



Gerufen vom Licht
wachsen im Frühling
die Kräfte
dem Himmel entgegen
allen Widerständen
zum Trotz
weil des Lebens Herzraum
wachsen will
aus den Tiefen
in die Entfaltung
im Atemraum Jetzt.

Barbara Lehner



stille
die stille
müssen wir
in uns tragen

wie das meer
wie den himmel
wie das licht

(helena aeschbacher-sineck)

DER DUFT DER ERDE STEIGT AUF SHIBASHI QI GONG - MEDITATION IN BEWEGUNG

EINFÜHRUNGS - UND VERTIEFUNGSKURS IM KLOSTER KAPPEL

24. - 26. Mai 2024 - FREITAG 18.00 BIS SONNTAG 13.30 UHR

In achtzehn poetischen Bewegungsbildern des Tai Ji Qi Gong können Körper, Geist und Seele aufatmen, in ruhender Achtsamkeit.

Kurselemente: Kennenlernen/ Vertiefen der 18 Bilder des Qi Gong. Achtsamkeits-Übungen, Austausch, Rituale, Impulse zu Körperspiritualität. Begleitende Hinweise zeigen Verbindungen zur Schöpfungsspiritualität auf.

Für alle, die 18 Bilder des Shibashi Qi Gong kennenlernen oder ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Im konkrete, meditative Üben steht im Zentrum.

KOSTEN: Fr. 280.- plus Kost/ Logis EZ Fr. 314.-/DZ Fr. 260.-

LEITUNG: Barbara Lehner, Freischaffende Theologin, Shibashi-Lehrerin, Ritual- und Trauerbegleiterin. www.shibashi.ch und www.lebensgrund.ch

ANMELDUNG: Heidi Hui, Sekretariat Kurse Kloster Kappel, CH-8926 Kappel am AlbisTel. +41 (0)44 764 88 30, Mail: kurse.theologie@klosterkappel.ch

BEWEGT STILLE WERDEN SHIBASHI QI GONG - MEDITATION IN BEWEGUNG

EINFÜHRUNGS - UND VERTIEFUNGSKURS IM KLOSTER KAPPEL

13.- 15. Dez. 2024 - FREITAG 18.00 BIS SONNTAG 13.30 UHR

In achtzehn poetischen Bewegungsbildern des Tai Ji Qi Gong können Körper, Geist und Seele aufatmen, in ruhender Achtsamkeit.

Kurselemente: Achtsamkeits-Übungen, Austausch, Rituale, Impulse zu Körperspiritualität. Begleitende Texte zeigen Verbindungen zur mystischen Tradition des Christentums auf und führen in die Tiefe unseres SEINS.

Für alle, die Shibashi kennenlernen oder ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Im konkrete, meditative Üben steht im Zentrum.

KOSTEN: Fr. 280.- plus Kost& Logis EZ Fr. 314.-/DZ Fr. 260.-

LEITUNG: Barbara Lehner, Freischaffende Theologin, Shibashi-Lehrerin, Ritual- und Trauerbegleiterin. www.shibashi.ch und www.lebensgrund.ch

ANMELDUNG: Heidi Hui, Sekretariat Kurse Kloster Kappel, CH-8926 Kappel am AlbisTel. +41 (0)44 764 88 30, Mail: kurse.theologie@klosterkappel.ch