



Grund des Seins
Licht der Seele
Lebensfunke in allem
einen weiten Himmel
schenke uns
ein offenes Herz
Mut zum Leben
und einen langen Atem
schenke uns
einzustehen
für Frieden in Gerechtigkeit
für alle.

Barbara Lehner



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)

Die Wolken teilen SHIBASHI QI GONG - MEDITATION IN BEWEGUNG

EINFÜHRUNGS - UND VERTIEFUNGSKURS IM KLOSTER KAPPEL

11. - 13. Juli 2025 - 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 konkreten 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

05.- 07. Dez. 2025 - 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: Sekretariat Kurse Kloster Kappel, CH-8926 Kappel am AlbisTel. +41 (0)44 764 88 30, Mail: kurse.theologie@klosterkappel.ch