

arsvitae

STILLE - PRÄSENZ - LEBEN



ars vitae - Kunst des Lebens

Offene Präsenzgruppe	<p>Eine offene Gruppe trifft sich jeden ersten Mittwoch im Monat* von 18.45 bis 20.00 Uhr Mit Qigong-Übungen, Sitzen in der Stille, Gehmeditation, Übungsimpuls zur Präsenz und kurzem Austausch. Daten: 03. Juli, 07. August, 04. September, 02. Oktober, 06. November, 04. Dezember 2024 Ort: „Raum der Stille“, Hotel Odelya, Missionsstr. 21, 4055 Basel Leitung: Roland Luzi Unkostenbeitrag: Fr. 10.-</p>
Offene Kontemplationsgruppe	<p>Sitzen in der Stille - Gehmeditation - Tönen - Wortimpuls / jeden vierten Freitag im Monat* von 19.15 bis 21.00 Uhr Übung in Achtsamkeit, Schweigen, Körperspüren, Sitzen in der Stille, in intensivem Erfahren des Atems und im Klingeln. Daten: 23. August, 27. September, (25. Oktober, Anlass Jadranka Marijan-Berendt), 22. November 2024 Ort: Café MOMENT, Meditationsraum, Bäümleingasse 4, 4051 Basel Leitung: Roland Luzi Unkostenbeitrag: Fr. 10.-</p>
Lesung, Klang & Stille mit Jadranka Marijan-Berendt	<p>zum Thema «Der reine Raum – Im Herzen der Stille». Mit Jadranka Marijan-Berendt: Musikstudium, Schauspielausbildung und Atemausbildung bei Prof. Ilse Middendorf. 30-jährige Erfahrung als internationale Seminarleiterin und Einzelcoach. Datum: Freitag, 25. Oktober 2024, 19.30 Uhr Ort: Café MOMENT, Bäümleingasse 4, 4051 Basel Eintritt: Fr. 20.- / In Kooperation mit dem Café MOMENT Basel</p>
Kontemplationstag zu Rumi	<p>Zum 750. Todesjahr von Rumi werden wir ins Leben und die Liebensmystik des Dichters eingeführt. Wir werden auch seine persischen Gedichte in deutscher Übersetzung kennenlernen. Des Weiteren praktizieren wir das Sitzen in der Stille mit Kurzgedichten von Rumi, Gehmeditation und meditatives Singen. Datum: Samstag, 09. November 2024, 09.30 – 17.00 Uhr Ort: Benediktinerkloster Mariastein Leitung: Roland Luzi Kurskosten: Fr. 110.- / Vegetarisches Mittagessen mit Getränken, Kaffee und Früchten im Gästerektorium möglich für Fr. 25.-</p>
Seminartag mit Dr. Daniel A. Scheidegger	<p>zum Thema «Die Dzogtschen Vorübungen». In diesem Kurstag wird eine kurze Einführung in die Vorübungen des Dzogtschen des Tibetischen Buddhismus gegeben. Der Kurs richtet sich an Praktizierende, die den vorhergehenden siebenteiligen Online-Kurs besuchten als auch an Praktizierende, die neu hinzukommen. Datum: Samstag, 30. November 2024, 10.30 – 17.00 Uhr Ort: Haus Fam. Luzi, Eichenstrasse 17, 4118 Rodersdorf Kurskosten: Fr. 110.- / Gemüsesuppe mit Getränken, Kaffee und Kuchen für Fr. 10.-</p>
Stille Tage zwischen den Jahren	<p>Kontemplation und Qigong. Diese Tage sind eine Einladung, zur inneren Einkehr und Ruhe zu kommen, mit Sitzen in der Stille, Gehmeditation, Qigong-Übungen, Wortimpulsen und schnellem Gehen draussen im Park des Kurhotels Kreuz. Datum: Samstag, 28. Dezember 16.00 Uhr bis Montag, 30. Dezember 2024, 17.00 Uhr Ort: Benediktinerkloster Mariastein, Übernachtung im Kloster möglich. Leitung: Roland und Kathrin Luzi Kurskosten: Fr. 250.- / Vollpension und Übernachtung Fr. 230.-</p>