

Kursleitung

Niklaus Bayer, St. Gallen
Theologe, Erwachsenenbildner,
Coach, Gründungsmitglied der IP
Schweiz



Mitglied der „Bodhi Sangha“ des
Zenmeisters und indischen Jesuiten
AMA Samy

Zielgruppe

An integraler Spiritualität Interessierte,
Mitglieder und Sympathisant/innen der ip.

Datum

Freitag, 12. Mai 2017 18.30 bis 21.00 Uhr
Samstag, 13. Mai, 10.00 bis 17.30 Uhr
Sonntag, 14. Mai 10.00 bis 15.00 Uhr
(Die Tage können nicht einzeln besucht werden.)

Ort

Zentrum christliche Spiritualität,
Werdstrasse 53, Zürich

Teilnehmer

bis 15 Teilnehmende, Berücksichtigung nach Eingang
der Anmeldung.

Falls du dich für eine andere Durchführung
interessierst, melde dich direkt bei Niklaus Bayer,
niklaus.bayer@gmx.ch

Anmeldung

Zentrum christliche Spiritualität, Werdstrasse 53,
Zürich, Telefon 043 317 90 27 oder
info@zentrum-spiritualitaet.ch

Kosten

Für Kursleitung, Organisation und Beitrag an die IP
Schweiz 180.- Fr.
Für ip Mitglieder 120.- Fr.

Teilete

Die beiden Mittagessen nehmen wir in der Form
einer Teilete ein; alle bringen so viel mit wie sie
selber essen könnten.

MIT SIEBEN MEISTERN MEDITIEREN

EINE PRAXISFORM INTEGRALER SPIRITUALITÄT



12. - 14. MAI 2017 IN ZÜRICH

DER KURSIHALT

*Eine Meditationsform inspiriert von:
Patanjali, Laotse, Buddha, Jesus,
Mohammed, Gurdjieff und Krishnamurti.*

Der Inhalt

Dieser Kurs für eine neue Meditationsform folgt frei dem Buch von John Selby: „Sieben Meister – ein Weg“: Sieben Religionsstifter oder Weisheitslehrer, welche die Welt stark beeinflusst haben, können mit je einem zentralen Punkt ihrer Lehre in die Stille führen und unsere Meditation weiter und tiefer machen. Diese Meditationsform bezeichnen wir als „integral“, denn sie verbindet die vier Ebenen, berücksichtigt die vier Quadranten und durchläuft wichtige Stufen der Spirale der Entwicklung.

Zur Methode

Je eine kurze Theorie zu den Lehren der sieben Meister zeigt uns etwas von deren Hintergrund und Zusammenhang. Mit einem prägnanten Merksatz können wir uns meditativ in den zentralen Punkt der jeweiligen Lehre versenken und Schritt um Schritt eine Erweiterung unserer Meditation erfahren. Diese Vertiefung kann unsere Stille und Sammlung auf das unnennbare Geheimnis hin nachhaltig bereichern und uns für die Allverbundenheit öffnen.

Der praktische Weg der sieben Schritte steht uns an jedem Ort und in jeder beliebigen Körperhaltung zur Verfügung, um auch im Alltag für eine kurze Zeit in die Tiefe zu gehen, durchzuatmen und uns mit dem liebenden Geheimnis des Lebens zu verbinden.

Impulse, Sitzen in Stille, Austausch wechseln sich ab mit einfachen Körper- und Wahrnehmungsübungen.

Zielpublikum

Der Kurs ist gedacht für alle, die an Meditation interessiert sind und offen sind für neue Erfahrungen, ob sie sich zum ersten Mal an die Meditation heranwagen oder bereits Übung haben. Er eignet sich auch, um in stressiger Zeit zur Ruhe zu kommen.

Der Rahmen

Während des Seminars halten wir zur Vertiefung Stillschweigen. Es wird empfohlen, auch die Zeit zu Hause möglichst in Stille zu gestalten.

Weitere Auskunft

Inhaltliche Informationen und Anfrage für Preisreduktion bei knappem Budget direkt bei Niklaus Bayer, St. Gallen, 071 288 40 23 niklaus.bayer@gmx.ch