

Kursanmeldung und Bedingungen

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich (**Kursvermerk R20**) 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



Sadhana

Meditation und Musik

18. – 20. Juni 2010

Leitung
Erwin Ingold

Sadhana – Meditation und Musik

Nach den Anleitungen von Anthony de Mello SJ

Sadhana ist eine Meditation über das Leben, welche sowohl den Körper und den Geist, wie auch die Beziehungen zu den Mitmenschen berührt. Diese Meditationsmethode besteht aus Übungen zur Beobachtung des Körpers, der Empfindungen, der Gedanken, aber auch der Umwelt und der Menschen in ihrer eigenen Umgebung. Die Beobachtung wird mit Übungen intensiviert, die die Vorstellungskraft fördern. Man stellt sich Aspekte des Lebens vor wie Liebe, Hass, Sexualität, Zurückweisungen, emotionale und sentimentale Barrieren, kurz, alles, was das Leben mit sich bringt.

Es gibt eigentlich keine Meditationsmusik. Die Meditation führt zum Schweigen. Für viele kann Musik aber ein guter Anfang zur Meditation sein. Die Musik zeigt das Unsichtbare in uns.

Anthony de Mello SJ

Anthony de Mello war ein indischer Jesuit (1931–1987). Er studierte Theologie, Spiritualität und Psychotherapie. Er gründete und leitete das Institut Sadhana, ein Bildungszentrum in Lonavla (Indien).

Methodische Elemente

Meditation, teilweise im Schweigen, beobachten, achtsamsein, Meditationsübungen mit Körpergebärden, Austausch.

Zielgruppe

Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Datum, Kosten

Kurs/Datum

Kurs R20 | 18.–20. Juni | Fr 18.30–So 13.00

Kosten

Kurs Fr. 130.–, Pension Fr. 216.–

Tagesablauf

Freitag

18.30 Abendessen

20.00 Meditation

Samstag

08.00 Frühstück

09.00 Meditation

12.00 Mittagessen, Ruhe

14.30 Meditation

18.30 Abendessen

20.00 Meditation

Sonntag

07.30 Frühstück

08.30 Möglichkeit zum Sonntagsgottesdienst

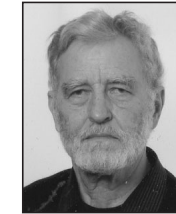
10.00 Meditation

12.00 Mittagessen

«Die Musik ist eine Konzentration und eine Befreiung und ein Sich-verströmen. Es hat vieles gemeinsam mit der Meditation und doch ist es nicht reine Meditation. Es hat mir Augenblicke tiefster Emotion, der Ekstase und fast mystischer Freude beschert, Augenblicke tiefer Rührung fast bis zu Tränen. Um aber die Erfahrung wieder zu erreichen, muss man sich bescheiden mit Kopf und Gefühl dem Intellekt eines anderen Geistes, einem anderen Herzen hingeben, sei es Beethoven, Bartok oder Bach.»

Yehudi Menuhin

Kursleiter



Erwin Ingold

ehem. Sekundarlehrer und Schulrektor,
Kontemplationslehrer der *via integralis*,
Sadhana-Lehrer, Fribourg

Kurshinweise

Kontemplation der *via integralis*

Datum: 11. – 17. Juli 2010

Leitung: Pia Gyger ktw

Kontemplation der *via contemplativa*

«ABC des kontemplativen Betens» von Francisco de Osuna

Datum: 20. – 25. Juni 2010

Leitung: P. Tobias Karcher SJ

Bitte verlangen Sie das Detailprogramm