen beträgt diese Fr. 100.–.

Bei kurzfristigen Abmeldungen in den letzten drei Tagen vor Kursbeginn fallen die ganzen Kurskosten ohne Pension an. Erscheinen Sie ohne Abmeldung nicht zum Kurs, berechnen wir Ihnen die gesamten Kosten für Kurs und Pension. Die Annullationsentschädigung entfällt, wenn Sie eine Ersatzperson in den Kurs vermitteln.

Wir setzen voraus, dass Sie am ganzen Kurs teilnehmen und im Haus übernachten. Kosten für nicht eingenommene Mahlzeiten während des Kurses, bei späterer Anreise oder frühzeitiger Abreise werden nicht erstattet.

So finden Sie zum Lassalle-Haus Bad Schönbrunn

Mit der Bahn

Halbstündlich aus Luzern oder Zürich nach Zug.
Am Bahnhof Zug Anschluss mit Bus Nr. 2 in Richtung Menzingen bis Bad Schönbrunn.
(Halt auf Verlangen).

Mit dem Auto

Aus Richtung Luzern und Arth Goldau

In Zug ins Stadtzentrum fahren bis Kolinplatz, dann abzweigen Richtung Aegeri/Menzingen; ca. 500 m nach der Tobelbrücke links abzweigen Richtung Menzingen, Einfahrt Lassalle-Haus nach 300 m rechts.

Aus Richtung Zürich

Richtung Luzern-Gotthard fahren. Beim Kreisel in Sihlbrugg abzweigen in Richtung Neuheim/Aegeri/Menzingen.
In Edlibach rechts abzweigen Richtung Zug, Einfahrt nach ca. 1500 m links.

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag	8.00–18.00 Uhr
Samstag	8.00–12.00 / 13.00–17.00 Uhr
Sonntag	9.00–12.00 / 13.00–17.00 Uhr
vor Kursbeginn bis	18.00 Uhr

Adresse

Lassalle-Haus
Bad Schönbrunn
CH-6313 Edlibach
Tel. +41 (0)41 757 14 14
info@lassalle-haus.org
www.lassalle-haus.org

LASSALLE-HAUS
BAD SCHÖNBRUNN

Zentrum für Spiritualität, Dialog und Verantwortung



Shibashi – Meditation in Bewegung

**Denken lernen wie ein Berg –
Schweigeretreat
11. – 16. Juli 2010**

**Bewegt stille werden
10. – 12. Dezember 2010**

**Vertiefungstag
17. September 2010**

Leitung
Barbara Lehner

Shibashi – Meditation in Bewegung

Shibashi ist Meditation in 18 Bewegungsbildern und stammt aus der altchinesischen Heilkunst, verwandt mit Tai Ji und Qi Gong. Eine Übung, in der Geist, Seele und Leib aufatmen und sich in einer ruhigen inneren Aufmerksamkeit sammeln können. Verbunden mit Himmel und Erde, öffnet sich das Herz für die Gegenwart des Göttlichen in allem. Mit dem, was in mir Mensch werden will. Mit jedem Du und dem Geheimnis und der nährenden Urquell des Lebens gilt es, sich zu verbinden.

Denken lernen wie ein Berg – Schweigeretreat

Mit Achtsamkeitsübungen, Austausch, Ritualen, Impulsen zu Körper-spiritualität. Verschiedene Texte zeigen innere Verbindungen zur mystischen Tradition des Christentums auf. Mehrheitlich im Schweigen.

Datum und Kosten

Kurs/Datum

Kurs F15 ■ 11.–16. Juli ■ So 18.30–Fr 13.00

Kosten

Kurs Fr. 550.–, Pension Fr. 540.–

Bewegt stille werden

Rituale, mystische Texte und Austausch sollen die Möglichkeit bieten, sich auf Weihnachten einzustimmen, still zu werden und dem Raum zu geben, was in mir Mensch werden will.

Datum und Kosten

Kurs/Datum

Kurs F16 ■ 10.–12. Dez. ■ Fr 18.30–So 13.00

Kosten

Kurs Fr. 280.–, Pension Fr. 216.–

Methodische Elemente

Mit Übungen der Achtsamkeit, Körpergebet, Austausch, Ritualen und Impulsen zur Schöpfungsspiritualität. Begleitende Texte und Hinweise zeigen innere Verbindungen zur mystischen Tradition des Christentums auf.

Zielgruppe

Die Kurse richten sich an alle, die Shibashi kennenlernen oder ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Das konkrete Üben in meditativer Grundhaltung steht im Zentrum.

Mitbringen

Bequeme Kleidung und flache Schuhe.

Shibashi – Meditation in Bewegung

Tagesablauf

Erster Kurstag

18.30 Abendessen
19.45 Kurseinheit bis ca. 21.15

Ab dem zweiten Kurstag

07.15 Tagesbeginn mit Sitzen und Shibashi
08.00 Frühstück
09.15 Kursbeginn
12.00 Mittagessen
15.30 Kurseinheit mit Pause
18.30 Abendessen
20.00 Kurseinheit bis ca. 21.15

Letzter Kurstag

07.15 Tagesbeginn mit Sitzen und Shibashi
08.00 Frühstück
09.15 Kurseinheit
12.00 Mittagessen

Shibashi–Vertiefungstag

Üben und meditieren in der Gruppe; einüben und korrigieren der Grundhaltung, der Form und der Übergänge; schöpferbezogene Spiritualität als Hintergrund des Shibashi; Austausch von Erfahrungen und Fragen zum Üben.

Datum und Kosten

Kurs/Datum

F17 ■ 17. Sept. ■ Freitag, 09.30–17.00 Uhr

Kosten

Kurs Fr. 140.–, Mittagessen Fr. 29.–

«Tu deinem Leib Gutes, damit die Seele Freude hat, darin zu wohnen.»
(Theresa von Avila)

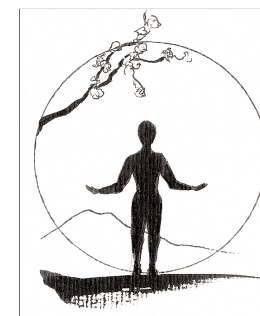
Shibashi – Meditation in Bewegung

Kursleiterin



Barbara Lehner

Freischaffende Theologin, Erwachsenenbildnerin. Sie lernte Shibashi bei Mary John Mananzan, Manila/Philippinen. Vertiefung in Shibashi und Qi Gong bei Marimil Lobregat, Qi Chinese Healing College, Sydney/Australien. Kontemplativer Tanz bei Wilma Vesseur. Praktiziert Shibashi seit 1992. Weitere Informationen unter: www.shibashi.ch oder www.lebensgrund.ch



*shibashi
geerdete Leichtigkeit
im
loslassen
mich einlassen
geschehen lassen
verwurzelt und bewegt
zentriert und gelassen
Dasein im Jetzt
Meditation in Bewegung*

Barbara Lehner