

## Die Stille



Tauche ein  
in das Schweigen  
neige dich der Stille zu

vielleicht  
spricht sie zu dir  
in der Sprache  
der Rosen

im Leuchten  
der Seele  
im Lächeln eines Engels

vielleicht  
spürst du das Wunder  
der Begegnung

neige dich der Stille zu  
und sie spricht

Gisela Hildebrand

---

## Shibashi Qi Gong – Retreat

Erholung in der Tiefe meines Seins

---

### Datum/ Zeit:

Montag, 27. April 2020, 16.00 Uhr bis  
Freitag, 1. Mai 2020, 13.30 Uhr

### Ort:

Mandali Retreat Center, Quarna Sopra,  
Ortasee / Italien, [www.mandali.org](http://www.mandali.org)

### Kosten:

Retreat: Fr. 480.- / Euro 420.-

Unterkunft & Essen & Zutritt zu Wellness-  
Bereich je nach Zimmerwahl ab  
Fr. 320.- oder Euro 260

(Zimmerreservation direkt unter  
[www.mandali.org](http://www.mandali.org))

### Auskunft und Anmeldung

Antoinette Brem  
Obergrundstr. 65, 6003 Luzern  
041 310 98 51 oder 079 771 23 50 oder  
[brem@lebensgrund.ch](mailto:brem@lebensgrund.ch)  
[www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)

---

## Shibashi Qi Gong – Retreat

27. April – 1. Mai 2020

---



Erholung in der Tiefe  
meines Seins

---



Begleitung in Übergängen

lebensgrund GmbH

**Stille** berührt. Stille nährt. Stille ruft uns ins Innere. Stille bewegt und führt ins Tun, verbunden mit der Mitte...

**Shibashi Qi Gong** weckt eine ruhige, innere Aufmerksamkeit für die heilende Gegenwart des Göttlichen in uns und für die Heiligkeit des Lebens selbst. Präsenz einübend entfaltet sich Inneres Wachstum, aus der Stille geboren.

**Der Ort** über dem Ortsee mit seiner schlichten Schönheit, der nährenden vegetarisch-veganen Kost und einem einladenden, kleinen SPA-Bereich unterstützt uns dabei.

**Stimmen** von früheren Teilnehmenden:

*„Der Ort war für mich grandios, ich habe mich sehr wohl gefühlt an diesem geschützten ruhigen Platz mit so schöner Aussicht-einfach ein Ort für die Seele! Eine goldige Entdeckung von Euch!*

*Was mir insgesamt einfach wohlgetan hat war die Leitung durch Euch- ein wundervolles Team mit Humor, riesigem Erfahrungsschatz und einer Spontanität und einem unglaublichen Sinn für das Richtige zum "richtigen" Zeitpunkt.“ (Eva)*

*„Mir hat alles super gefallen, die Meditationen, das Üben vor allem in der wunderschönen Natur, das Getragen-Sein in der Gemeinschaft, eure Ausstrahlung und die Harmonie von Tiefe und Fröhlichkeit, das Nichts-Tun, und natürlich auch das gute Essen!“ (Ursula)*

### Tagesstruktur:

- 07.30 Uhr: Einstimmen – Sein in Stille und mit der Stimme  
08.15 Uhr: Frühstück  
Eigenzeit – Dasein wie ich bin  
10.45 Uhr: Shibashi Qi Gong – Meditation in Bewegung  
13.00 Uhr: Mittagessen  
Eigenzeit – Dasein wie ich bin  
16.00 Uhr: Shibashi Qi Gong – Meditation in Bewegung  
17.30 Uhr: Input und Austausch  
19.00 Uhr: Abendessen  
20.15 Uhr: Ausklang – Sein in Stille und mit der Stimme

### Leitung:

#### Antoinette Brem, 1962



Freischaffende Theologin / Seelsorgerin; Ausbildung in Lebens- und Trauerbegleitung u.a. bei Dr. Jorgos Canacakis, sowie in initiatorischer Naturarbeit bei der School of Lost Borders, California

#### Barbara Lehner, 1967



Freischaffende Theologin / Seelsorgerin, Ritualbegleiterin und Erwachsenenbildnerin Ausbildung in Lebens- u. Trauerbegleitung ua. bei Dr. Jorgos Canacakis, in Sytemischer Selbst-Integration bei Dr. Ero Langlotz

Beide lernten Shibashi Qi Gong bei Mary John Mananzan, Manila/Philippinen und bei Marimil Lobregat, Chi Chinese Healing College, Sydney/Australien.

Es genügt nicht,  
hier zu sein,  
man muss auch wirklich  
da sein.

Martin Heidegger

### Anmeldetalon:

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Ich melde mich verbindlich an für die  
**Shibashi Qi Gong Retreat vom  
27. April - 1. Mai 2020:**

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_