

Der gleiche Strom des Lebens,
der Tag und Nacht
durch meine Venen strömt,
strömt durch die Welt
und tanzt in rhythmischer Bewegung

Es ist das gleiche Leben, das in Freude
durch den Staub der Erde
in zahllose Grashalme schießt
und sich ergiesst in wirbelnde Wogen
von Blättern und Blumen.

Es ist das gleiche Leben,
das in der Wiege des Ozeans
von Leben und Tod,
von Ebbe und Flut
geschaukelt wird.

Ich fühle meine Glieder majestätisch
werden,
durch die Berührung
dieser Welt des Lebens,
pulsierend seit Aeonen
tanzend in meinem Blut
in diesem Augenblick.

Tagore

Shibashi Qi Gong – Einführung und Vertiefung

Verbunden im Jetzt – im Strom des Lebens

Datum/ Zeit:

Samstag, 03. Mai 09.30 -17.00 Uhr

Sonntag, 04. Mai 09.00 -16.00 Uhr

Ort:

Dojo Würzenbach, Luzern

Kosten: Fr. 300.-

Unterkunft & Essen - selbstorganisiert



Auskunft und Anmeldung

Barbara Lehner

Obergrundstr. 65, 6003 Luzern

041 310 98 51 oder 076 574 67 14 oder

lehner@lebensgrund.ch

www.lebensgrund.ch & www.shibashi.ch

Shibashi Qi Gong Einführungs- und Vertiefungsseminar

03. / 04. Mai 2025



Verbunden im Jetzt - im Strom des Lebens



Inhalt: In achtzehn poetischen Bewegungsbildern des Tai Ji Qi Gong Shibashi können Körper, Geist und Seele aufatmen und ankommen in ruhender Achtsamkeit, verbunden mit dem Strom des Lebens, der alles durchdringt.

Kurselemente: Kennenlernen / Vertiefen der 18 Bilder des Shibashi Qi Gong. Achtsamkeits- und Energie- Übungen, Austausch, Rituale. Begleitende Hinweise zeigen Verbindungen zur Schöpfungs- und Körperspiritualität auf.



Zielpublikum: Für alle, die 18 Bilder des Shibashi Qi Gong kennenlernen oder vertiefen wollen. Das gemeinsame meditative Üben steht im Zentrum.

Ort: Das Dojo Würzenbach ist ein grosszügiger, schöner Raum, mit Umkleidekabinen und Essbereich. Wir werden bei schönem Wetter auch draussen auf der

Wiese und am wunderschönen Vierwaldstättersee Shibashi (10 Min. Gehdistanz) praktizieren.



Zeitplan:

09.30 / 09.00- 12.20 Uhr:
Kurseinheit am Vormittag

12.30 – 14.00 Uhr Mittagspause

14.00 – 17.00 /16.00 Uhr
Kurseinheit am Nachmittag

Barbara Lehner, 1967



Freischaffende Theologin, Ausbilderin in Trauerbegleitung & Shibashi Qi Gong. Sie lernte Shibashi Qi Gong bei Mary John Mananzan, Manila/Philippinen und bei Marimil Lobregat, Chi Chinese Healing College, Sydney/Australien.

www.shibashi.ch

Raum der Stille

liegt in mir
eingebettet in meinem Herzen
ein Ort der Unendlichkeit
wo keine Zeit
kein Sollen
kein Wollen
mir die Sicht versperrt

Irene Thoma

Anmeldetalon:

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Handy: _____

E-mail: _____

Ich melde mich verbindlich an für das
Shibashi Qi Gong - Seminar
03. / 4. Mai 2025

Datum: _____

Unterschrift: _____

